

é											
Amicale des Baliseurs Randonneurs du Gapençais Programme des randonnées pédestres 4ième 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 ou A/R ou B	Temps	Dénivelé	Carte	RV	Observations	Covoiturage
Octobre											
Rando avec repas et retour en commun .											
Jeudi 8h15	02/10/2025	Henri MARTIAL 06 62 20 97 40	De Valserrès ou St Etienne Le Laus à la Chapelle St Maurice	9	C	5h	800		P	Départ du parking à proximité de la cave coopérative vinicole	2,50€
	02/10/2025	Eliane ROUBAUD 06 11 97 68 98		13	A/R	3h45	450		P	Départ du Bas Col au dessus de St Etienne Le Laus	3,50€
Dimanche	05/10/2025	Gap en cîmes									
Jeudi	09/10/2025 8h15	Maryse AUBERT 06 72 01 20 39	Du lac au village de Saint Vincent les Forts	9	C	4h30	500m	3438ET	P	Départ de la rando sur le parking de la plage de Saint Vincent les Forts, après la Bréole 04	6€
Jeudi	09/10/2025 7h	Marcel JOUBERT 06 78 16 86 70	Tour Tête du Gaulent	13	C	7h	1080	3437ET	D	Départ de la rando Col des Combes Fressinières	10€
Lundi	13/10/2025 7h30	Joël BARTETTE 06 85 04 06 43	Les crêtes de Vars animateur non disponible	12	€	5h30	800	336ET	D	Départ de la rando au parking de La Rua	9€
Lundi	13/10/2025 8h	Mireille RIGAUD 06 08 89 93 71	Le lac de l'Etang	11	A/R	5h	860	3437OT 3437OTR	D	Départ de la rando du hameau des Richards (Champsaur)	4,50€
Jeudi	16/10/2025 7h45	Monique AMIC 06 13 90 83 88	Tour de la montagne de Moutet	12	C	5h30	860	3437OT	D	Départ N.D. Bois Vert Circuit en sens inverse de l'habituel, soit montée par le côté gauche	2€
Dimanche	19/10/2025 8h	J-Louis NICOLLET	Village de Courtil – Le Collet en Dévoluy	12	C	5h	630	3337OT	S	Passage câblé	5€
Jeudi	23/10/2025 8h	Michel CRANGA 06 72 27 64 73	Sommet du Durbonas depuis Baumugne météo défavorable	14	A/R	5h30	1075m	3338OT	S	Secteur de La Faurie	6,50€
Jeudi	23/10/2025 7h45	Maryse AUBERT 06 72 01 20 39	Lac Miroir-Lac Saint Anne météo défavorable	12	€	6h	770	3537ET	D	Départ parking Mélezet et retour par Chaurionde	11€

Amicale des Baliseurs Randonneurs du Gapençais Programme des randonnées pédestres 4ième trimestre 2025
14 av commandant Dumont 05000 Gap RV Parkings:S=Sénateur L= Lafaille D= Décathlon P= Piscine

[illegible]

Amicale des Baliseurs Randonneurs du Gapençais Programme des randonnées pédestres 4ième trimestre 2025
14 av commandant Dumont 05000 Gap RV Parkings:S=Sénateur L= Lafaille D= Décathlon P= Piscine

[illegible]

Amicale des Baliseurs Randonneurs du Gapençais Programme des randonnées pédestres 4ième 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 ou A/R ou B	Temps	Dénivelé	Carte	RV	Observations	Covoiturage
Décembre											
Lundi	01/12/2025										
Jeudi	04/12/2025	François TESNIERE 06 07 87 65 64 Mireille RIGAUD 06 08 89 93 71	La crête de St Martin 04	6	C	3h30	300	3340ET ou 3341OT	P	Salignac 04 Musée paléogalerie. Informations à venir.	9€
Jeudi	04/12/2025										
Dimanche	07/12/2025										
Lundi	08/12/2025										
Jeudi	11/12/2025	Journée camemberts avec report au 18/12/2025 si mauvaise météo- informations à venir									
Dimanche	14/12/2025										
Lundi	15/12/2025										
Jeudi	18/12/2025	Journée camemberts si non réalisée le 11/12/2025									

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 les randonnées du dimanche ou lundi, prévenir l'animateur la veille, de préférence par message, ou appel téléphonique de 17h30 à 19h (au plus tard). Ne pas oublier de laisser vos coordonnées.**
- **Pour les randonnées du jeudi, inscription par SMS le mercredi sur le portable de l'animateur ou par appel téléphonique à la permanence ABRG**

Pour joindre l'ABRG: une permanence est assurée au local le mercredi de 17h30 à 19h - par téléphone: 06 52 52 77 82

- par mail abrg.gap@gmail.com **Blog:**www.abrg05.fr

Important: il est obligatoire 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).