



## Randonnées du Lundi 2ème trimestre 2026


Départ de Laragne ( parking de Véragne ) : Avril : 13h00, Mai et Juin : 7h30

Date	Accompagnateur	Destination	Dénivelé	Kms	Durée	Niveau
06/04	Férié. Pas de rando aujourd'hui					
13/04	Michel Bœuf	<b>Les Méés</b> : La Route des Oliviers	160m	7km	3h00	*
20/04	Hervé	<b>Rambaud</b> : Le Bois Vescal	200m	7km	3h00	*
27/04	Régis	<b>Tallard</b> : Le tour de Serre Pierrot	270m	7,5km	3h30	**
04/05	Michel Bœuf	<b>Volonne</b> : Sur la route du Temps	100m	7km	3h00	*
11/05	Michel Bœuf	<b>Peyruis</b> : Circuit Repentance	200m	7km	3h00	*
18/05	Régis	<b>Ribiers</b> : Les Dades	450m	8,5km	3h30	**
25/05	Férié. Pas de rando aujourd'hui					
01/06	Claude	<b>Upaix</b> : Rando d'Orientation / Pique-nique partagé et Barbecue				
08/06	Claude	<b>Lazer</b> : Autour et au-dessus du lac	150m	8km	3h30	*
15/06	Michel Bœuf	<b>Châteauneuf-Val-St Donat</b> : Circuit des Bories	220m	7km	3h30	*
22/06	Claudine/Sylvie	<b>Sainte Colombe</b> : Les Balcons de Sainte Colombe	266m	6,7km	3h00	*
29/06	Régis	<b>Sigoyer (05)</b> : Céüzette	350m	5,5km	3h30	**



## Randonnées du Mardi 2ème trimestre 2026

Départ de Laragne ( parking de Véragne ) : Avril : 8h30 ; Mai et Juin : 7h30

Date	Accompagnateur	Destination	Dénivelé	Kms	Durée	Niveau
07/04	Claudine/Sylvie	<b>Montauban sur Ouvèze</b> : Col de Perty	550m	13,5k	5h30	**
14/04	Didier	<b>Eygalayes</b> : Les Bégües	400m	12km	4h30	**
21/04	Jeanine	<b>La Motte Chalancon</b> : Le tour du Rocher de Chalancon 	260m	4km	4h00	***
28/04	Régis	<b>Saint Geniez</b> : Le tour du Dromont	480m	12km	5h00	***
05/05	Claude	<b>La Motte du Caire</b> : Clamensane par le bois de Naples	540m	8km	4h30	**
12/05	Régis	<b>Barret sur Lioure</b> : Le Buc	400m	10km	5h00	**
19/05	Jeanine	<b>Mirabeau (04)</b> : Chapelle St Philippe	300m	7km	5h00	**
26/05	Michel Bœuf	<b>Authon</b> : La Croix de Tate	490m	12km	5h30	**
02/06	Claude	<b>St Julien en Beauchêne</b> : Durbon cols de l'Eschaup et Recours	500m	6km	4h00	**
09/06	Régis	<b>St Didier en Dévoluy</b> : Les Gillardes	500m	12km	5h00	***
16/06	Didier	<b>Ancelle</b> : Le tour de Chatégré	400m	12km	5h00	**
23/06	Hervé	<b>Laye</b> : Circuit à partir du Col de Gleize	420m	9km	4h00	***
30/06	Jeanine	<b>Villebois les Pins</b> : Les 3 Cols	450m	13km	5h00	***



## Randonnées du Mercredi 2ème trimestre 2026




Départ de Laragne ( parking de Véragne ) : Avril : 8h00 , Mai et Juin : 7h30

Date	Accompagnateur	Destination	Dénivelé	Kms	Durée	Niveau
01/04	Michel Bœuf	<b>Authon</b> : Les Cloches de Barles	650m	13km	3h00	***
08/04	Monique	<b>Saillans</b> : Le Grand Delmas	750	12km	6h00	***
15/04	Claude	<b>Venterol</b> : La Crête de la Colle	650m	11km	5h00	***
22/04	Sylviane	<b>Cassis</b> : Sentier des Crêtes, Cap Canaille	550m	11km	5h00	***
29/04	Claudine/Sylvie	<b>Montauban sur Ouvèze</b> : Col de Perty, l'Arsuc	740m	17km	7h00	***
06/05	Didier	<b>Ballons</b> : Le Col Saint Jean	600m	13km	5h00	***
13/05	Hervé	<b>Gap</b> : Pic de Charance par le Col de Guizière	750m	7,5km	4h00	***
20/05	Claudine/Sylvie	<b>Serres</b> : Arambre	800m	11,5km	5h30	***
27/05	Didier	<b>Eygalayes</b> : Le Col d'Olun	500m	12km	5h00	**
03/06	Sylviane	<b>Saint May</b> : Gorges de Léoux, Abbaye de Bodon	550m	12km	5h30	**
10/06	Claude	<b>Authon</b> : Fontbelle, La Grande Aiguille, Cluchette	650m	11km	5h00	***
17/06	Claude	<b>Céüze</b> : Le tour de la Corniche de Céüze	750m	13km	5h30	***
24/06	Claudine/Sylvie	<b>Embrun</b> : du Château de Caléryère aux Séryères	870m	13km	6h00	***



