

date	randonnées + commentaires	carte IGN	dénivelé + kms	niveau A B C	durée de marche	Circuit ou AR	rdv départ	covoiturage /voiture
MAI								
jeudi 04 mai	Refuge du Tourrond, Jas des Pierres, BOUQUETINS, repas refuge réservé (envoyer SMS à André si ok) http://www.refugedutourrond.com/	3437 OT	670 m 9 kms	B	4h	AR	Casino Gap 8h	16 € 63 kms AR
jeudi 11 mai	Antonaves - le Pic Saint Cyr	3339 OT	783 m 11 kms	B	6h	Circuit	Piscine Gap 8h30 Laragne 9h	21 € 85 kms AR
mercredi 17 mai	Claret, Tête de Boursier pour les pivoines !	3339 ET	800 m 11 kms	B	6h	Circuit	Piscine Gap 8h	12 € 49 kms AR
vendredi 26 mai	Pic Queyrel via col Viallet puis col Escalier (descente raide Pic > col)	3437 OT	900 mC 14 kms	C	7h	Circuit	Casino Gap 8h	13 € 51kms AR
JUIN								
jeudi 01 juin	Dévoluy - Pierre Baudinart - départ Villard Joly	3337 OT	600 m 8 kms	B	5h30	Circuit	Piscine Gap 8h15	23 € 92 kms AR
mercredi 07 juin	traversée Remollon > Gap	3338 ET	740 m 18 kms	B	5h	aller	SCAL à Gap BUS avant 7h30 place Ladoucette	3€ ticket bus
mardi 13 juin	Chateaufort, ravin Terre Basse, Pas de l'Echelle	3339 ET	600 m 15 kms	B	5h	AR	Piscine Gap 8h	26 € 104 kms AR
mardi 20 juin	Dévoluy, cabane de l'Avalanche, plateau de Bure (2563m) (visite de l'Obs à l'étude)	3438 ET	1026 m 10 kms	C	6h	AR + Circuit	Piscine Gap 7h30 Veynes 8h	25 € 100 kms AR
lundi 26 juin	balade contée Lac Barbeyroux/Payas/St Bonnet, avec conteuse	3437 OT	200 m 5 kms	A	2h	AR	Casino Gap 13h30	12 € 46 kms AR
mardi 27 juin	Séjour QUEYRAS sur 2 jours inscription avant le 5 JUIN auprès d'Alain Valpréveyre, lac Chalandrie nuit +pt déj +repas soir = 45€ camping du Gouret à Aiguilles couchage Yourtes 10p, couette fournie, apporter sac de couchage	3637 OT	750 m 12 kms	B	4h30	AR	Casino Gap 7h	Gap-Queyras AR + petits trajets sur place
mercredi 28 juin	Séjour QUEYRAS 2ème jour Chalets de Clapeyto, col de Néal, Lacs	3537 ET	600 m 10 kms	B	4h30	Circuit	retour Casino Gap	voir/place
JUILLET								
mardi 04 juillet	St Crépin, les genévriers thurifères, certains arbres âgés de + 1000 ans !	3537 ET	450 m 6 kms	A	4h	Circuit	Casino Gap 8h Chorges 8h15	29 € 116 kms AR
mardi 11 juillet	Lachau - (26) Vallon des Chanaux	3240 OT	580 m 14 kms	B	6h30	Circuit	Piscine Gap 7h30 Laragne 8h	31 € 124 kms AR

