

Président : Rogier VAN de PANNE
06 87 00 35 71
Secrétaire : Josselyne BARDET 06 16 90 82 91
Site de l'association : <https://www.dieulefit-rando.fr/>

Programme des Randonnées 2ème Trimestre 2023

	Indice modif.	Type rando	Heure Départ Tennis	Nom de la randonnée	Départ de la randonnée	Km voiture	Km rando	Déniv Positif (m)	temps marche	Animateur	Téléphone	Commentaires techniques ou informations diverses
lundi 3 avr. 2023		1/2 journée	13h30	Aleyrac	Aleyrac - la Blache	18	6,5	183	3h	J-Y Souchard	06 68 91 18 16	
mercredi 05 avr. 23		1/2 journée	13h30	Font d'Estrèche à Poët Laval	Cimetière de Poët-Laval	7	8	276	3h	Gisèle Mathon	06 32 19 55 77	
		Journée	8h15	Egluy - Vaugelas	Vaugelas	56	15	740	6h	Lionel Pauzat	06 67 14 19 28	
		Journée	8h30	Les Coirons	Rochemaure	34	20	960	6h	Pierre Lemot	06 64 48 04 34	
lundi 10 avr. 23		1/2 journée	13h30	Les Ravoux	La Paillette	6	4,5	200	1h30	Rogier	06 87 00 35 71	Petite balade et on pourra aller boire un thé au retour au restaurant de la Paillette
mercredi 12 avr. 23		1/2 journée	13h30	Forillon par Souspierre	La Bégude	11	10	400	4h	Claudine	06 79 12 86 89	Petit goûter chez Claudine
		Journée	8h15	Col de Guitte et Gîte de Blanc	La Paillette	6	15	750	5h	Framboise	06 41 54 27 31	Me rejoindre au parking de la Paillette à 8h25.
		Journée	7h30	Crêtes de Tarsimoure	St Dizier en Diois	62	18	1 070	6h	Noël Ernouf	06 20 62 22 87	
lundi 17 avr. 23		1/2 journée	13h30	Les Teyssières	Teyssières Mairie	14	6	100	2h30	Vincent Morin	06 42 88 23 91	Goudron et itinéraire équestre
mercredi 19 avr. 23		1/2 journée	13h30	Le col de la Ruche et les Caminottes	Les Tennis	11	9	470	3h	Gisèle Mathon	06 32 19 55 77	Visite et dégustation à la cave des Caminottes
		Journée	9h	Plaines de Poët-Laval	Poët-Laval (cimetière)	7	11	570	4h30	Michèle Delamare	06 85 96 13 70	Anémones pulsatilles. Serre Gros en option : ajouter 1,5km, 100m D+, 45 min
		Journée	8h00	Couspeau- Grand Delmas	Rochefourchat	48	16	920	6h30	Lionel Pauzat	06 67 14 19 28	
lundi 24 avr. 23		1/2 journée	13h30	Serre Blanc	Puygiron	21	7	200	3h	J-Y Souchard	06 68 91 18 16	
mercredi 26 avr. 23		1/2 journée	13h30	Col Mazelle Vesc	Village de Vesc	12	9	400	4h	Sylvie Mathon	06 15 81 83 08	
		Journée	8h30	Le Cougoir	Teyssières	15	14	890	4h	Lionel Pauzat	06 67 14 19 28	
		Journée	8h	Le Merlu	L'Estellon	18	14,5	1150	5h	Jacqueline	06 83 51 73 11	

L'association Dieulefit Rando est affiliée à la Fédération Française de Randonnée (FFR). Les randonneurs réguliers doivent TOUS avoir une licence FFR avec au minimum une assurance Responsabilité Civile. Le randonneur occasionnel et non assuré est couvert par l'assurance "Manifestations exceptionnelles" de la FFR. Une participation de 2 € est demandée par personne et par randonnée, et cela à concurrence de 3 randonnées maximum. Au delà, cette personne ne sera pas acceptée pour la randonnée si elle ne prend pas sa licence.

Matériel obligatoire : bonnes chaussures. En fonction de la météo, protection contre la pluie, le froid ou le soleil. Prévoir boissons, pique-nique, en-cas. Pharmacie personnelle.

Deuxième paire de chaussure obligatoire pour le transport pour ne pas salir ou dégrader les voitures des convoyeurs.

Participation aux frais de transport : 0,10 € par km et par co-voituré (Voir site de l'association). Les enfants de plus de 12 ans, accompagnés d'un adulte, sont acceptés. Les chiens ne sont pas acceptés en randonnée.

