

SENTIERS 05

Mairie de Romette, 05000 Romette

Courriel : sentiers05@orange.fr

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

PROGRAMME du 2^{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 (0,30 €/Km) 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.).
- **Randos douces** : Elles remplacent les randos Santé et se feront le mardi : dénivelé et temps de marche pourront être adaptés selon les participants mais le programme est défini à l'avance. Pique nique à prévoir.
- **Projets séjours** : - 2 jours en Camargue en Juin ; gîte en gestion libre à Salin de Badon ; déplacement en bus ; maximum 19 personnes ; prix approximatif 55 € avec gîte. Date butoir : 3 mai. Appeler Chantal.
 - 3 jours à Vallouise du 4 au 6 juillet : niveaux 2 et 3 ; date butoir 15 juin. Appeler Serge.
 - Séjour-trek au Maroc : 7 j – 6 nuits ; avion, de 8 à 12 personnes ; prévu à l'automne 2019 ; environ 850 € tout compris ; appeler Chantal. Lien pour infos : www.ALPESEJOUR-DECOUVERTE.COM
- Conseil d'administration le vendredi 10 mai à 15 h à la Romettine.
- Réunion animateurs le 18 juin à 16 h chez Jacqueline.

Date, Heure, Lieu de départ	Responsable	Parcours :	Circuit = C Aller-Retour = AR	Temps Marche Distance	Dénivelée Alt. MAX	Difficulté	Carte IGN, Secteur	Observations	Participation par Voiture
Mardi 2 Avril	Jacqueline et Isabelle	Autour de Serre Ponçon	C	3h 30 Km	200m m	1	3338 ET	Un peu de goudron	2 €
Jeudi 4 Avril Départ 8 h 15 La Descente	Chantal	Les Tourengs, les Marches, Forest	C	6 h 12 Km	600 m 1867 m	2	3437 OT 3437 ET		15 €
Mardi 9 avril 9 h 15 Casino	Yvon	Tour du Pomeyret	C	3 h	200 m 1520 m	1	3438 ET Chorges	RV Gare de Chorges 9 h 30	15 €
Jeudi 11 Avril 8 h 30 Piscine	Max	Plan du Riou, Porte Sereine, Pas d'Arzeliers, Plan du Riou	C	4 h 30 10 km	674 m 1214 m	1	33390T Eyguians	Passage délicat	22 €
Jeudi 18 Avril 8 h piscine	Gilbert	Lurs- Ganagobie	AR	5 h 15 km	400 m		3341OT Ganagobie		48 €
Mardi 23 Avril 9 h piscine	Yves	Chateaufieux ; autour de Serre-Pierrot	C	3 H30 8 km	300 m 890 m	1	3338ET Gap		5 €
Jeudi 25 Avril 8 H 30 Casino	Robert	La Gardette	C	5 h 10 km	700 m 2125 m	2	3438 ETj		15 €
Dimanche 28 Avril 8 h Piscine	Serge	Le col de Charnier, lac du Lauzon	AR	6 h 10 km	940 m 2090 m	3	La chaup 3337OT	Dévoluyd	24 €
Mardi 30 Avril 9 h Piscine	Jacqueline	Venterol : sommet du Mont Sérieux ou crêtes	C	4 h 8 km	300 ou 400 m 1600 m	1	3338ET Gap		16 €
Jeudi 2 Mai 8 h 45 La descente	Chantal	Prapic, saut du Laïre, saut du Basset	C	5 h 8 km	500 m 2045 m	1	3435OT		25 €
Dimanche 5 Mai Piscine 8 h	Serge	La croix de l'Alpe, Super Sauze	AR	6 h	925 m 2605 m	2	3540OT Barcelonn e		46,20 €

