

RANDO BELLEGARDAISE – PROGRAMME DE SEPTEMBRE A DECEMBRE 2024

Date	Heure départ	Lieu et département	Distance A/R	Kms rando	Durée	Dénivelé	Responsables	Commentaires
01/09	FORUM DES ASSOCIATIONS							
Du 2/09 au 07/09 Séjour dans le Queyras								
08/09	8 h	Plateau de Lacau et Camp de César	120 km	14 km	7h00	400 m	Georges (06 62 68 45 75) - Yvan Roland	Moyenne
13/09	ASSEMBLEE GENERALE							
15/09	8h	Dans les bois de Flaux (30)	84 km	12,5 km	4 H	220	Georgette (06 87 18 12 28) - Roland - Françoise D	Facile
	7h00	Entre Grand et petit Luberon (Lourmarin 84)	180 km	20 km	7 h	500 m	Patrice (06 61 20 53 08) Bernard B - Annie	Difficile
22/09	7h30	La Combe de Brunane (34)	226km	13km	5h	500m	Pascal (07 86 44 30 54)	Moyenne
29/09	8h	Gd Barbeïrol - Bédoin 84	160 Km	12 Km	5h	625 m	Yvan (07.81.49.68.83) -Georges -	Moyenne
06/10	8h00	St Martin de Valgalgues	134 km	15 km	5 h	250 m	Daniel (04 66 01 68 51) - Jeannette	Facile
	8h00	Tour Lacs Zola-Bimont - St Marc Jaumegarde 13	200 Km	19 Km	6h	770 m	Yvan (07.81.49.68.83) - Annie - Pascal	Difficile
13/10								
20/10	8h00	Cascades d’Aiguières	140 km	18 km	6h	700m	Georges (06 62 68 45 75)- Yvan -	Moyenne
26/10	Rando’live							
27/10	8 H	Le Bois de Paris- ASPERES 30	120 kms	11 kms	4 h 30	220 m	F.Laffitte (06 11 34 10 72) - Françoise D - Jeannette	Facile
	6h	Le grand tour de l’Aigoual	220km	30 km	8h	1510m	Pascal (07 86 44 30 54)	Difficile
03/11								
10/11	8h	La Droude (Vezénobres 30)	115km	13KM	4h	250 m	Patrice (06 61 20 53 08) - Lia -	Moyenne

RANDO BELLEGARDAISE – PROGRAMME DE SEPTEMBRE A DECEMBRE 2024

Date	Heure départ	Lieu et département	Distance A/R	Kms rando	Durée	Dénivelé	Responsables	Commentaires
17/11	8h	Chapelle d'Aleyrac et Pont des Camaous (Vacquières 34)	130 km	13 km	4 H 30	150	Georgette (06 87 18 12 28) - Jeannette - Daniel	Facile
	7h00	Aumessas Lac des pises (30)	220 km	14.5 Km	6h	700	Bernard B (06 60 37 56 87) - Annie - Lia	Difficile
24/11								
01/12	8h	Les vallons de Chateauneuf les Martigues (13)	190 kms	13 km	4h50	350	F.Laffitte (06 11 34 10 72) - Roland - Lia -	Moyenne
08/12	8h	Du Coutach au Gardon	100 km	14,4 km	5h	200 m	Daniel Ph (04 66 01 68 51) - Georgette - Jeannette	Facile
	7h	Cirque des Pételins L'aven des Marseillais 13 (crêtes et sommet des calanques)	230 km	13 km	6h	730 m	Patrice (06 61 20 53 08) - Georges D - Yvan - Lia	Difficile
15/12								
20/12	APÉRITIF FIN D'ANNÉE							

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 d'hiver) ou 8h (horaires d'été) - Lieu de rendez-vous : Parking du Lac des Moulins

LONGE CÔTE : Le jeudi Matin