Site de l'association : <https://www.dieulefit-rando.fr/>

Président : Rogier VAN de PANNE
06 87 00 35 71
Secrétaire : Josselyne BARDET 06 16 90 82 91
Site de l'association : <https://www.dieulefit-rando.fr/>

Programme des Randonnées 2ème Trimestre 2023

	Indice modif.	Type rando	Heure Départ Tennis	Nom de la randonnée	Départ de la randonnée	Km voiture	Km rando	Déniv Positif (m)	temps marche	Animateur	Téléphone	Commentaires techniques ou informations diverses
lundi 01 mai 23	*	Journée	8h45	La Pierre Sanglante	La Roche sur Grâne	33	12	286	4h	Françoise Lagier	06 32 91 84 17	Prévoir pique-nique. Au retour, visite aux pépinières Rivière pour les pivoines (1h15)
mercredi 03 mai 23	*	1/2 journée	13h30	Col Marot et Col Imbert	La Paillette	6	9	350	3h	Rogier Van de Panne	06 87 00 35 71	
	*	Journée	8h15	Roche-Colombe	Pont d'Horta	25	10	500	4h30	Framboise	06 41 54 27 31	
	*	Journée	8h30	Pertuis - La Tournelle	Pigoulet	7	13	920	5h30	Lionel Pauzat	06 67 14 19 28	Un passage escalade sur 30m avec aide ferrata
lundi 08 mai 23		1/2 journée	13h30	Bois de Vache Poët-Célar	Col de Boutière	9	6,5	180	2h30	Françoise Lagier	06 32 91 84 17	
mercredi 10 mai 23	*	1/2 journée	13h30	Chateau d'Audefray	RD130 La Paillette Carrière Rémuzat	9	6	400	3h30	Vincent Morin	06 42 88 23 91	Pentes raides, petits passages étroits et scabreux, Si plusieurs, AR possible pour éviter les petits passages à pic du chateau. On s'aidera
	*	Journée	8h30	Serre de Créma	L'Estellon	30	11	770	5h	Lionel Pauzat	06 67 14 19 28	
	*	Journée	7h30	Montagne de Buye	St Léger du Ventoux	60	18	940	6h30	Noël Ernouf	06 20 62 22 87	
lundi 15 mai 23	*	1/2 journée	13h30	Les Bermès	Dieulefit (tennis)	0	7	300	2h30	Josiane et Michèle	06 85 96 13 70	
mercredi 17 mai 23	*	Journée	9h45	Les Caprines Vesc	Arrivée des parapentes	11	9,5	450	4h	Sylvie Mathon	06 15 81 83 08	Prévoir pique nique et suffisamment d'eau. Un aller retour.
	*	Journée	7h45	Canyon des Gueulards	La Pissoire	70	13	750	5h	Lionel Pauzat	06 67 14 19 28	2 passages escalade avec aide ferrata
	*	Journée	8h15	Le Linceuil	Ste-Jalle (Col d'Ey)	45	18	950	5h30	Pierre Lemot	06 64 48 04 34	
lundi 22 mai 23	*	1/2 journée	13h30	Les berges du Jabron	Grde cheminée P-Laval	3	6	150	2h30	Gisèle Mathon	06 32 19 55 77	
mercredi 24 mai 23		1/2 journée	8h30	La Rige	Le Bridon	8	8	200	2h45	Michèle Delamare	06 85 96 13 70	Fête champêtre
	*	1/2 journée	8h	Les Chardons	Le Poët Laval	10	10	550	3h	Lionel Pauzat	06 67 14 19 28	
		1/2 journée										
lundi 29 mai 23		1/2 journée	13h30	Ventes Pousterle	Eglise de Comps	7	8	300	2h30	Claude Largot	04 75 53 33 12	
mercredi 31 mai 23		1/2 journée	13h30	Le Paloir	Saoû	25	7	300	3h	Gisèle Mathon	06 32 19 55 77	Visite du village de Saoû
	*	Journée	8h	Le Grand Pommerolle	Saoû	24	15	800	5h	Framboise	06 41 54 27 31	
	*	Journée	7h	Dieulefit Nyons	Caminottes	10	25	1500	7h	Jacqueline	06 83 51 73 11	Possibilité de partir de Fontlargias pour raccourcir

L'association Dieulefit Rando est affiliée à la Fédération Française de Randonnée (FFR). Les randonneurs réguliers doivent TOUS avoir une licence FFR avec au minimum une assurance Responsabilité Civile. Le randonneur occasionnel et non assuré est couvert par l'assurance "Manifestations exceptionnelles" de la FFR. Une participation de 2 € est demandée par personne et par randonnée, et cela à concurrence de 3 randonnées maximum. Au delà, cette personne ne sera pas acceptée pour la randonnée si elle ne prend pas sa licence.

Matériel obligatoire : bonnes chaussures. En fonction de la météo, protection contre la pluie, le froid ou le soleil. Prévoir boissons, pique-nique, en-cas. Pharmacie personnelle.

Deuxième paire de chaussure obligatoire pour le transport pour ne pas salir ou dégrader les voitures des convoyeurs.

