

RANDO BELLEGARDAISE – PROGRAMME DE JANVIER A MARS 2024

Date	<u>Heure départ</u>	<u>Lieu et département</u>	<u>Distance A/R</u>	<u>Kms Rando</u>	<u>Durée</u>	<u>Dénivelé</u>	<u>Responsables</u>	<u>Commentaires</u>
07/01	8h	Saint Clément	100 kms	16 kms	5h00	400 m	Daniel PH -04 66 01 68 51 Françoise L - Françoise D – Jeannette J.	Moyenne
	Galette à l'issue de la randonnée							
14/01	8h	Mialet - entre chênaies et eau fraîches	160 km	12 km	5h	350m	Bernard B(06 60 37 56 87) - Irène – Georgette	Facile
	7h	Peyre Martine	200 km	15,1 km	5h30	700m	Pascal (0786443054) - Daniel G - Georges D	Difficile
21/01	8h00	Boucle de la citerne (Cucuron 84)	200	15km	6	650m	Georges D(0662684575) - Yvan – Roland	Moyenne
28/01								
04/02	8h30	Les Capitelles de BLAUZAC (30)	80 kms	12,50 km	4 h	130 M	Françoise L - 06 11 34 10 72 - Jeannette - Georgette	Facile
	7h30	Les calanques: La Madrague,sommets de Béouveyre et Marseilleveyre	220 km	14 km	5h	850m	Patrice H 06 61 20 53 08 - Annie- Lia	Difficile
11/02	8h	Autour de ST Jean de Valeriscle	160 kms	13.6 km	5h	460 m	Bernard B(06 60 37 56 87) Françoise L - Françoise D	Moyenne
18/02	8h	Goule de Navet -St Paul les Fonts (30)	76 kms	12,6 kms	4h30	265	Georgette (06 87 18 12 28) - Daniel PH – Jeannette J.	Facile
	8h	Alpilles:les crêtes du mont Menu,le sommet des Opies	106 kms	12 km	5h	650m	Patrice :06 61 20 53 08 Bernard B – Annie M.	Difficile

RANDO BELLEGARDAISE – PROGRAMME DE JANVIER A MARS 2024

Date	<u>Heure départ</u>	<u>Lieu et département</u>	<u>Distance A/R</u>	<u>Kms Rando</u>	<u>Durée</u>	<u>Dénivelé</u>	<u>Responsables</u>	<u>Commentaires</u>
25/02								
03/03	8h00	Le Grand Barbeïrol - Bédoin 84	144 Kms	12 Kms	4h30	630m	Yvan D (07.81.49.68.83)24 - Georges D –	Moyenne
10/03	8h00	St Julien de Peyrolas	150 kms	16,5 Km	5h30	340 m	Daniel PH 04 66 01 68 51 - Georgette - Jeannette	Facile
	7h30	Cascades d’aiguières(30)	140km	18km	6h	680m	Georges D (0662684575) - Yvan Bernard B	Difficile
17/03	8h30	<u>l’oppidum de nages</u>	60	13 km	4h	300m	Pascal (0786443054) - Roland	Moyenne
24/03	8h00	St André d’Olérargues	120 km	15 km	5 h	150 m	Daniel PH 04 66 01 68 51 - Jeannette	Facile
	8h00	Les Rochers de Cairas - Ménerbes - 84	140 Kms	17 Kms	6h	950m	Yvan D (07.81.49.68.83) Annie - Georges D	Difficile
31/03								

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 : 0,20 € x nombre total de kilomètres:/4

MARCHE NORDIQUE : tous les mercredis à 9H (horaires hiver) – Lieu de rendez-vous : Parking du Lac des Moulins.