



SENTIERS 05

Mairie de Romette, 05000 Romette

Courriel : sentiers05@orange.fr

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

Instagram : #sentiers05

PROGRAMME du 4^{ème} Trimestre 2024

Informations générales

- L'appel téléphonique au responsable la veille **entre 17h et 19h** est obligatoire pour toutes les sorties. Les SMS étant optionnels.
- 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 :
 - Intermarché Tokoro (ex Géant Casino), près des postes à essence pour l'Embrunais,
 - Parking de Décathlon (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.
- Rappel : Durant cette période hivernale vous munir de chaussures propres pour les trajets en voitures (aller et retour).

A noter dans vos agendas :

La prochaine réunion des animateurs pour la préparation du programme du 1^{er} trimestre 2025 aura lieu le **vendredi 13 décembre à 14h30** dans la salle "la Romettine" à Romette. **Merci de vous organiser pour rester jusqu'à la fin de celle-ci.**

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 1er octobre 8 h 30 Sénateur	Christian Raynaud	Col de L'Aup	C 3 h 25 8 kms	370 m 1 680 m	1	3337OT Dévoluy		15 €
Jeudi 3 octobre 8 h 30 Décathlon	Christian Raynaud	Gioberney : 1 642 m Lac du Lauzon : 2 000 m Lac Bleu : 2 185 m	C 4 à 5 h 9 Kms	- 350 m + 550 m 2 185 m	3	3436 ET Meije Pelvoux		30,00 €
Dimanche 6 octobre 8 h Intermarché	Annie Espitallier	Le tour des Falaises De Freissinières	C 5 h 30 11,500 Kms	800 m Cumul 1000 1 866 m	3	3437 ET 3537 ET	Petits pas faciles Départ de la rando à Freissinière à la mairie	42 €
Mardi 8 octobre 9 h Décathlon	Chantal Sicard	Prapic : 1 556 m Chapelle de la Saulce Saut du Laire : 1 886 m	AR 5 h 8 Kms	350 m 1 886 m	1	3437 OT	Rendez-vous à 9 h à Prapic	30 €
Jeudi 10 octobre	Serge Frémont	A définir						
Dimanche 13 oct. 8 h 30 Sénateur	Annie Espitallier	Le Gicon par la Crête de la Combe des Chèvres	C 5 h 8 Kms	820 m 2 054 m	3	3337 OT	Rendez-vous au parking à la sortie des Hauts-Gicons (pylones)	31,50 € ou 27 € Selon par où
Mardi 15 octobre 9 h Décathlon	Christian Raynaud Christiane D Roselyne	Les Auberts : 1 468 m Pré de la Chaumette : 1 785 m	AR 4 à 5 h Kms	400 m 1 785 m	2	3437 OT/ ET Champsaur Merlette		18,50 €
Jeudi 17 octobre 8 h Sénateur	Annie Espitallier	Le Durbonas	C 6 h 30 10 Kms	1 060 m 2 086 m	4	3338 OT Serres Veynes Ht Buëch	Parking au-dessus de Baumugne	26,40 €
Dimanche 20 oct. 8 h 15 Sénateur	Annie Espitallier	Le Ranc de Mianoux	C 6 h 14 Kms	760 m Cumul 860 1 640 m	3	3237 OT 3337 OT 3338 OT	Descente raide hors sentiers Départ rando du foyer communal de St Julien en Beauchêne	
Mardi 22 octobre 9 h 30 Piscine	Yves Nédellec	Autour de Turriers, torrent de Très Pébes	C 3 h 7,500 Kms	300 m 1 060 m	1	3338 ET		21 €
Jeudi 24 octobre 8 h 15 Décathlon	Chantal Sicard	Les Richards : 1 548 m Col du Palastre : 1 945 m Palastre : 2 078 m	AR 5 h 8 Kms	500 m 2 078 m	2	3437 OT	Rendez-vous à 8 h 45 à Pont-du-Fossé	23 €
Jeudi 31 octobre	Serge Frémont					3537 ET		€

