



Randonnées du Lundi

1er trimestre 2026

Départ de Laragne (parking de Véragne) : 13h00

Date	Accompagnateur	Destination	Dénivelé	Kms	Durée	Niveau
12/01	Régis	Serres : Les Voies de nos Ancêtres	150m	7,5km	3h00	*
19/01	Claude	Lazer : Autour et au dessus du lac	180m	7km	3h	*
26/01	Régis	Thèze : De Thèze à Sigoyer	320m	10km	4h	**
02/02	Michel Bœuf	Volonne : Au fil de l'eau	210m	7km	3h00	*
09/02	Michel Bœuf	Château-Arnoux : Le tour du Bellon	190m	7km	3h00	*
16/02	Régis	Volonne : La forêt des Pénitents	350m	6,5km	4h00	**
23/02	Régis	Lagrand : La montagne de Garde	450m	9,5km	4h00	***
02/03	Michel Bœuf	Châteauneuf Val St Donat : La Voie Romaine	160m	8km	3h30	*
09/03	Claude	Urtis : Col du Buissonnet	380m	6km	3h00	**
16/03	Jeanine	Orpierre : De Chevalet à Saint Michel	450m	7km	4h00	**
23/03	Jeanine	Serres : La Pignolette / Rando-Resto (Départ le matin à 8h)	400m	7km	3h30	**
30/03	Claudine	Savournon : Le tour du Pic de l'Aigle	350m	9km	4h00	**



Randonnées du Mardi

1er trimestre 2026

Départ de Laragne (parking de Véragne) : Janvier, Février : 8h30 ; Mars : 8h00

Date	Accompagnateur	Destination	Dénivelé	Kms	Durée	Niveau
06/01	Didier	Les Crêtes de Chabre	450m	12km	5h00	**
13/01	Régis	Noyers sur Jabron : Le Vieux Noyers	400m	5km	4h00	**
20/01	Régis	La Joue du Loup : Sortie Raquettes	250m	5km	4h00	**
27/01	Régis	Ancelle : Sortie Raquettes	350m	5km	4h30	**
03/02	Claudine/Sylvie	Méouge : La boucle de Peysson	440m	8,5km	4h00	**
10/02	Didier	Ballons : Le Col Saint Jean	600m	13km	6h00	***
17/02	Régis	Saint Pierre Avez : La Platte	550m	8km	5h00	***
24/02	Jeanine	Chalancon : Le Rocher de Chalanco	260m	4km	4h00	**
03/03	Jeanine	Oppedette : Les gorges d'Oppedette	250m	6km	5h30	***
10/03	Sylviane	Buis les Baronnies : Tour du Rocher Saint Julien	480m	9km	4h00	**
17/03	Régis	Les Bégües : Les versants du Céans	400m	6km	5h00	***
24/03	Michel Bœuf	Peyruis : Le Trou de l'Hermite, la chapelle Ste Magdeleine	370m	13km	4h30	**



Randonnées du Mercredi

1er trimestre 2026

Départ de Laragne (parking de Véragne) : Janvier : 8h30, Février et Mars : 8h00

Date	Accompagnateur	Destination	Dénivelé	Kms	Durée	Niveau
07/01	Elisabeth	Antonaves : Le Pic Saint Cyr	770m	11km	5h00	***
14/01	Sylviane	Sahune: Montagne de Devés /ruines Château de Cornillon !	600m	10km	4h30	***
21/01	Monique	Ventavon : Bonsecours, Roche courbe	600m	11km	4h30	***
28/01	Claudine/Sylvie	Cruis : Cairn 2000	740m	12km	5h30	***
04/02	Sylviane	St Mitre les Remparts : Les balcons de Caderaou	300m	12km	5h00	**
11/02	Monique	Rochebrune (26) : Les 6 cols	620m	15km	6h00	***
18/02	Claudine/Sylvie	Serres : Arambre	800m	11,5km	5h30	***
25/02	Claude	La Saulce : Serre Soleille	700m	10km	5h00	***
04/03	Michel Bœuf	Peipin : La Route des Chemins oubliés	650m	9km	3h00	***
11/03	Claude	Montclus : Rocher de Jardanne, Le Champ du Meunier	750m	11km	5h00	***
18/03	Claudine/Sylvie	Montguers : La Croix de Roussieux, La Clavelière	680m	15km	6h00	***
25/03	Claude	Veynes : Les 3 cols	600m	10km	4h30	***

