



# ORAISON ACCUEIL

Programme des marches du vendredi

Novembre Décembre 2022 Janvier 2023

Pour les sorties à la journée

Inscription auprès de l'animateur par téléphone le mercredi de 19h00 à 20h00

Date	Horaire	Randonnée	Longueur	Dénivellé	Durée	Covoiturage	Animateurs
4-nov.	8h30	vieil Esclangon	8,00	350	4h00	90	Louis
		Clues de Barles					Jean-Pierre
11-nov.	13h30	Vieux Bras d'Asse	5,00	180	2h00	50	Jean-Pierre
		Bras d'Asse					
18-nov.	13h30	La Bégude	6,50	270	2h30	50	Louis
25-nov.	13H30	Gréoux	6,00	200	2h30	50	François
2-déc.	13h30	Le Paourié Chapelle St Pancrace	8,20	230	3h00		Jean-Pierre
		Spécial Téléthon: participation 2€ par participant					Jean-Yves
9-déc.	8h30	Abbaye de Carluc	8,00	250	3h00	75	Cathi
		Marche en matinée suivi du Pique Nique de Noël					François
16-déc.	13h30	Chapelle de Mirabeau	7,40	360	3h00	65	Françoise
							Jean-Pierre
23-déc.	30-déc.	Pas de randos					
6-janv.	13h30	De Niozelles à Pierrerue	8,50	150	3h00	20	François
		Niozelles					Jean-Pierre
13-janv.	13h30	Les Mourres	7,00	250	3h00	30	Jean-Pierre
		Forcalquier					
20-janv.	8h30	Gréoux Château Laval	12,50	240	5h00	50	Françoise
		Gréoux					Jean-Pierre
27-janv.	13h30	La Blache	10,00	350	3h20	30	Louis
		Sigonce					

Le rendez vous pour le covoiturage a lieu 1/4 d'heure avant l'horaire de départ

Le lieu de départ des marches est le parking Payan à Oraison (sauf indication contraire)

Les animateurs se réservent le droit de refuser le départ à toute personne n'ayant pas les équipements adaptés à la marche

La condition physique des participants doit être compatible avec l'activité de marche

Les participants devront se munir des éléments nécessaires au bon déroulement de l'activité (boisson, alimentation, vêtements de pluie, vêtements chauds.....)

En cas d'annulation de la marche, pour cause météo, une information par mail sera diffusée au plus tard 3 heures avant le départ

animateurs	téléphone	mail
Cathi BERTSCHY	06 48 58 93 82	<a href="mailto:cabertschy@bluewin.ch">cabertschy@bluewin.ch</a>
Françoise HENRY	06 85 41 33 30	<a href="mailto:renehens83@sfr.fr">renehens83@sfr.fr</a>
Louis AGATE	06 86 58 83 63	<a href="mailto:agate.louis@gmail.com">agate.louis@gmail.com</a>
Jean-Yves LEJEUNE	06 85 82 54 73	<a href="mailto:ajyl54@gmail.com">ajyl54@gmail.com</a>
François BENSE	06 59 35 92 92	<a href="mailto:francois.bense@cegetel.net">francois.bense@cegetel.net</a>
Jean-Pierre FRENEHARD	06 71 90 33 38	<a href="mailto:jpjfrenehard@orange.fr">jpjfrenehard@orange.fr</a>