



## ASSOCIATION FAMILIALE DE MONTSEGUR SUR LAUZON

### Programme des randonnées de septembre à décembre 2023

Jour	Date	Heure de départ	Lieu et nom de la Rando	Distance / Dénivelée	Animateur	Contact	Frais transport	Observation
Dimanche	17-sept	8h00	ARPAVON (26) Notre Dame de Consolation	7,5 km/400m	Daniel	06 71 74 51 02	4,00 €	Rando-Resto à Curnier LOU-CAFETOUN Menu 22€ tout compris (mail à venir)
Jeudi	21-sept	13h30	MONTSEGUR Bavou	6km/100m	Simone	04 75 98 14 48	0 €	Départ parking du tennis
Jeudi	28-sept	8h00	BUIS les BARONNIES (26) Autour du Rocher St Julien	8,5 km/480m	Jean-Luc	06 80 17 83 39	5,00 €	
Jeudi	05-oct	13h30	GRIGNAN Grignan par les Montines	7,4km/100m	Michel	07 78 40 48 44	1,00 €	
Dimanche	08-oct	8h00	CHALENCON (26) Crête de Praloubeau	13km/620m	Michel	07 78 40 48 44	7,00 €	
Jeudi	12-oct	13h30	ROCEGUDE (26) Autour du village	6,5km/40m	Agnès	07 78 40 48 44	1,50 €	
Jeudi	19-oct	8h00	LA CHAUDIERE (26) La Montagne de Faraud	12km / 650m 10km / 510m	Gérard Daniel	06 75 53 32 47 06 71 74 51 02	6,00 €	Randonnée à options - Si possible, repas pris en commun
Jeudi	26-oct	13h30	BOLLENE (84) St Ariès	10km/150m	André	04 75 98 74 83	2,00 €	
Dimanche	05-nov	8h30	VENTEROL (26) Le Cougoir - Combe de Sauve	8km/600m	Daniel	06 71 74 51 02	2,00 €	
Jeudi	09-nov	13h30	SUZE la ROUSSE (26) Autour du château	7km/70m	Monique	04 75 04 83 04	1,00 €	
Jeudi	16-nov	8h00	LE POËT EN PERCIP (26) La Montagne de Banne	11,5km/610m	Jean-Luc	06 80 17 83 39	7,00 €	
Jeudi	23-nov	13h30	CLANSAYES (26) Autour du village	9km/50m	Luc	06 95 28 77 20	1,00 €	
Dimanche	26-nov	9h00	ESPELUCHE (26) Le Vieux Allan	12km/300m	Maxime	06 79 21 00 43	3,00 €	
Jeudi	30-nov	13h30	BOLLENE (84) La Baume Lambert	4km/200m	Jean	06 86 93 84 66	1,50 €	
Jeudi	07-déc	8h00	CRESTET (84) Crêtes de l'Arfuyen et de St Amand	12,5km/540m	Jean-Luc	06 80 17 83 39	3,00 €	
Jeudi	14-déc	13h30	BOLLENE (84) Camping de la Simioune	8km/100m	Paulette	07 67 56 38 87	1,00 €	
Dimanche	17-déc	8h30	CONDORCET (26) Les Crosses St Pons	11km/380m	Daniel	06 71 74 51 02	4,00 €	

Pour toutes questions concernant une randonnée, contacter l'animateur

Les départs en voiture se font du parking situé au dessus de l'ancienne mairie et les départs à pieds à partir du tennis.

Le montant de la participation aux frais de transport est précisé sur le programme

Un certificat médical est à fournir pour les nouveaux inscrits ou après une interruption de 2 ans et plus



Randonnées de proximité