

# Amicale des Baliseurs Randonneurs du Gapençais      Programme des randonnées pédestres 2<sup>ème</sup> trimestre 2025

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

Jour	Date H départ	Animateur téléphone	Parcours	Kms	C A/R ou B (boucle)	Temps	Dénivelé	Carte	RV	Observations	Covoiturage
<b>AVRIL</b>											
<b>Du mardi 1er au vendredi 4 avril: séjour à BUIS LES BARONNIES (26170)</b> <b>Référentes Marie-Pierre Escalle 06 51 61 59 37 et Mireille Rigaud 06 08 89 93 71.</b>											
Jeudi	03/04/2025	Christine TEMPIER 06 84 07 67 27 M-France CLAVERIE 06 74 30 67 17	Le belvédère des Curattes et les rives du bord du lac de Serre-Ponçon	10	C	4h	250	3437OT	D		3€
Lundi	07/04/2025 8h	Michel CRANGA 06 72 27 64 73	Champerus-Chateauvieux- Gleize	14	C	5h30	850	3338OT	S	Départ de Veynes	4€
Jeudi	10/04/2025 8h	François TESNIERE 06 07 87 65 64	Moulins de la Sézia à partir du barrage du Sautet	11,5	C	5h	650	3336OT	D	Corps (38) Barrage du Sautet	7€
<b>Jeudi 10/04/2025 Sentier de Pagnol - déplacement en car - référent J-Pierre Dao 06 15 49 00 62 -</b>											
Lundi	<del>14/04/2025</del> 8h	Francesco TRIVERI 06 01 07 54 79 Mireille RIGAUD 06 08 89 93 71	Grotte Trou de l'Argent Sisteron <b>Reporté au 29.04.2025</b> Météo défavorable	<del>10</del>	<del>C</del>	<del>4h30</del>	<del>700</del>	<del>3339OT</del> <del>3340ET</del>	<del>P</del>	Passage aérien avec marches métalliques et main courante Prévoir une frontale pour le passage dans la grotte	7,50€
Jeudi	17/04/2025										
Jeudi	17/04/2025 7h30	Joël BARTETTE 06 85 04 06 43	Le Trainon Météo défavorable	12	C	5h30	600	3339ET	P	Départ de St-Geniez	9€
<b>Dimanche</b> <b>Pâques</b>	<b>20/04/2025</b>										
<b>Lundi</b> <b>(férié)</b>	<b>21/04/2025</b>										
Jeudi	24/04/2025 8h	Christine TEMPIER 06 84 07 67 27	Cabane Jas de Pierres	11	A/R	4h30	800	3338ET	D	Les Frémonds Vallée de Champoléon (bouquetins)	6€

# Amicale des Baliseurs Randonneurs du Gapençais      Programme des randonnées pédestres 2<sup>ème</sup> trimestre 2025

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

Jeudi	24/04/2025 8h30	Henri MARTIAL 06 62 20 97 40	Lac Peyssier Abaye de Clausonne	13	C	4h30	750	3338OT	S	Départ: Le Saix Retour par le col de Combestlerle	5,50€
Lundi	28/04/2025 8h	Francesco TRIVERI 06 01 07 54 79 Mireille RIGAUD 06 08 89 93 71	Grotte Trou de l'Argent Sisteron	10	C	4H30	700	3339OT 3340ET	P	Passage aérien avec marches métalliques et main courante Prévoir une frontale pour le passage dans la grotte	7,50€
<b>MAI</b>											
Jeudi Férié	01/05/2025 8h30	Eliane ROUBAUD 06 11 97 68 98	<del>Les alentours du lac de Corréo</del> animateur non disponible	12	B	4h	300	3339ET	S	Départ direct du parking du Sénateur	0
Jeudi Férié	01/05/2025 8h	Josette PARA 06 79 89 06 20	Le Suillet	10	C	5H	650	3339 OT	P	Orpierre En souvenir de Gilbert qui avait animé cette randonnée, il y a un an.	.8€
Dimanche ou Lundi	4/05/ ou 5/05/2025 7h30	Michel CRANGA 06 72 27 64 73	<del>La Pare depuis Montama en</del> traversée Météo défavorable reportée au 5/06	15	E	6h	1000	3338OT et 3237OT	S	Secteur de St Julien de Beauchêne	8,50€
Jeudi 08/05/2025 Férié	08/05/2025 8h30	Monique AMIC 06 13 90 83 88	Les Tourrens Les Marches	9	C	4h30	450	3437OT	L	Secteur d'Orcières	4,50€
Jeudi Férié	08/05/2025	<b>Randonnée sur l'île du Frioul (13) avec déplacement en car - 11km - 150m de dénivelé - Référente Eliane Roubaud 06 11 97 68 98 -</b>									
Dimanche 11/05/2025	11/05/2025 7h30	Corine VUYLSTEKER 06 88 25 22 44 Michel PEYRON 06 26 13 73 40	Montagne d'Aujourd	17	C	6h30	1100	3338OT	S	Départ : Le Saix 2 passages à gué, délicats.	5,50€
Jeudi	15/05/2025 8h	Christine TEMPIER 06 84 07 67 27	Le Sullite La Coche	11	C	4h30	600	3338ET	D	Les Blancs Vallée de Champoléon	6€

