



SENTIERS 05

Mairie de Romette, 05000 Romette

Courriel : sentiers05@orange.fr

Site internet : <http://sentiers05.fr/>

PROGRAMME du 4^{ème} Trimestre 2019

Informations générales

- L'appel téléphonique au responsable la veille **entre 17h et 19h** est obligatoire pour toutes les sorties.
- L'animateur se réserve toute latitude pour changer le lieu et l'itinéraire de la sortie selon les conditions. Pensez à consulter vos courriels la veille ou à appeler l'animateur si vous suspectez l'éventualité d'un changement.
- Regroupement pour le covoiturage aux parkings suivants :
 - Géant Casino (près des postes à essence) pour l'Embrunais,
 - La Descente (P.R.) pour le Champsaur et le Valgaudemar,
 - Le Sénateur (P.R.) pour Le Devoluy,
 - La piscine de Fontreyne (P.R.).
- Recommandation : durant la période où les journées sont de courtes durées, les animateurs devront s'arranger pour que la randonnée se termine au plus tard à 16h (heure de retour aux voitures).
- Randos douces : Elles remplacent les randos Santé et se feront le mardi : dénivelé de 400 m maxi et temps de marche de 3 à 4 heures pourront être adaptés selon les participants mais le programme est défini à l'avance. Pique-nique à prévoir.

A noter dans vos agendas :

La prochaine réunion des animateurs pour la préparation du programme du 1^{er} trimestre 2020 aura lieu le **vendredi 13 décembre à 15h** dans la salle "la Romettine" à Romette. **Merci de vous organiser pour rester jusqu'à la fin de celle-ci.**

<i>Date, Heure, Lieu de départ</i>	<i>Responsable</i>	<i>Parcours :</i> <i>Circuit = C</i> <i>Aller-Retour = AR</i>	<i>Temps Marche</i> <i>Distance</i>	<i>Dénivelée</i> <i>Alt. MAX</i>	<i>Difficulté</i>	<i>Carte IGN, Secteur</i>	<i>Observations</i>	<i>Participation par Voiture</i>
Mardi 01 Octobre 9h30 Géant Casino	Christiane Charlier	Baie St Michel, Baie de Chanteloube.	AR 3h30 5 Km	400 m 875 m	1	3438 ET Chorges	RdV : 9h45 gare de Chorges.	12 €
Jeudi 03 Octobre 7h30 La Descente	Simone Espinasse	Chaillol Station, lac de Malcros	AR 6h30	1050 m	4	3437 OT		16 €
Jeudi 10 Octobre 8h30 Sénateur	Robert Martin	La Cluse, Rocher de la Baume.	C 5h 10 Km	600 m 1780 m	2	3337 OT Dévoluy		18 €
Mardi 15 Octobre 8h30 Géant Casino	Gilbert Bertrand	Châteauroux-les-Alpes, Saint-Alban, Serre Buzard.	C 4h30 ≈ 10 Km	400 m 1280 m	1	3437 ET Orcières		24 €
Jeudi 17 Octobre 8h Sénateur	Serge Frémont	St Etienne en Dévoluy, Pas du Follet.	C 5h 8 Km	760 m 2113m	3	3337 OT Dévoluy		21 €
Jeudi 24 Octobre 8h30 Géant Casino	Simone Espinasse	Aiguilles de Chabrières par les Oucanes.	C 6h30	850 m	3	3338 ET Réallon	Passage délicat dans les Aiguilles.	20 €
Mardi 29 Octobre 8h15 La Descente	Chantal Sicard	Prapic, Saut du Laire.	AR 4h 6 Km	330 m 1886 m	1	3437 OT Champsaur	RdV : 8h45 à Pont-du-Fossé.	20 €
Jeudi 31 Octobre 8h30 Sénateur	Max Giraud-Telme	La Montagne (Sigottier), col d'Arron, Bonnet Rouge , Crête de la Bouisse.	C 5h 12 Km	680 m 1650 m	3	3238 OT Serres		22 €
Mardi 05 Novemb 9h30 Géant Casino	Yvon Charlier	Les Gontards, Jardin des gardes, Font Pipi.	AR 3h15 4,5 Km	350 m 1850 m	1	3438 ET Chorges	RdV : 9h45 gare de Chorges.	12 €
Jeudi 07 Novemb 8h15 La Descente	Chantal Sicard	Les Richards, col du Palastre, Statue des Randonneurs et Croix, Sommet du Palastre.	AR 5h 8 Km	730 m 2278 m	2	3437 OT Champsaur	RdV : 8h45 à Pont-du-Fossé.	20 €
Mardi 12 Novemb 9h La Descente	Yves Nédellec	Plateau de Bayard.	C 4h30 9,5 Km	300 m 1300 m	1	3338 ET Gapençais	<i>Possibilité de raccourcir le circuit.</i>	5 €
Jeudi 14 Novemb 8h30 Géant Casino	Serge Frémont	Mont Guillaume.	C 5h 14 Km	900 m 2510 m	3 / 4	3438 ET Embrun		27 €
Mardi 19 Novemb 9h La Descente	Alain Derancourt	Pré de la Chaumette.	AR 3h30 8 Km	300 m 1800 m	1	3437 ET Champoleon		24 €