## Randonnées du Vendredi 2ème trimestre 2026

Départ de Laragne ( parking de Véragne ) : Avril : 8h00 , Mai et Juin : 7h30

Date	Accompagnateur	Destination	Dénivelé	Kms	Durée	Niveau
03/04	Guy	<b>Esclangon</b> : Au fil de l'eau dans la Vallée du Bès	600m	12km	5h00	***
10/04	Hervé	<b>Orpierre</b> : Le Suillet et la Table des Bergers	760m	11,5km	5h30	***
17/04	Guy	<b>Savournon</b> : Les Arnauds, Pic d'Aujourd	1100m	18km	7h00	****
24/04	Claude	<b>Lazer</b> : La Crête de Faye	750m	11km	5h00	****
01/05	Claude	<b>Sisteron</b> : Le Trou d'Argent 	670m	8,5km	5h00	****
08/05	Monique	<b>Romeyer</b> : La Cabane du Pison	850m	11km	5h00	***
15/05	Monique	<b>Rémuzat</b> : Le Rocher du Caire	750m	11km	5h30	****
22/05	Guy	<b>Vitrolles</b> : Céüzette par Les Combes	900m	13km	6h00	****
29/05	Sylviane	<b>Mayres-Savel</b> : Les Passerelles de Monteynard 	900m	15km	7h30	***
05/06	Sylviane	<b>Rémuzat</b> : Les Aiguilles et Montagne de Gravières 	1050m	16km	8h00	****
12/06	Monique	<b>Charens</b> : La Crête de Tarsimoure	800m	13km	6h00	****
19/06	Guy	<b>Méolans-Revel</b> : Les Demoiselles de Rioclar	900m	11km	7h00	****
26/06	Michel Rousseau	<b>Saint Michel de Chaillol</b> : Le Pic Queyrel	700m	9km	6h00	****



# Bloc-Notes

2ème trimestre 2026

Ce qu'il faut retenir ce trimestre

## Formations :

2 formations aux premiers secours sont programmées les 10 avril et 5 mai.  
La session du 10 avril est complète, il reste encore 4 places pour celle du 5 mai.  
Vous pouvez contacter Michel Rousseau ( 06 42 93 59 05 ) pour vous inscrire.

## Séjour :

- Guy nous propose un séjour dans le Mercantour Italien du 29 juin au 2 juillet pour 10 participants.  
Ce sera un séjour itinérant avec 3 nuitées dans 3 refuges différents.  
Les randonnées proposées comporteront des dénivelés autour des 1000m.  
Si vous êtes intéressé, contactez Guy ( 06 43 78 99 96), il vous fournira toutes les précisions nécessaires.

## Randonnée d'orientation :

Lundi 1<sup>er</sup> juin, nous nous retrouverons au village d'Upaix pour une rando d'orientation accessible à tous à partir de 8h00.

Par petits groupes, munis d'une carte du site, vous devrez randonner et vous orienter sur un parcours où seront dispersées une dizaine de balises à retrouver et à enregistrer.

A midi pique-nique partagé au village.

L'association vous offrira l'apéritif et des saucisses grillées au barbecue.

Ensuite, nous pourrons jouer aux boules, siester, visiter le village, etc. ...

Pour tout renseignement contactez Claude ( 06 14 73 43 28 ).

## Rappel concernant le niveau de difficulté des randonnées :

Pour votre plaisir et votre sécurité, choisissez les randonnées adaptées à vos capacités.

\* : Randonnée facile sans difficulté.

\*\* : Randonnée facile nécessitant un peu plus d'engagement.

\*\*\* : Randonnée de difficulté moyenne pour randonneur en bonne condition physique.

\*\*\*\* : Randonnée difficile à très difficile pour randonneur confirmé.



Randonnée présentant une difficulté particulière ( passages délicats ou passages aériens ou petite escalade...etc ). Avant de vous engager renseignez vous auprès de l'accompagnateur ).

## Téléphone de vos accompagnateurs

Jeanine	06 32 36 95 88	Monique	06 42 77 08 96
Sylviane	06 42 17 27 70	Hervé	06 16 12 46 98
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.