# Amicale des Baliseurs Randonneurs du Gapençais      Programme des randonnées pédestres 2<sup>ème</sup> trimestre 2025

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

Dimanche	18/05/2025 8h	Josyane FERAUD 06 71 88 23 76 Ginette TAIX 06 72 85 21 95	La grande Gautière et pointe d'Eyrolle	12	C	5 h	850	3339 ET	L	Départ de La Motte du Caire	6€
Jeudi	22/05/2025 9h30	Eliane ROUBAUD 06 11 97 68 98	<del>Le col de Rabou</del> Remplacé par le lac de Corréo	<del>14</del> 8	<del>A/R</del> B	<del>5h30</del> 3h	<del>550</del> 150	<del>3337OT</del>	S	<del>Départ de Superdévoluy</del> Départ direct du parking ou de La Garde en fonction de la météo	<del>7,50€</del> 0
Jeudi	22/05/2025	Joël <del>BARTETTE</del> 06 85 04 06 43	<del>Pointe-Feuillette (1850m)</del> météo défavorable	<del>14</del>	B	5h30	800	<del>3237OT</del> 3337OT	S	<del>Départ du hameau des</del> <del>Ameyeres , après le village</del> <del>de lus la Croix Haute</del>	9€
Lundi	26/05/2025 8h	Francesco TRIVERI 06 01 07 54 79 Mireille RIGAUD 06 08 89 93 71	Chapelle St Pons	12	C	4h	820	3341OT	P	Passage avec marches métalliques et main courante Départ de Valbelle (04) Retour par le pas de Soumiou	9€
Jeudi <b>Ascension</b>	29/05/2025 8h	Jean-Paul GILLET 06 78 40 07 00 Thierry LAROCHE 06 31 74 68 72	Crête de Morgon par le lac du Morgon	12	A/R	4h30	650	3438ET 3438ETR	D	Départ du parking du Grand Clos – forêt de Boscodon. 5km de piste forestière en voiture.	6€
Jeudi <b>Ascension</b>											
<b>JUIN</b>											
Dimanche	01/06/2025 7H30	Corine VUYLSTEKER 06 88 25 22 44 Michel PEYRON 06 26 13 73 40	Chaudun - Pic de Gleize	14	C	5h30	900	3337OT	L	Départ du col de Gleize 1 passage aérien	2,50€
Jeudi	05/06/2025 7h45	Maryse AUBERT 06 72 01 20 39	<del>Lac du Crachet - Crévoux</del> météo défavorable	7	<del>A/R</del>	3h30	<del>577</del>	<del>3538ET</del> <del>3538ETR</del>	<del>D</del>	<del>Départ de La Chalp</del>	9€
Jeudi	05/06/2025 7h30	Michel CRANGA 06 72 27 64 73	La Pare depuis Montama en traversée	18	C	7h	1000	3338OT et 3237OT	S	Secteur de St Julien de Beauchêne	8,50€

