



# RANDONNÉE du DIMANCHE

## PROGRAMME 2ème TRIMESTRE

SAISON 2023-2024

<https://www.formedetente.org/>

**Inscription sur le site obligatoire**

### 21 JANVIER: MEYRARGUES ET LE CAMP CHINOIS

Départ : Chapelle Notre Dame d'Astors

Distance: 12.5 km

Dénivelé cumulé: 390 m

Durée effective de marche: 4h

Niveau de difficulté: P2 – T2

Covoiturage : 3 €

Accompagnateur : Pascal Tél 06 81 00 20 21

**RDV covoiturage 9h pour un départ à 9h15**

### 11 FEVRIER: LE LUBERON LAURIS ET COMBE DU SAUTADOU

Départ : Station de pompage combe de Bigonce

Distance :12 km

Dénivelé cumulé : 400 m

Durée effective 4h30 de marche

Niveau de difficulté : P2 – T1

Covoiturage : 3€

Accompagnateur : Louis Tél 04 42 79 39 61 (06 23 14 12 83)

**RDV covoiturage 8h30 pour un départ à 8h45**

### 17 MARS: LE TROU DES FEES

Départ : village de Cabasse

Distance :13,5 km

Dénivelé cumulé : 430m

Temps de marche : 5h30

Difficulté : P2 – T1

Covoiturage : 5€ et autoroute 12€80

Accompagnateur: Rémi Tél 06 28 76 30 50

**RDV covoiturage 8h30 pour un départ à 8h45**

### ET N'OUBLIEZ PAS LES RANDOS DU JEUDI

**Proposition participation au covoiturage (à la discrétion du chauffeur)**

0 à 35 km: 1€ / 36 à 70 km: 2€ / 71 à 100km: 3€ / 101 à 150km: 4€ / 151 à 200 km: 5€

Frais d'autoroute non inclus

**Classement suivant Guide randonnée Edisud:**

P1 = Sentier ou chemin plat sur terrain souple (ex : Autour de Mazan)

P2 = Long trajet avec dénivellations fréquentes (ex : La glacière au départ de St Pons)

P3 = Sentier dans des éboulis mal stabilisés (ex : les crêtes des alpilles)

T0 = pas de difficulté technique (ex : autour de Mazan)

T1 = Sentier en balcon ou passant dans des rochers près d'escarpements (ex : les balcons de la Ste Victoire)

T2 Sentier gravissant des ressauts rocheux faciles et exposés demandant un minimum d'attention (ex : Les calanques vers la corniche de l'Essaidon)

T3 = Ressauts rocheux parfois équipés de câbles ou de chaînes demandant une grande attention (ex : passages entre Sugiton et Morgiou)

**NOUVEAU RENDEZ-VOUS : SUR LE PARKING CARNIVOR / ALDI AVENUE DU 8MAI**  
***, le covoiturage se fait sous la responsabilité du covoitureur et des covoiturés. Il n'engage pas la responsabilité de***  
***Forme et Détente***

**LE BUREAU**