<i>Date, Heure, Lieu de départ</i>	<i>Responsable</i>	<i>Parcours :</i> <i>Circuit = C</i> <i>Aller-Retour = AR</i>	<i>Temps Marche</i> <i>Distance</i>	<i>Dénivelée</i> <i>Alt. MAX</i>	<i>Difficulté</i>	<i>Carte IGN, Secteur</i>	<i>Observations</i>	<i>Participation par Voiture</i>
Jeudi 21 Novemb 8h30 Sénateur	Robert Martin	Corniche de Céüse .	C 5h 10 Km	600 m 2000 m	2	3338 ET Céüse		15 €
Mardi 26 Novemb 9h Géant Casino	Jacqueline Derancourt	Le Fein, Champ du comte, Clos Clavary, La croix des prés.	C 3h30 8 Km	300 m 1430 m	1	3438 ET Serre- Ponçon		15 €
Jeudi 28 Novemb 8h30 Piscine	Max Giraud-Telme	Orpierre, Le rocher Saint Michel .	C 4h 10 Km	680 m 1216 m	2	3339 OT Orpierre	<i>Montée raide vers la cîme.</i>	30 €
Mardi 03 Décemb 9h30 La Descente	Yves Nédellec	Tour du Puy de Manse	C 4h 8 Km	300 m 1425 m	1	3437 OT Ancelle		8 €
Jeudi 05 Décemb 8h30 Piscine	Max Giraud-Telme	Le tour du Mont de Garde .	C 4h30 10 Km	664 m 1516 m	2 / 3	3339 OT Trescléoux	<i>Montée raide, petit passage délicat.</i>	30 €
Mardi 10 Décemb 9h30 La Descente	Alain Derancourt	Tour du Château d' Ancelle .	C 2h30 6 km	150 m 1400 m	1	3437 OT Ancelle		9 €
Jeudi 12 Décemb 8h15 Géant Casino	Chantal Sicard	Pkg La Plâtrière (St Etienne-le- Laus), N.D.du Laus, col de l'Ange, Puy Maurel , col du Tourrond.	C 6h 10Km	600 m 1317 m	2	3338 ET La Batie Neuve	RdV : 8h45 La Plâtrière.	10 €
Mardi 17 Décemb 9h30 La Descente	Jacqueline Derancourt	Collet d'Ancelle, Col de Moissière.	AR 3h30 6 Km	200 m 1560 m	1	3437 OT Ancelle	<i>Balcon ensoleillé.</i>	9 €
Jeudi 19 Décemb 9h Géant Casino	Simone Espinasse	Col Lebraut, Crête du Ruban , la Croix des Prés.	C 4h 10 Km	450 m 1551 m	1	3438 ET Serre- Ponçon	RdV : 9h15 Gare de Chorges.	15 €

Niveau de difficulté :

- 1 : marche de 4 à 5 heures sur sentiers, dénivelée positive cumulée de 400 à 500 m,
- 2 : marche de 5 à 6 heures sur sentiers, dénivelée positive cumulée de 500 à 700 m et distance inférieure ou égale à 10 Km, sans passage délicat.
- 3 : marche de 6 à 7 heures, dénivelée positive cumulée de 700 à 1000 m et/ou distance supérieure à 10 Km avec cheminement possible hors sentiers ou sur pentes raides ou éboulis,
- 4 : marche de 6 à 7 heures et parfois plus, dénivelée positive cumulée supérieure à 1000 m et/ou distance supérieure à 15 Km et/ou passages délicats ou aériens (vertige) ou nécessitant une petite escalade sans difficulté technique (**ces informations seront signalées dans la colonne "Observations" et lors de l'appel téléphonique**).