

Foyer rural de Salignac

RANDONNEES du 4^{ème} trimestre 2020

NB: ce programme peut subir des modifications

Date	Lieu	Temps de marche effective	Alt.max.	Dénivelée Cumulée et distance	Difficulté
			Alt.min.		
20/09/2020 d: 9h00	Les crêtes de Vanson st Geniez (15 km)	3h40	1300m 1030m	340m 10km	★★
04/10/2020 d: 9h00	Le vieux Noyer et chapelle st Claude Noyer sur Jabron (11 km)	3h40	920m 570m	500m 10km	★★
18/10/2020 d: 9h00	Le tour de la Colle par Brancou Sisteron (Alcazar)	4h30	870m 580m	580m 12km	★★★
25/10/2020 d: 9h00	Le tour de la grandeFistoire le Caire (25 km)	4h30	1384m 795m	560m 11km	★★★
15/11/2020 d:8h30	La chapelle st Amand Clamensane (23 km)	4h45	1349m 690m	700m 13km	★★★
29/11/2020 d:8h30	Les Avens St Pierre Avez (25 km)	4h45	1386m 686m	775m 10km	★★★
13/12/2020 d: 9h00	Chapelle st Donat vers Tourdeaux Peyruis (21 km)	3h45	890m 450m	516m 12km	★★

DEGRES de DIFFICULTE

- ★★: entre 2 et 4h de marche; moins de 900m de dénivelée (**facile**)
- ★★★:entre 4 et 5h de marche; moins de 900m de dénivelée (**moyenne**)
- ★★★★:plus de 5h de marche; moins de 900m de dénivelée (**sportive**)
- ★★★★★:plus de 5h de marche;plus de 900m de dénivelée (**difficile**)

LIEU de DEPART: gare SNCF SISTERON

participation aux frais de co-voiturage: 0,05 € /km

prière de s'inscrire pour chaque randonnée
la veille après 18 h



Patrick MARIN: **09 71 06 82 25**
07 52 02 84 04
patmarin@laposte.net