

dates	lieux	niv.	kms	déniv.	départ	animateurs/trices	observations
Samedi 09 septembre	FORUM DES ASSOCIATIONS						De 9h à 13h Cours Coursin
Dimanche 10 septembre	Rando accueil, Le bois de Cubert	IBP 55	15,5	340	08h30	Alain/Claude	6h de marche, Visan, 52 kmA/R
Mardi 12 septembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Mercredi 13 septembre	Rando accueil, massif d'Uchaux				08h30	Claude	
Vendredi 15 septembre	Rando Douce						
Samedi 16 septembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Dimanche 17 septembre	Le rocher de St Amand par le col de la chaine	3	14	730	08h30	Agnès	6h de marche
Mardi 19 septembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Vendredi 22 septembre	Rando Douce						
Samedi 23 septembre	Séjour Marche Nordique					Murielle	La Seyne sur mer
Mardi 26 septembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Vendredi 29 septembre	Rando Douce						
Samedi 30 septembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Dimanche 01 octobre	Le mont Bouquet, le Castellas, le Puech	IBP 68	17,5	530	08h30	Alain	Seynes (30), 112 km A/R
Mardi 03 octobre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Sérignan tennis
Vendredi 06 octobre	Rando Douce						
Samedi 07 octobre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Sérignan tennis
Dimanche 08 octobre	Les gorges du régalon	3	16,2	472	08h30	Agnès	Cheval Blanc, 65 km/45mn
Mardi 10 octobre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Uchaux les Farjons
Vendredi 13 octobre	Rando Douce						
Samedi 14 octobre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Uchaux les Farjons
Dimanche 15 octobre	Benivay Ollon	3	15	621	08h30	Agnès	Buis les baronnies,
Mardi 17 octobre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Vendredi 20 octobre	Rando Douce						
Samedi 21 octobre	Marche Nordique Départementale				08h30	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Salle des fêtes
Dimanche 22 octobre	LOTO					Tous	
Mardi 24 octobre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Plan d'eau pont de l'Aigues
Mercredi 25 octobre	Montbrun au départ de Savoillan	IBP 80	19	570	08h00	Pascal	Distance 64 km
Vendredi 27 octobre	Rando Douce						
Samedi 28 octobre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Plan d'eau pont de l'Aigues
Mardi 31 octobre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Uchaux cimetière
Vendredi 03 novembre	Rando Douce						
Samedi 04 novembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Uchaux cimetière
Dimanche 05 novembre	Masmolène par St hyppolyte de Montaigu	3	16,5	471	08h30	Agnès	7h de marche
Mardi 07 novembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Vendredi 10 novembre	Rando Douce						
Samedi 11 novembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Mardi 14 novembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Uchaux les Farjons
Mercredi 15 novembre	Sceautres et son Neck	IBP 79	21	600	08h30	Alain	8h de marche, Alba la romaine
Vendredi 17 novembre	Rando Douce						
Samedi 18 novembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Uchaux les Farjons
Dimanche 19 novembre	Les mines d'ocres de Mormoiron	IBP 52	15	420	08h30	Pascal	Distance 50 km
Mardi 21 novembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Plan d'eau pont de l'Aigues
Vendredi 24 novembre	Rando Douce						
Samedi 25 novembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Plan d'eau pont de l'Aigues
Dimanche 26 novembre	Pont de Gard par Castillon de gard	3	17,3	184	08h30	Agnès	6h de marche
Mardi 28 novembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Uchaux cimetière
Vendredi 01 décembre	Rando Douce						
Samedi 02 décembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Uchaux cimetière
Dimanche 03 décembre	Crêtes des Alpilles, Saint Rémy de Provence	IBP 61	15,5	500	08h30	Alain	7h de marche, 110 km A/R par A7
Mardi 05 décembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Vendredi 08 décembre	Rando Douce						
Samedi 09 décembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Mardi 12 décembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Vendredi 15 décembre	Rando Douce						
Samedi 16 décembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Dimanche 17 décembre	Château de Javon				08h30	Pascal	Distance 70 km
Mardi 19 décembre	Séance Marche Nordique				09h00	animatrices/animateurs MN	Piolenc, Le Paty
Vendredi 22 décembre	Rando Douce						

DATES DES EVENEMENTS A RETENIR

Samedi 09 septembre	FORUM DES ASSOCIATIONS						De 9 h à 13 h
Du 22 au 24 septembre	Séjour MN					Murielle	La Seyne sur mer
Samedi 21 octobre	Journée départementale MN						Piolenc / salle des fêtes
Dimanche 22 octobre	LOTO						Salle des fêtes
Vendredi 17 novembre	ASSEMBLEE GENERALE						Salle Trintignant

Pour les randonnées merci de confirmer votre présence auprès de l'animateur 48h à l'avance !

Association	07 82 75 66 16
Adhésions Denis	04 90 29 55 56 - 06 34 30 52 16
Animateurs/trices	Téléphones
Agnès	06 56 77 08 98
Alain T.	06 47 78 52 36
Carole	06 43 17 46 24
Charlotte	07 83 27 91 57
Claude C.	04 90 29 64 94 - 07 82 75 66 16
Claude R.	06 14 12 53 68
Danielle	06 79 43 98 18
Huguette	06 15 55 26 77
Jean-Pierre	04 90 29 74 37 - 06 64 86 91 61
Lucien	06 09 03 74 82
Marion	06 02 62 30 07
Murielle	06 13 01 62 51
Pascal	06 82 74 76 35
Raymond	06 40 72 38 16

*** Les départs des randonnées se font de la Place Barthou !** Attention aux horaires de départ indiqués sur le calendrier.

*** Niveaux 3 et 4 : chaussures hautes obligatoires !**

Attention !

Des modifications peuvent être apportées : météo, accès aux forêts, etc ... Avant les départs vous pouvez consulter le Blog, votre messagerie ou vous renseigner auprès de vos animatrices et animateurs.

Les séances de MN du samedi se tiendront sous réserve de la disponibilité d'un nombre suffisant d'animateurs. Elles seront confirmées la semaine qui précède.

Il est recommandé de consulter le blog pour être informé des dernières consignes sanitaires de la FFRP !