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
Dimanche 3 nov. 8h30 Décathlon	Christian Raynaud	Col des Guérin : 1 315 m Pas du Loup : 1 785 m Céüse : 2 016 m	6 à 7 h 12 Kms	- 450 m +700 m 2 016 m	4	3338 ET Gap	Passages avec cables	13,50 €
Mardi 5 novembre 8 h 30 Intermarché	Christian Raynaud	Lac du Lauzerot	2 h 30 5,5 Kms	218 m 1 734 m	1	3438ET Embrun Les Orres		13,50 €
Jeudi 7 novembre 8 h 15 Sénateur	Chantal Sicard	Cabane des Sauvas : 1 343 m Sources du Vallon : 1 806 m	5 h 7 Kms	500 m 1 806 m	2	3338 OT		24 €
Mardi 12 novembre 10 h Intermarché	Yves Nédellec	Chanteloube	3 h 6,500 Kms	250 m 960 m	1	3438 ET Chorges		12 €
Jeudi 14 novembre 9 h Décathlon	Christian Raynaud	<i>Randonnée Commune</i> Départ de Chauffayer : 1 000 m Lac de Roaffan : 1 276 m	3 h 30 8 Kms	200 m 1 276 m	2	3437 OT	Routes forestières Pique-nique commun au lac de Roaffan	17,50 €
	Chantal Voisin	Départ de La Motte-en-Champsaur : 1 151 m Lac de Roaffan	3 h 30 8 Kms	268 m 1 276 m	1	Champsaur		
Dimanche 17 nov. 8 h 30 Sénateur	Christian Raynaud	Col de Festre : 1 442 m Col de Darne : 1 933 m Tête de Merlan : 2 001 m	4 à 5 h 10 Kms	- 500 m + 600 m 2 001 m	3	3337 OT Dévoluy		18 €
Mardi 19 novembre	Patrick Dollé	Les Gorges du Riou						
Jeudi 21 novembre 8 h 15 Intermarché	Chantal Sicard	La Plâtrière St Etienne le Laus : 715 m Notre Dame du Laus : 1 100 m Puy Morel 1 265 m, Col du Touron : 1 048 m	6 h 10 Kms	600 m 1 265 m	2	3338 ET	Rendez-vous à 8 h 30 à la Plâtrières	12 €
Dimanche 24 nov. 9 h Sénateur	Annie Espitallier	Le pic Melette et pic des Ruines de Luvie	6 h 30 10 Kms	865 m 2 029 m	3	3337 OT 3338 ET	Départ de Rabou	10,50 €
Mardi 26 novembre	Christian Raynaud Corinne	A définir						
Jeudi 28 novembre	Serge Frémont	A définir						

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
Dimanche 1 ^{er} déc. 8 h 30 Sénateur	Annie Espitallier	Boucle du Tourneau et gorges du Rif	7 h 16 Kms	800 m 1 898 m	4	3337 OT	Départ rando pont de Giers à côté départ Via Ferrata, à côté du monument. D517	28 € ou 21 € Selon par où
Mardi 3 décembre 9 h 30 Décathlon	Chantal Sicard	Libouze : 1 416 m Serre Laguénia : 1 756 m Saint-Léger : 1 263 m	4 h 8 Kms	+ 340m - 491 m 1 756 m	3	3338 ET Gapençais	Possibilité de raccourcir	5 €
Jeudi 5 décembre 8 h 30 Décathlon	Christian Raynaud	Ancelle : 1 385 m Le Cuchon : 2 000 m	4 à 5 h 11 Kms	650 m 2 000 m	1	3437 OT	Rendez-vous à 10 h à Saint-Léger	22 €
Mardi 10 décembre 10 h Décathlon	Yves Nédellec	Plateau de Bayard	4 h 9 Kms	300 m 1 280 m	1	3338 ET Gapençais	Possibilité de raccourcir Rando raquettes si neige	5 €
Jeudi 12 décembre 9 h Intermarché	Chantal Sicard	Théus, salle de bal des Demoiselles Coiffées Belvédère	4 h 10 Kms	600 m 1 325 m	2	3338 ET		16 €
Mardi 17 décembre	Christian Raynaud Christiane Della-Vedova	Brèche de Charance par le Col de Thavanet						
Jeudi 19 décembre	Serge Frémont	A définir						

Niveau de difficulté :

- 1 : marche de 4 à 5 heures sur sentiers, dénivelée positive cumulée de 400 à 500 m, distance inférieure à 10 Kms.
- 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**).

Rappel du calcul du covoiturage :

Le coût du covoiturage est fonction de la distance mais aussi du nombre de participants et du nombre de véhicules utilisés. Il est obtenu par la formule suivante :
distance en kilomètre aller-retour multipliée par 0,30€, multiplié par le nombre de véhicule et divisée par le nombre de participant

Exemples :

- pour une distance de 100km pour 2 véhicules et 10 participants :

100 km X 0,30€ X 2 véhicules, divisé par 10 participants font 6 € dus pour chaque participant et chaque conducteur reçoit 30 €

- pour une distance de 50km pour 2 véhicules et 6 participants :

50 km X 0,30 € X 2 véhicules, divisé par 6 participants font 5 € dus pour chaque participant et chaque conducteur reçoit 15 €