

LES MARCHES DU FOYER SAISON 2019-2020 "SUR LES SENTIERS DE PROVENCE"
T1 V3

Révision: 22-oct

JOUR	DATE	RENDEZ-VOUS	NOM DU CIRCUIT	A PROXIMITE DE	DIFFICULTE	TEMPS DE MARCHÉ	DISTANCE	DENIVELE +	PIQUE-NIQUE A EMPORTER
------	------	-------------	----------------	----------------	------------	-----------------	----------	------------	------------------------

ATTENTION, CE PROGRAMME NE CONCERNE PAS LES MARCHES DU MARDI MATIN "AUTOUR DU VILLAGE"
OCTOBRE 2019

JEUDI	10-oct	8H30	LE SOMMET DE L'AGRA	ST JURs	DIFFICILE	5H30	15 KM	820	OUI
MERCREDI	16-oct	8H30	LES GORGES DE TREVANS	ESTOUBLON	MOYEN	4H	10 KM	495	OUI
MERCREDI	23-oct	Vacances	LES HAUTEURS DE MOUSTIERS	MOUSTIERS	MOYEN	4H	9,3 KM	540	OUI

 VR
VR

NOVEMBRE 2019

MERCREDI	30-oct	Vacances	LE CIRCUIT DE BAUDUEN	BAUDUEN	MOYEN	4H30	12 KM	306	OUI
MERCREDI	06-nov	7H30	SENTIER BLANC-MARTEL	LA PALUD	DIFFICILE	6H	15 KM	530	OUI
MERCREDI	13-nov	8H	SORTIE VAL D'ALLOS	LA FOUX D'ALLOS					
JEUDI	14-nov		SORTIE VAL D'ALLOS						
VENDREDI	15-nov		SORTIE VAL D'ALLOS						
MERCREDI	20-nov	8H30	CIRCUIT DES BARRAGES	LE THOLONET	MOYEN	4H30	12,5 KM	409	OUI
MERCREDI	27-nov	8H30	LE TOUR DES GORGES D'OPPEDETTE	OPPEDETTE	MOYEN+	3H	7 KM	290	OUI

 VR
FF

VR
FF

DECEMBRE 2019

MERCREDI	4 dec	8H30	CHARTREUSE DE LA VERNE	COLLOBRIERES	MOYEN	4H45	13 KM	484	OUI
MERCREDI	11 dec	8H30	LES GORGES DE LA VERONCLE	JOUCAS	DIFFICILE	5H30	16 KM	450	OUI
MERCREDI	18 dec	8H30	OPPIDUM DE ST PIERRE	REVEST DES BROUSSES	DIFFICILE	4H40	14 KM	528	OUI
MERCREDI	25 dec	Vacances							

 FF
FF
RG

JANVIER 2020

MERCREDI	01-janv	Vacances							
MERCREDI	08-janv	8H30	BERGERIES DU CONTADOUR	BANON	MOYEN	4H	13 KM	250	OUI
MERCREDI	15-janv	8H30	CARAMY - SAUT DU CABRI	MAZAUGUES	DIFFICILE	5H	15,3 KM	380	OUI
MERCREDI	22-janv	8H30	TROU DU RAT ET REGALON	MERINDOL	DIFFICILE	5H30	15 KM	360	OUI
MERCREDI	30-janv	8H30	BARRE DE ST QUINIS	STE ANASTASIE	MOYEN	3H30	8 KM	400	OUI

 VR
RG
VR
FF

OPTION		8H	TOUR DU LAC	ESPARRON s VERDON	DIFFICILE	6H40	20 KM	390	OUI
--------	--	----	-------------	-------------------	------------------	------	-------	-----	-----