

## RANDO BELLEGARDAISE – PROGRAMME DE JANVIER A MARS 2021

### Règles COVID

Il est impératif de s'inscrire par mail ([rando.bellegarde@gmail.com](mailto:rando.bellegarde@gmail.com)) pour participer aux randonnées.

Lors du rassemblement avant départ :

- respecter les gestes Barrières
- Si covoiturage – Masque obligatoire et lavage des mains avant d'entrer dans les véhicules.
- il est recommandé de ventiler l'intérieur du véhicule et d'éviter la climatisation.

Pendant la randonnée :

- essayer au maximum de respecter les distances.

Après la randonnée :

- ne pas prendre les bâtons d'une/un collègue sans l'avoir au préalable lavé au gel hydro alcoolique.

Après la randonnée :

- Mêmes règles que lors du rassemblement

Date	Heure départ	Lieu et département	Distance A/R	Kms Rando	Durée	Dénivelé	Responsables	Commentaires
03/01	8h00	La chapelle Saint sixte Eygalières (13)	90 km	14km	4h00	400m	G. Desplaces (0662684575) F. Desplaces - F.Laffitte	Moyenne
10/01	8h00	Uchaud	52 km	14,4 km	5 h	150 m	Daniel Philibert (0466016851) Jeannette Juliac- Georgette Rouvray	Facile
		Week-end 5 la Régordane 2 jours		46			Pascal (07 86 44 30 54)	Difficile
14/01	13h30	Oppidum de Mouressipe – St Côme 30	65Kms	8Kms	2h45	150m	Yvan Dechelle (0781496883)	Rando Promenade
17/01	8h	Plateaux d'Orgon - Orgon 13	95Kms	18Kms	6h	535m	Yvan (0781496883) G. Desplaces- Patrice Hertier	Moyenne
24/01	8h30	Caisses de Jean Jean et crêtes de Mouriès	76 km	11.8 km	4h30	200 m	Patrice Hertier(0661205308) – Annie Moreno	Facile
<b>24/01 GALETTE DES ROIS A 17 HEURES</b>								
28/01	13h30	Les Bords du Rhône - Villeneuve les Avignon (30)	76	9	2 H 45	100 m	Georgette Rouvray(06 87 18 12 28)	Rando Promenade
31/01	8h00	Verfeuil	120 km	17 km	5 h	250 m	Daniel Philibert (0466016851) Jeannette Juliac	Facile
	8h00	Les vestiges du Mont Paon - les rochers des baux de provence	50km	17kms	6h00	840m	Patrice Hertier (0661205308) – Annie Moreno – Georges Desplaces	Difficile
07/02		Jardin merveilleux des Sauvains Sauve 30	120	16Kms	5 H30	410 m	Françoise Laffitte (06 11 34 10 72 )- F. Desplaces – Annie Moreno	Moyenne
11/02	13h30	La Croix st Julien Barbentane (13)	65kms	9km			G. Desplaces (0662684575)	Rando Promenade
14/02		Mons Celas (vers le mont Bouquet)	130km	15km	5h	200m	Daniel Philibert (0466016851)- Jeannette Juliac –Georgette Rouvray	Facile
	8h	Gd Tour des Alpilles – St Rémy 13	60Kms	15Kms	6h	750m	Yvan Dechelle (0781496883)- Patrice Hertier- Bernard Bon	Difficile

Date	Heure départ	Lieu et département	Distance A/R	Kms Rando	Durée	Dénivelé	Responsables	Commentaires
21/02		Week-end 4 la Régordane 2 jours		51kms			Pascal Jan	Difficile
	8h	Thoiras	150 km	15,2	5 h00	500 m	Bernard Bon (06 60 37 56 87)– Annie Moreno	Moyenne
25/02	13h30	Meynes – Font Cluse	40km	8km	2h00	100m	Georges Desplaces(0662684575)	Rando Promenade
28/02	8 h30	Boucle St Hippolyte de Montaigu - Masmolène 30	104 km	13,5	4 h 30	150	Françoise Laffitte (06 11 34 10 72 )– Georgette Rouvray-F. Desplaces	Facile
		Le Thaurac	(à reconnaître)				Pascal Jan (07 86 44 30 54) Annie Moreno - Yvan Dechelle	Difficile
11/03	13h30	Caveirac les Vallons	50	9	3 H	253 m	Georgette Rouvray (06 87 18 12 28)	Rando Promenade
<b>07/03 Journée de la Femme</b>								
07/03	7h30	Autour de l'aigüe brun (Buoux 84)	180km	15km	6h00	660m	G. Desplaces (06 62 68 45 75) – Yvan Dechelle –Bernard Bon	Moyenne
21/03		Week-end 3 la Régordane 2 jours		55kms			Pascal Jan (07 86 44 30 54)	Difficile
	8	Lagnes , Le vallon de la Fontaine de l'oule (84)	125 km	15,9	6 h	600 m	Bernard Bon (06 60 37 56 87) F. Laffitte – Annie Moreno	Moyenne
25/03	13h30	Les Tunnels de Sernhac	52km	7km	3h	213m	Patrice Hertier (0661205308)	Rando Promenade
28/03	9h00	Pujaut – Le roc de Trouca	100km	14km	5h	200m	G. Desplaces (06 62 68 45 75)	Facile
	8h30	Crêtes des Opies et des Civadières (Aureille 13)	98 km	11,6 km	5h30	630 m	Patrice Hertier(0661205308)- Annie Moreno- Yvan Dechelle	Difficile

Les infos sur les RANDOS sont estimatives. Pour plus de précisions, n'hésitez pas à contacter l'animateur. Rendez-vous sur le parking de CARREFOUR MARKET 10 mn avant l'heure de départ.

Participation aux frais de covoiturage : 0,15 € x nombre total de kilomètres.

**MARCHE NORDIQUE** : tous les mardis à 18 H 30 marcheurs confirmés ; tous les mercredis et samedis à 9 H (horaires hiver) – Lieu de rendez-vous : Parking du Lac des Moulins.