Date 12/09/2021

Programme de septembre à décembre 2021

Date	Randonnées	Carte IGN	Dénivelé	Niveau estimé A. B. C. Observation	Durée (TTC)	(Ci) circuit ou A/R	Rendez-vous départ	Covoiturage par voiture Euros
SEPTEMBRE								
Jeudi 16	**AG de L'ANR à Manse**							
Dimanche 19	Les Manes - Plateau de Bayard	3437 OT	130 m	A	2 h	Ci	parking étang des Manes (avant la dernière courbe) 14h Géant : 13 h 45	3 €
Jeudi 23	Sainte Luce (38) – Le Chauvet	3336 OT	600 m	B	6 h	Ci	Géant : 8 h Les Baraques : 8 h 20	25 €
Dimanche 26	Mucoviscidose – Virades de l'Espoir – Parc Givaudan à Gap							
Jeudi 30	Eourres - Le Pied de Mulet –	3337 OT	700 m	B	6 h	Ci	Piscine : 8 h	26 €
OCTOBRE								
Lundi 4	Esparron La Bâtie – Lac des Monges	3339 ET	450 m	A	4 h 30	Ci	Piscine : 9 h	25 €
Jeudi 7	**Réunion annuelle des randonneurs – Manse – Salle des fêtes**							
Vendredi 15	Veynes – Tour du Serre des Fourches	3338 OT	500 m	A+	4 h 30	Ci	Piscine : 8 h 30 Veynes : 9 h	12 €
Dimanche 17	Gap – Colline de St Mens	3338 ET	220 m	A	2 h	Ci	Parking EPHAD St Mens : 14 h	-
Jeudi 21	Ancelle – Vallée de le Rouanne -	3437 OT	600 m	B	6 h	Ci	Géant : 8 h 30 Les Taillas : 9 h	12 €
Mardi 26	St Firmin – Col des Vachers	3437 OT 3336 ET	450 m	A	5 h	A/R	Géant : 8 h 30 Les Baraques : 8 h 50	20
NOVEMBRE								
Jeudi 4	Turriers – Crêtes des Mélèzes	3339 ET	600 m	A+	5 h 30	Ci	Piscine : 9 h	25 €
Vendredi 12	L'Épine – Bonnet rouge	3238 OT	750 m	B	6 h 30	A/R	Piscine : 8h00 Veynes : 8h30	22 €
Mardi 16	Les Borels – Méollion	3437 OT	410 m	A	5 h	Ci	Géant : 9 h Pont du Fossé : 9 h 30	12 €
Dimanche 21	Château de Tallard - Crêtes St Abdon - Jardins et vignobles.	3338 ET	150 m	A	2 h	Ci	Piscine : 13 h 40 Parking château Tallard : 14 h	6 €
Jeudi 25	Rosans – Col de la Fromagère Option : Le Fourchat	3239 OT 3238 OT	600 m + 275 m	A+ B	5 h + 1 h 30	Ci A/R	Piscine : 7 h 45	26 €
Mardi 30	Lac du Sautet	3337 OT	500 m	A	5 h	Ci	Géant : 8 h 30	20 €

…/…

							Les Baraques : 8 h 50	
DECEMBRE								
Lundi 6	**Réunion pour le programme ***							
Vendredi 10	Aspres sur Buëch – Col de la Seille	3338 OT	400 m	A	4 H 00	Ci	Piscine : 9h00 Veynes : 9h30	16 €
Dimanche 12	**Raquettes pour débutants**, (si pas de neige, marche, et sera reprogrammée en janvier) : Canal de Gap (parking chapelle de Sauveterre) - Lac de Corréo	3338 ET	40 m	A	2 h	Ci	Piscine : 13 h 40	4 €
Mercredi 15	Tallard – Les Marinons	3338 ET	475 m	A	5 h	Ci	Piscine : 9 h	8 €

* Le prochain programme se fera le lundi 16 décembre à 9 h au local de l'ANR, 10 rue de l'Imprimerie, GAP

QUELQUES RAPPELS ET INDICATIONS UTILES

L'association est membre de la Fédération Française de Randonnée Pédestre (n° d'affiliation 4914) ; **chaque adhérent souscrit une licence annuelle** qui lui apporte les meilleures garanties et un niveau de protection en cas d'accident, pour lui et vis-à-vis des tiers (voir fiche licence).
Les renseignements donnés pour chaque course doivent permettre à chacune et chacun de faire son choix en fonction de sa forme physique du moment.
Pour chaque sortie : prévoir un équipement adapté : chaussures, vêtements contre la pluie, le vent, le froid ou le chaud, les vivres nécessaires et toujours la gourde d'eau.
Pour chaque randonnée, un **rendez-vous** est toujours proposé à GAP ; souvent, un deuxième est prévu sur l'itinéraire routier.

GAP : - à l'est : parking Géant, à proximité du poste d'essence – **à l'ouest :** parking piscine, coté tennis
CHORGES : gare SNCF
EMBRUN : rond-point des Orres, avant le pont de la Durance (sens Gap-Briançon)
ST BONNET : Mairie
ST FIRMIN : place du village
PONT DU FOSSE : après le bureau de poste, venant de GAP
LES BARRAQUES : face hôtel de l'Empereur
VEYNES : arrêt bus en face de la pharmacie centrale
LARAGNE : parking Véragne
SISTERON : entrée Sisteron

Les niveaux A, B et C sont « indicatifs » :
A = dénivelé : jusqu'à 500 m, durée : jusqu'à 5 h
B = dénivelé : de 500 m à 900 m, durée : jusqu'à 6 h
C = dénivelé : supérieur à 900 m, durée : supérieure à 6 h
Ces niveaux peuvent s'adapter en fonction des difficultés de la randonnée. Si vous avez un doute sur la difficulté éventuelle, vous pouvez vous renseigner auprès du responsable de la randonnée.

La mention **INSCRIPTION** signifie l'obligation de s'inscrire dans les délais indiqués (auprès du responsable de la sortie) pour faciliter l'organisation ; le cas échéant transmettre les arrhes demandées.
Notre activité de plein air est grandement subordonnée aux conditions météorologiques … en cas d'hésitation, appeler le responsable de la sortie la veille, après le bulletin météo des JT.
Le covoiturage est le prix par voiture (à diviser suivant le nombre de passagers) au départ de GAP. *(Bases de calcul = carburant : 2€/l ; consommation : 8l/100km ; soit 0,16€ par km parcouru ; ajouter 0,09€ pour l'usure. Total : 0,25€/km parcouru).*

Le secrétaire, Jean-Luc OUDET — Le président, Gilles FLOUW

…/…