date	randonnées + commentaires	carte IGN	dénivelé + kms	niveau A B C	durée de marche	Circuit ou AR	rdv départ	covoiturage /voiture
jeudi 13 juillet	balade contée à Charance/Canal avec conteuse (parcours ombragé)	3338 ET	114 m 5 kms	A	2h	Circuit	Rond Point Sénateur Gap 13h30	2 € 7 kms AR
lundi 17 juillet	Séjour ITALIE sur 2 jours inscription avant le 5 JUIN auprès d'Alain Granges de Rio Vallon de Soustra, pointe de Joanne, refuge Vallanta (Italie) nuit +pt déj = 51€ Refuge de Vallante	IGC 106	1000 m	C	5h30	Circuit	Casino Gap 6h45	Gap-Queyras AR + petits trajets sur place
mardi 18 juillet	Séjour ITALIE 2ème jour, Refuge Vallante, col Vallante, Passo Della Losetta, granges de Rio avec SENTIERS 05	IGC 106	600 m	B	5h	Circuit	retour Casino Gap	voir/place
mardi 25 juillet	Notre Dame de la Salette/sanctuaire, Le Chamoux (2198m)	3336 ET	500 m 8 kms	B	5h	Circuit	Casino Gap 8h30	28 € 110 kms AR
AOUT								
mardi 01 août	Les Orres, lac de Ste Marguerite (2230m)	3438 ET	570 m 10 kms	B	5h	Circuit	Casino Gap 8h	24 € 96 kms AR
semaine du 7 août	semaine de congés : si un(e) animateur(trice) se libère, une randonnée sera proposée avant fin juillet							
mercredi 16 août	<i>Réunion de programme "Septembre à Décembre"</i>						<i>local ANR Gap 9 h</i>	
vendredi 18 août	Le Saix, montagne d'Aujourd	3338 OT	1000 mC 18 kms	C	7h	Circuit	Piscine Gap 8h	18 € 72 kms AR
jeudi 24 août	Le Glaizil - Le Chapeau de l'Evêque	3337 OT	640 m 9 kms	B	5h30	Circuit	Casino Gap 8h15	14 € 58 kms AR
jeudi 31 août	Gap Charance, Tour de l'Odysée, Brèche et col de Guisière	3338 ET	675 m 10 kms	B	4h	Circuit	Rond Point Sénateur Gap 8h	2 € 7 kms AR
SEPTEMBRE (randos planifiées par avance)								
dimanche 03 septembre	Rencontres franco-italiennes Col d'Abries, grand pique-nique...	3637 OT	950 m 15 kms	C	6h	AR	Casino Gap 7h	46 € 183 kms AR
mercredi 06 septembre	Balade contée à Savines (forêt des Roures) avec une conteuse	3438 ET	209 m 5 kms	A	2h30 + pique-nique	circuit	Casino Gap 8h45	14 € 54 kms AR

date	randonnées + commentaires	carte IGN	dénivelé + kms	niveau A B C	durée de marche	Circuit ou AR	rdv départ	covoiturage /voiture
------	---------------------------	-----------	-------------------	-----------------	--------------------	------------------	------------	-------------------------

QUELQUES RAPPELS ET INDICATIONS UTILES

L'association est membre de la Fédération Française de Randonnée Pédestre (n° d'affiliation 4914) ; **chaque adhérent souscrit une licence annuelle** qui lui apporte les meilleures garanties et un niveau de protection en cas d'accident, pour lui et vis-à-vis des tiers (voir fiche licence).

Les renseignements donnés pour chaque course doivent permettre à chacune et chacun de faire son choix en fonction de sa forme physique du moment.

Pour chaque sortie, prévoir un équipement adapté : chaussures, vêtements contre la pluie, le vent, le froid ou le chaud, les vivres nécessaires et toujours la gourde d'eau.

Pour chaque randonnée, un **rendez-vous** est toujours proposé à **GAP** ; souvent, un deuxième est prévu sur l'itinéraire routier.

GAP : > **au Nord Est**, parking Géant Casino > **au Sud Ouest**, parking piscine de Fontreyne > **à l'Ouest**, Rond Point du Sénateur

PONT DU FOSSE : après le bureau de poste, venant de Gap

LES BARRAQUES : face à l'hôtel de l'Empereur

VEYNES : arrêt de bus en face de la pharmacie centrale

ST BONNET : Mairie

EMBRUN : rond-point des Orres, avant le pont de la Durance (sens Gap-Briançon)

CHORGES : gare SNCF

LARAGNE : parking Véraigne
Gap-Sisteron)

SISTERON : entrée de la ville (avant tunnel sens

Les niveaux A, B et C sont indicatifs

A = dénivelé inférieur à 500m, durée jusqu'à 5h

B = dénivelé de 500m à 900m, durée jusqu'à 6h

C = dénivelé supérieur à 900m, durée supérieure à 6h

Ces niveaux peuvent s'adapter en fonction des difficultés de la randonnée.

Si vous avez un doute sur la difficulté éventuelle, vous pouvez vous renseigner auprès de l'animateur de la randonnée. Pour que l'animateur connaisse les participants pour sa sortie, il est fortement conseillé de le **prévenir de sa participation**, en priorité par **SMS** ou par message téléphonique.

Lorsqu'il y a la mention **INSCRIPTION**, cela signifie l'obligation de s'inscrire dans les délais indiqués (auprès du responsable de la sortie) pour faciliter l'organisation. Notre activité de plein air est grandement subordonnée aux conditions météorologiques ... en cas d'hésitation, appeler