

Amicale des Baliseurs Randonneurs du Gapençais - Programme des randonnées raquettes bon niveau 1er trimestre 2025

14 av commandant Dumont 05000 Gap RV Parkings:S=Sénateur L= Lafaille D= Décathlon P= Piscine

Jour	Date Heure de départ	Animateur téléphone	Parcours	Kms	C ou A/R	Temps	Dénivelé	Carte	RV	Observations	Covoiturage
Janvier											
Jeudi	09/01/2025	Christine et Michel BOTTEGA 06 75 94 24 90	Raquettes bon niveau météo défavorable							téléphoner la veille de 17h30 à 19h à la permanence ABRG	
Lundi	13/01/2025	Christine et Michel BOTTEGA 06 75 94 24 90	La joue du Loup							Téléphoner dimanche 12/01 entre 12h et 14h	
Jeudi	16/01/2025	Jean-Louis NICOLLET 06 24 40 03 25	Le Palastre							téléphoner la veille de 17h30 à 19h à la permanence ABRG	
Séjour neige du dimanche 19 janvier au samedi 25 janvier 2025 à Hauteluce 73620 - Cf Marie-Jo Machemehl 06 89 55 14 37											
Lundi	20/01/2025		Raquettes bon niveau								
Jeudi	23/01/2025		Raquettes bon niveau							téléphoner la veille de 17h30 à 19h à la permanence ABRG	
Dimanche	26/01/2025		Raquettes bon niveau								
Lundi	27/01/2025		Raquettes bon niveau								
Jeudi Vendredi	30/01/2025 31/01/2025	Monique AMIC 06 13 90 83 88	Raquettes bon niveau							téléphoner la veille de 17h30 à 19h à la permanence ABRG	
Février											
Lundi	03/02/2025	Jean-Daniel SENSI 06 64 01 76 74	Col de la Pourrachière								

Jour	Date Heure de départ	Animateur téléphone	Parcours	Kms	C ou A R	Temps	Dénivelé	Carte	R V	Observations	Covoiturage
Séjour à Bayasse (04) du 5 au 8 février 2025- Référents Monique Amic 06 13 90 83 88 et J-Daniel Sensi 06 64 01 76 74											
Jeudi	06/02/2025		Raquettes bon niveau							téléphoner la veille de 17h30 à 19h à la permanence ABRG	
Dimanche	10/02/2025	Christine et Michel BOTTEGA 06 75 94 24 90	Archinard – Vers l'Epaule d'Autane							téléphoner la veille de 17h30 à 19h.	
										téléphoner la veille de 17h30 à 19h.	
Jeudi	13/02/2025		Raquettes bon niveau							téléphoner la veille de 17h30 à 19h à la permanence ABRG	
Dimanche	16/02/2025	Alain MARECHAL 06 75 80 94 82	Les Orres – crête de l'Essaleta								
Jeudi	20/02/2025	Christine et Michel BOTTEGA 06 75 94 24 90	La Chalp de Crévoux-cabane des Espagnols-vallon des Eyguettes							téléphoner la veille de 17h30 à 19h à la permanence ABRG	
Dimanche ou Lundi	23/02/2025	Alain MARECHAL 06 75 80 94 82	Raquettes bon niveau annulé							téléphoner la veille de 17h30 à 19h.	
	24/02/2025		Raquettes bon niveau							téléphoner la veille de 17h30 à 19h.	
Jeudi	27/02/2025	Thierry LAROCHE 06 31 74 68 72	Vallon Froid							téléphoner la veille de 17h30 à 19h à la permanence ABRG	
Mars											
Lundi	03/03/2025	Monique AMIC 06 13 90 83 88	Crévoux La Chalp								
Jeudi	06/03/2025	Jean-Daniel SENSI 06 64 01 76 74	Lacs Ste Anne et Miroir							téléphoner la veille de 17h30 à 19h à la permanence ABRG	

Dimanche ou Lundi	09/03/2025 10/03/2025	Christine et Michel BOTTEGA 06 75 94 24 90	Raquettes bon niveau annulé météo défavorable							téléphoner la veille de 17h30 à 19h.	
Jour	Date Heure de départ	Animateur téléphone	Parcours	Kms	C ou A/ R	Temps	Dénivelé	Carte	R V	Observations	Covoiturage
Jeudi	13/03/2025	Thierry LAROCHE 06 31 74 68 72	Raquettes bon niveau annulé météo défavorable							téléphoner la veille de 17h30 à 19h à la permanence ABRG	
lundi	17/03/2025	Jean-Daniel SENSI 06 64 01 76 74	Vallon Albert Ceillac								
Jeudi	20/03/2025		Raquettes bon niveau							téléphoner la veille de 17h30 à 19h à la permanence ABRG	
Dimanche	23/03/2025		Raquettes bon niveau								
Lundi	24/03/2025		Raquettes bon niveau								
Jeudi	27/03/2025		Raquettes bon niveau							téléphoner la veille de 17h30 à 19h à la permanence ABRG	
Dimanche	30/03/2025	Parcours du cœur									

" D.V.A. Pelle et sonde " obligatoires pour participer aux sorties

ainsi que le sifflet dans le sac.

Merci de prévenir de votre participation à une sortie raquettes bon niveau.

Pour les activités du dimanche ou lundi, les participants doivent contacter l'animateur la veille entre 17h30 et 19h.

Pour les activités du jeudi, appeler la permanence ABRG le mercredi - Les participants doivent se conformer aux décisions de l'animateur.

Pour joindre l'ABRG:à la permanence le mercredi de 17h30 à 19h - par téléphone: 06 52 52 77 82 - par mail abrg.gap@gmail.com blog:**abrg05.fr**

Important: il est indispensable que chaque participant dispose, à portée de main, des informations identitaires et médicales ci-après, indispensables en cas d'urgence: Nom, Prénom, date de naissance - Nom, Prénom, de la personne à contacter en cas d'urgence – Maladie: si vous atteint d'une maladie - Allergie : de quelle(s) allergie(s) vous souffrez - Traitement : les traitements que vous suivez (potentiellement dernière(s) ordonnance(s)).Hospitalisation : si vous avez été hospitalisé récemment (2 à 3 semaines).