



AVF FORCALQUIER		RANDONNEES des Mercredis 4ème trimestre 2024 Prévenir l'animateur la veille avant 12h								
Date	Rando	Animateur	L. KM	Déniv	Durée	Dif *	H. Départ	Regroupement	Au départ de	Km voiture
02/10/2024	Sommet de Fléossier	Paul	18	1000	7h	***	7h30	Forcalquier	Eourres	70
		06-27-80-93-31								
09/10/2024	Crêtes de la Clappe	Patrick	20	1100	7h	****	7h30	Covoiturage les Mées	La Roche Des Arnauds	105
		06-18-10-45-88								
16/10/2024	Les Crêtes d'Auzet	Guy	15	800	6h	***	7h30	Covoiturage les Mées	Auzet	75
		06-82-65-20-90								
23/10/2024	Céüzette Rocher St Pierre	Patrick	17	900	7h	****	7h30	Covoiturage les Mées	Col des Guérins	95
		06-18-10-45-88								
30/10/2024	Pic de Bertagne	Alain	18	850	7h	****	7h	Prés combaux	Plan d'Aups	125
		06-07-25-06-68								
06/11/2024	Le Pavillon	Michelle	21	1100	7h30	****	7h30	La Brillanne	Moustiers	60
		07-54-83-23-51								
13/11/2024	Rando du Mouflon	Alain	15	700	6h30	***	7h30	Forcalquier	Savoillan	60
		06-07-25-06-68								
20/11/2024	Le Mur de la peste	Gérard	20	600	7h	***	7h30	Garde de Dieu	Lagnes	70
		06-70-55-29-58								
27/11/2024	Sommet de Vautubière	Guy	16	550	5h30	***	8h	Prés combaux	Rians	70
		06-82-65-20-90								
04/12/2024	Col de l'Aire	Guy	14	525	5h30	***	8h30	Garde de Dieu	Céreste	25
		06-82-65-20-90								
11/12/2024	Les Gorges du Colostre	Guy	16	500	5h	*	8h30	Prés combaux	Gréoux	40
		06-82-65-20-90								
18/12/2024	PIQUE-NIQUE NOËL									
25/12/2024	 ❄️ JOYEUX NOËL ❄️ 									
NB : les durées représentent les durées de marche effective à raison de 4 à 5 km/h en plat ou 400 m de dénivelé/h, donc hors repas et arrêts divers. Sauf indication contraire, le départ a toujours lieu au parking « LATOURETTE »										
<small>Les personnes intéressées, non adhérentes à l'AVF, peuvent faire 2 essais gratuitement. Les visiteurs, amis, famille, non résidents dans le pays de Forcalquier, peuvent venir occasionnellement. Dans les 2 cas, la fiche de renseignements doit être impérativement remplie par l'animateur. Dans le cas contraire, la sortie devient une randonnée hors AVF.</small>										
Les randonneurs n'ayant pas accès à l'internet doivent appeler l'animateur la veille au soir au plus tard pour vérifier s'il n'y a pas de modification										