! Rando du 14 janvier : Petit passage câblé et vertigineux pour le Château de Cornillon



Randonnées du Vendredi

1er trimestre 2026

Départ de Laragne (parking de Véragne) : Janvier, Février et Mars : 8h00

Date	Accompagnateur	Destination	Dénivelé	Kms	Durée	Niveau
09/01		Pas de randonnée aujourd'hui				
16/01	Michel Rousseau	Raquettes				
23/01	Guy	Ventavon : La montagne d'Aujour	900m			****
30/01	Michel Rousseau	Raquettes				
06/02	Michel Rousseau	Raquettes				
13/02	Guy	La Javie : Le Tour de Boulard	800m			***
20/02	Michel Rousseau	Raquettes				
27/02	Michel Rousseau	Raquettes				
06/03	Guy	Le Lauzet sur Ubaye : La Couécha	900m			****
13/03	Guy	La Petite Céüze par Les Combès	800m			****
20/03	Michel Rousseau	Raquettes				
27/03	Michel Rousseau	Raquettes				

Michel indiquera la destination de ses randonnées raquettes quelques jour avant, en fonction de l'enneigement, de la météo et des conditions de sécurité du moment.



Bloc-Notes

Ce qu'il faut retenir ce trimestre

Gâteau des Rois :

Le jeudi 15 janvier à 17h00 nous nous retrouverons à la salle des fêtes de Lazer pour « tirer les Rois ».



Repas partagé :

Le samedi 7 mars : Repas partagé à midi toujours à Lazer.

L'association vous offrira l'apéritif, le vin et les cafés.

Pour le reste c'est à vous...

Nous pourrons ensuite, bavarder, chanter, danser, jouer....

Formations :

- Le mercredi 7 janvier, nous vous proposons une **formation sécurité, raquettes** et utilisation des Déetecteurs de Victimes d'Avalanches « DVA ».

Cette formation aura lieu à Crévoux et s'adresse en priorité aux adhérents qui participent régulièrement aux randonnées raquettes.

Le coût de cette formation est pris en charge intégralement par l'association.

Elle est limitée à 14 participants maximum.

- Une **formation aux premiers secours** aura lieu à la salle des fêtes de Lazer le **vendredi 10 avril** de 9h à 16h30
Cette formation est ouverte à tous les adhérents dans la limite de 20 personnes ; son coût est pris intégralement en charge par l'association.

Si la demande est importante, une deuxième session pourra avoir lieu le **mardi 5 mai** aux mêmes heures.

Pour ces formations inscrivez vous auprès de Michel Rousseau (06 42 93 59 05).

Séjour :

- Du 9 au 11 mars Michel Rousseau organise un séjour raquettes à Névache.

Malheureusement victime de son succès, ce séjour est déjà complet.

- Guy propose un séjour raquettes en Haute Ubaye en février ou mars.

Ce séjour n'est pas encore bien ficelé, nous vous en dirons un peu plus dans un prochain message

Rando/Resto :

Le lundi 23 mars Jeanine propose une rando à Serres, suivie d'un repas « omelettes » au restaurant l'Arc en ciel à Eyguians. Comme d'habitude, c'est ouvert à tous, que vous ayez fait la rando ou pas. Il suffit que vous l'informiez de votre présence au repas avant le samedi 14 mars (06 32 36 95 88).

Téléphone de vos accompagnateurs

Jeanine	06 32 36 95 88	Monique	06 42 77 08 96
Sylviane	06 42 17 27 70	Elisabeth	06 43 51 76 08
Claude	06 14 73 43 28	Michel Bœuf	06 23 37 34 91
Régis	06 86 75 93 60	Michel Rousseau	06 42 93 59 05
Claudine	06 72 82 52 89	Sylvie	06 30 93 50 07
Guy	06 43 78 99 96	Didier	06 60 90 03 83 ou 04 92 24 55 85

Un doute, un renseignement, n'hésitez pas à appeler vos accompagnateurs.