Date, Heure, Lieu de départ	Responsable	Parcours :	Circuit = C Aller-Retour = AR	Temps Marche Distance	Dénivelée Alt. MAX	Difficulté	Carte IGN, Secteur	Observations	Participation par Voiture
Mardi 7 Mai 10 h Piscine	Yves	Autour de Tallard	C	3 h 7 km	200 m 740 m	1	3338ET Gap		9 €
Jeudi 9 Mai 8 h Piscine	Max	La crête de Chabre	C	3 h 8 km	400 m 1292 m	1	3339OT Sisteron		30 €
Mardi 14 Mai 8 h45 Casino	Yvon	La peyre de l'aigle	C	3 h 30 5 km	350 m 1700 m	1	3438ET Chorges	RV Gare de Chorges à 9 h	15 €
Jeudi 16 Mai La descente 7 30	Simone	Crête de Rougny Départ La Salette	AR	5 h 30	600 m	3	3336ET		€
Dimanche 19 Mai Casino 8 h 30	Serge	La quille de Laus	C	6 h	846 m 2346 m	2		Les Gourniers Réallon	24 €
Mardi 21 Mai Casino 9 h	Jacqueline	Boscodon, vers la grande cabane (route forestière)	AR	4h 8 km	400m	1	3438 ET Embrun	Table picnic Sabots de Vénus ?	20 €
Jeudi 23 Mai Casino 7 h 15	Simone	Lac du Lauzet depuis St Crépin		5 h 30	1000 m 2250 m	3	3537 ET	Guillestre	42 €
Mardi 28 mai La descente 8 h 30	Yves et Jacques	Le Pont Blanc (Champsaur)		3,5 h 8,5 km	200 m 1200m	1	3437 OT	Champsaur	10 €
Mardi 4 juin La descente 9 h	Jacqueline et Jacques	Refuge du Tour rond	C	8 km	400 m 1700 m	1	3437OT Champoléon		
Jeudi 6 Juin 8 h 30 Sénateur	Serge	Pas du Follet	C	8 km 5 h	760 m 2113 m	2	3337OT Dévoluy		25,20€

Date, Heure, Lieu de départ	Responsable	Parcours :	Circuit = C Aller-Retour = AR	Temps Marche Distance	Dénivelée Alt. MAX	Difficulté	Carte IGN, Secteur	Observations	Participation par Voiture
Mardi 11 Juin Casino 9 h 30	Yves	Col de St Mens. Treschatel	C	4h 10 km	360 m 930 m	1	3338ET Gap		2 €
Jeudi 13 Juin Casino 8 h	Robert	Piolit par le Sapet	C	6 h	900 m	3	3338ET Gap		10 €
Mardi 18 Juin	Jacqueline	Rassemblement des animateurs							
Jeudi 20 juin Casino 7 h 30	Yves	Brunissard, col et lac de Néal, le Lauzon, le Coin	C	6 h 14 km	+ 850 m - 1050 m 2600 m	2/3	3537ET Queyras	Navette de voitures	50 €
Mardi 25 juin Piscine 8 h 15	Christiane	Hameau de Chamarel (Clot la cime – 04)	AR	4 h 5 km	360 m 1594 m	1	3438ET La Bréole	RV à 8 h 45 sur le grand parking face au restaurant du lac à Rousset avant de traverser la Durance.	24 €
Jeudi 27 Juin Casino 7 h 30	Jacqueline	Ceillac (report fête de la raquette) : au choix :col Bramousse, col Fromage, lac Miroir, Ste Anne				2/3	3537ET Queyras	Nuitée pour ceux ayant versé des arrhes pour fête de la raquette ; à organiser pour les autres.	42 €
Jeudi 27 Juin Sénateur 8 h	Max	Col du Festre, Col des Aiguilles	AR	5h 13 km	721 m 2161 m	2	3337OT Dévoluy		18 €
Samedi 29 Juin	ARBB	Fête de la randonnée à Cervières						Programme à venir	

Niveau de difficultés 1 : marche de 4 à 5 heures sur sentiers, dénivelée positive cumulée de 400 à 700 m, 2 : marche de 5 à 6 heures sur ou parfois hors sentiers, dénivelée positive cumulée de 700 à 1000 m et/ou distance supérieure à 10 Km. 3 : marche de 6 à 7heures et parfois plus, dénivelée positive cumulée supérieure à 1000 m et/ou distance supérieure à 15 Km avec cheminement possible sur pentes raides, éboulis et/ou passages délicats ou aériens (vertige) ou nécessitant une petite escalade sans difficulté technique.