

# Propositions de sorties

Accompagnateur :

## Programme 2022

Titre de la sortie	Durée	Difficulté (1)	Lieu / Heure Départ	Dates Proposées	Notes (2)		
					Durée (h)	Distance (km)	Dénivelé (m)

(1) TM = Tous marcheurs (facile, pour tous)

BM = Bons marcheurs (entre 5 et 7h de marche, dénivelée 1000 m maxi)

(2) Il est important de donner le dénivelé ainsi que la durée ou la distance

MM = Moyens marcheurs (5 à 6h de marche environ, dénivelée 600 m maxi)

TBM = Très Bons marcheurs (>7h de marche, dénivelée > 1000 m)

### A envoyer par mail ou courrier à :

Denis Dalmais  
226 rue de la Croix Céty  
01370 Meillonas  
[ddalmais@gmail.com](mailto:ddalmais@gmail.com)  
06.63.97.36.24