# Amicale des Baliseurs Randonneurs du Gapençais      Programme des randonnées pédestres 2<sup>ème</sup> trimestre 2025

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

Dimanche <b>Pentecôte</b>	08/06/2025 8h	Jean-Louis NICOLLET 06 24 40 03 25	Cirque de Larcisse	11	C	5h	780	3437OT 3437OTR	L	Les Costes - passages aériens	4€
Jeudi	12/06/2025 8h	Brigitte LLOPIS 06 64 27 67 56 Josette PARA 06 79 89 06 20	Au-dessus de Costebelle	12	C	5h	550	3437 OT	D	Départ de Pont du Fossé	3,50€
Jeudi	12/06/2025	Rando de Mireille et Fancesco reportée au 26/06									
Dimanche	15/06/2025 7h	Corine VUYLSTEKER 06 88 25 22 44 Michel PEYRON 06 26 13 73 40	Lac de l'Hivernet Mont Guillaume	14	C	7h	1200	3438ET	D	Départ du parking des Fontainiers Un peu de hors sentiers Quelques passages dans la neige	7,50€
Jeudi	19/06/2025 <del>7h45</del> 7h15	Monique AMIC 06 13 90 83 88	<del>Tour de la montagne de Moutet</del> remplacé par Le Petit et le Grand journal	<del>12</del> 10	<del>€</del> C	<del>5h30</del> 5h30	<del>860</del> 970	<del>3437OT</del> 3337OT	<del>D</del> D	<del>Départ de Notre Dame de Bois Vert.</del> Circuit en sens inverse de l'habituel Aspres les Corps Retour par le col d'Aspres sans passer par la bergerie de Sambus.	<del>2€</del> 5,50€
Jeudi	19/06/2025 7h45	Noël FROMENT 06 21 75 25 76 Alice SOUBEYRAN 06 67 06 08 41	Le Pic Chauve par les Sauvas	10	A/R	5h	500	3338ET + 3338OT + 3337OT	S	<sup>2</sup> Départ de la rando : maison forestière des Sauvas	4,50€
Lundi	23/06/2025 7h	Joël BARTETTE 06 85 04 06 43 7h	<del>Mont Guillaume-Trempa-Latz</del> <del>Chapelle des Seyères</del> remplacé par Le Mont Orel	<del>13</del> 13	<del>€</del> B	<del>6h</del> 5h30	<del>1100</del> 750	3438ET	D	Départ du parking des Fontainiers (Embrun) pas d'eau sur le parcours	<del>7,50€</del> 9€
Jeudi	26/06/2025 7h30	Maryse AUBERT 06 72 01 20 39	Saut du Laire par les Bassets	12	C	5h50	631	3437ET, 3437ETR	D	Départ du parking de Prapic	5,50€

# Amicale des Baliseurs Randonneurs du Gapençais      Programme des randonnées pédestres 2<sup>ème</sup> trimestre 2025

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

Jeudi	26/06/2025 8h15	Eliane ROUBAUD 06 11 97 68 98	Saut du Laire	9	A/R	3h30	370	«	D	Si possible pique nique en commun avec rando de Maryse	5,50€
Jeudi	26/06/2025 6h30	Francesco TRIVERI 06 01 07 54 79 Mireille RIGAUD 06 08 89 93 71	Tour Pic St Cyr, Les Avens, Gorges de la Méouge	18	C	6h30	1020	3339OT	P	Départ d' Antonaves	7€
Lundi	30/06/2025 6h30	Marcel JOUBERT 06 78 16 86 70	<del>Lac du Marinnet</del> Retour par le col Mary annulée par manque de participants	22	€	8h	910	<del>3538ET</del> et <del>3637OT</del>	P	Départ de Maljasset (Ubaye 04)	13€

Les chaussures de marche adaptées à la montagne sont indispensables ainsi que le sifflet dans le sac.

**Merci de prévenir de votre participation à une randonnée.**

Les participants doivent se conformer aux décisions de l'animateur.

**Pour joindre l'ABRG:** à la permanence/au local le mercredi de 17h30 à 19h - par téléphone: 06 52 52 77 82 -  
par mail [abrg.gap@gmail.com](mailto:abrg.gap@gmail.com)      **Blog de l'association: 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 êtes 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)**