Participation aux frais de transport : 0,10 € par km et par co-voituré (Voir site de l'association). Les enfants de plus de 12 ans, accompagnés d'un adulte, sont acceptés. Les chiens ne sont pas acceptés en randonnée.

Site de l'association : <https://www.dieulefit-rando.fr/>

Président : Rogier VAN de PANNE
06 87 00 35 71
Secrétaire : Josselyne BARDET 06 16 90 82 91
Site de l'association : <https://www.dieulefit-rando.fr/>

Programme des Randonnées 2ème Trimestre 2023

	Indice modif.	Type rando	Heure Départ Tennis	Nom de la randonnée	Départ de la randonnée	Km voiture	Km rando	DéniV Positif (m)	temps marche	Animateur	Téléphone	Commentaires techniques ou informations diverses
lundi 05 juin 23	*	1/2 journée	13h30	Pas des Muletiers	Forêt de Saoû - Sable Blanc	24,5	7,5	235	2h30	Vincent Morin	06 42 88 23 91	Montée régulière par la voie forestière
mercredi 07 juin 23	*	1/2 journée	13h30	Le pas de l'échelette	Forêt de Saoû bergerie Paturel	28	6,5	346	3h	Gisèle Mathon	06 32 19 55 77	
		Journée	9h30	Serre Antoine	Mornans	18	13	406	4h30	Patrick Salaignac	06 38 92 74 93	Rendez-vous avec Patrick à la sortie de Bourdeaux au cimetière
	*	Journée	7h	Gd Veymont	La Coche	98	20	990	6h30	Noël Ernouf	06 20 62 22 87	
lundi 12 juin 23		1/2 journée										
mercredi 14 juin 23		1/2 journée										
		Journée	8h	Servelle de Brette	Volvent	48	15	790	5h30	Lionel Pauzat	06 67 14 19 28	Obvseration : Présence de pivoines
	*	Journée	8h15	Tête de la Dame	Omlèze (Les Arbods)	63	15	1000	5h30	Pierre Lemot	06 64 48 04 34	
lundi 19 juin 23		1/2 journée	13h30	Forêt d'Eyzahut	Eyzahut (piscine)	19	7	290	2h45	Michèle Delamare	06 85 96 13 70	
mercredi 21 juin 23		1/2 journée	13h30	Combe Roussine	Bourdeaux (place du grand quai)	13	6	200	2h	Patrick Salaignac	06 38 92 74 93	Visite de la Vialle possible
	*	Journée	8h30	Mont-Rachas	Taulignan (Rialle)	22	14	500	5h	Michèle Delamare	06 85 96 13 70	Boucle ouverte (retour à Poët-Laval). D- : 670m
		Journée	8h	3 Becs	Les Auberts	30	15	1150	6h	Stéphane Colleu	06 69 33 99 90	Départ arrivée les Auberts ; montée sur 2 Becs
lundi 26 juin 23		1/2 journée	8h30	Chapelle de Bécone	La Roche-St-Secret (Salle des fêtes)	15	7	215	2h15	Michèle Delamare	06 85 96 13 70	Balade dans les lavandes
mercredi 28 juin 23		Journée	9h30	Bois Sec et Vaire	Francillon-sur-Roubion	18	6,5	200	2h30	Annie Liagre	06 60 23 19 49	Boucle + pique-nique + baignade
	*	Journée	8h30	Boutière - Bourdeaux	Boutière	12	12	380	4h30	Claude Largot	04 75 53 33 12	
		Journée	8h15	Gorges de l'Oule	Lac de Cornillon	40	14	680	6h	Lionel Pauzat	06 67 14 19 28	Prévoir 2ème paire chasussure, marche dans l'eau 1 km, et baignade

L'association Dieulefit Rando est affiliée à la Fédération Française de Randonnée (FFR). Les randonneurs réguliers doivent TOUS avoir une licence FFR avec au minimum une assurance Responsabilité Civile. Le randonneur occasionnel et non assuré est couvert par l'assurance "Manifestations exceptionnelles" de la FFR. Une participation de 2 € est demandée par personne et par randonnée, et cela à concurrence de 3 randonnées maximum. Au delà, cette personne ne sera pas acceptée pour la randonnée si elle ne prend pas sa licence.

Matériel obligatoire : bonnes chaussures. En fonction de la météo, protection contre la pluie, le froid ou le soleil. Prévoir boissons, pique-nique, en-cas. Pharmacie personnelle.

Deuxième paire de chaussure obligatoire pour le transport pour ne pas salir ou dégrader les voitures des convoyeurs.

Participation aux frais de transport : 0,10 € par km et par co-voituré (Voir site de l'association). Les enfants de plus de 12 ans, accompagnés d'un adulte, sont acceptés. Les chiens ne sont pas acceptés en randonnée.

Site de l'association : <https://www.dieulefit-rando.fr/>