PROGRAMME du 10 Mars au 05 Mai 2024

**DIMANCHE 10 MARS : MAUSSANE- CALANS & FALAISES DE LA CAUME(13) MOYENNE**

**17 Km & 475m. Départ du Forum 8h 30 Transport 6€**

**DIMANCHE 17 MARS 2024 : LES OCRES DE LA GARDE ADHEMAR (26) FACILE**

**17 Km & 400m. Départ du Forum 8h 30 Transport 14€**

**DIMANCHE 24 MARS : RANDO GRILLADES-SAINT JULIEN DE PEYROLAS (30) FACILE**

**Départ du Forum 8h 30 Inscription Obligatoire**

**DIMANCHE 31 MARS : CLANSAYES (26) MOYENNE**

**17 Km & 370m. Départ du Forum 8h 30 Transport 14€**

**DIMANCHE 07 AVRIL : BEDOIN LA COMBE OBSCURE (84) MOYENNE**

**15 Km & 520m Départ du Forum 8h 30. Transport 9 €**

**DIMANCHE  14 AVRIL : SAINT ANDRE DE ROQUEPERTUIS (30) MOYENNE**

**19 Km & 500m. Départ du Forum 8h 30. Transport 10€**

**DIMANCHE 21 AVRIL : FONTVIEILLE (13) FACILE**

**16 Km & 230m. Départ du Forum 8h 30 Transport 6€**

**DIMANCHE 28 AVRIL : ROUSSAS (26) MOYENNE+ 19 Km & 600m Départ du Forum 8h30 Transport 15€**

**DIMANCHE 05 MAI : REGALON-VALLON DE LA PEINE (84) MOYENNE**

**16 Km & 400m. Départ du Forum 8h 30 Transport 9€**

**Prière de prendre connaissance des difficultés des itinéraires décrits dans les programmes. S’assurer d’être convenablement équipé(e) pour les activités auxquelles vous participerez (chaussures de marche, vêtements adaptés à la météo, boisson, pique-nique, collations éventuelles, pharmacie personnelle).En cas de défaillance (toujours possible), prière de le déclarer dès que possible à l’accompagnateur bénévole diplômé, afin de pouvoir suivre au plus tôt ses recommandations qu’il est seul habilité à vous donner.**