




CALENDRIER SAISON 4ième Trim. 2024

JOURS	LIEUX	 Kms		Tps	Nivx	 Kms A/R	Co- Vt €	Dépt°	
14/09 Lionel	La Verrerie - Le Compostin	8,5	330	2h30	x	0	0	0	14h
21 Eve	LAC d'ESPARRON à GREOUX (<i>baignade</i>)	14	498	4h30	XX	0h45	66	6	8h30
28 Bruno	Les collines de VAULONGUES à GRASSANE	9	240	2h30	x	0	0	0	9h
05 Oct.	RELACHE								
12	COURSE ORIENTATION A Mirabeau <i>Avec Bernadette et Bertrand</i> (Prévoir pique-nique)	8	400	<i>la</i> Journé <i>e</i>	x	0h20	30	0	9h
19 Lionel	FIERAQUE par LUBA	11,3	255	3h30	x	0	0	0	14h
26 Eve	GORGES de la NESQUE	12	620	4h	X	1h10	123	12	8h30
02 Nov.	RELACHE								
9 Lionel	LA BDJ - PIED DE GÂCHE	11,3	275	3h30	x	0	0	0	14h
16 Bruno	MONTJUSTIN par la D956	9	300	2h30	x	0h10	12	0	14h
23 Eve	LARDIER et ses BERGERIES	15	550	5h30	XX	0h45	84	8	8h30
30	RELACHE								
07/12 Bru	Montjustin / Cereste	8,5	150	1h30	x	0	0	0	13h45
14 Bruno	REILLANNE Bois de Paty	12,5	330	3h30	X	0h20	32	0	14h
21 Eve	Les vallons du luberon nord <i>Aire des Masques</i>	15	640	5h30	XXX	0h15	16	0	9h
28	FETES de NOEL								
x à 350m	<i>Très facile</i> : beau sentier, sans aucune difficulté :						8 à 10 km		
X 351/499m	<i>Facile</i> : Sur et hors sentier, aucune grosse difficulté sans gros dénivelé :						10 à 12 km		
XX 500/699m	<i>Moyenne</i> : Sentier pierreux <i>ou</i> longue <i>ou</i> dénivelé :						13 à 14km		
XXX +700m	<i>Difficile</i> : Longue <i>ou</i> Balcon <i>ou</i> Précipice <i>ou</i> Dénivelé de + de 700m						15 km/+		
RDV à la S.P.	Contacts Eve : 06 77 98 48 50 - Bruno : 06 63 96 00 36 - Lionel : 06 43 31 97 83								

INFO : Les sorties peuvent être annulées ou modifiées en raisons des intempéries : pluie, neige, fort Mistral,

ou, selon la disponibilité des accompagnateurs. Vous serez alors prévenus par @ ou **SMS**.