

JOUR	DATE	TITRE RANDONNEE	IBP	DECOUVERTE	ANIMATEUR,TRICE	DIFFICULTE	DUREE	DISTANCE	DENIVELE	ALTITUDE	COMMUNE	JOURNEE	DEPART	TEMPS TRAJET	PRIX COVOITURAGE	LIEN
<b>OCTOBRE</b>																
J	03/10/2019	Le Chambremont au départ du Mas de Payan	21	DECATHLON	Marc	Facile	2,00	7,0	30	67	Saint Martin de Crau	0,5	13h00	0h35	3	Visorando
D	06/10/2019	Davalada			Tous sauf Philippe			22,0	295	466	Sainte Geneviève surArgence	WE				OT
D	06/10/2019	Les Crottes d'Aubert	31		Philippe	Facile	3h00	11,0	210	102	Fontvieille	1	8h30	0h45	3	chemins des parcs
J	10/10/2019	Les Cascades,les GAUDRES DES Alpilles	30		Marc	Facile	3h00	9,0	169	224	Saint Rémy de Provence	0,5	13h00	1h08	4	Visorando
D	13/10/2019	Pont st Nicolas par les Gorges du Gardon	56		Paule	Moyen	5h30	17,5	220	183	Sainte Anasthasie	1	8h30	1h35	5	Visorando
J	17/10/2019	La Touloubre et le canal	31		Gilles	Facile	3h30	12,0	100	150	Miramas	0,5	13h00	0h45	3	OT
D	20/10/2019	Jouques 1 le mont Concors	63		Philippe	Difficile	6h00	16,0	550	763	Jouques	1	8h00	1h30	6	openruner
D	20:10/2019	Jouques 2 le mont Concors raccourci	50		Christian	Moyen	4h00	9,0	458	763	Jouques	1	8h30	1h30	6	openruner
J	24/10/2019	La chaine de l'Estaque	35		Gilbert	Facile	2h45	8,5	198	234	Gignac la Nerthe	0,5	13h00	0h50	4	Visorando
D	27/10/2019	La vallée heureuse d'Orgon	39	Changement heur	Marc	Facile	3h30	11	206	272	Orgon	1	8h30		4	Visorando
J	31/10/2019	Du Crépon et Rocaledes	28		Philippe	Facile	2h30	7	180	108	Saint Mitre	0,5	13h00	0h36	3	OT
<b>NOVEMBRE</b>																
D	03/11/2019	Sur les hauts des Infernets	58		Gilles	Moyen	4h00	14	506	727	Auriol	1	8h30	1h30	6	Visorando
J	07/11/2019	Autour des Baux de Provence	34	DECATHLON	Bernard	Moyen	2h35	8	229	264	les Baux de Provence	0,5	13h00	1h00	4	Visorando
D	10/11/2019	Les Ogres	41		Gilles	Facile	3h45	13	249	373	Moirmoiron	1	8h30	1h45	6	Visorando
D	10/11/2019	Les Ogres RS	25		Gilbert	Facile	2h00	6			Moirmoiron	1	8h30	1h45	6	
J	14/11/2019	les Tours Gros	27		Christian	Facile	2h30	7	189	80	Saint Mitre les Remparts	0,5	13h00	0h36	3	Provence tourisme
D	17/11/2019	Le sentier des Plaideurs	85		Philippe	Difficile	6h00	17	893	934	Vauvenargues	1	8h00	1h45	6	Open Runner
D	17/11/2019	Lac de Bimont-Lac Zola	49		Paule	Moyen	5h00	12,5	441	379	Saint Marc de Jaumegarde	1	8h30	1h30	6	Rando Gps
J	21/11/2019	Le Puit de Castillon	23		Marc	Facile	3h00	7,5	150	103	Lançon de Provence	0,5	13h00	0h57	4	OT
D	24/11/2019	Plateau du Cengle	48		Philippe	Moyen	5h00	15,5	356	536	Saint Antonin sur Bayon	1	8h30	1h30	6	Open Runner
J	28/11/2019	Le Sentier des Agaçons	25		Gilles	Facile	2h10	7	110	232	Salon de Provence	0,5	13h00	0h52	3	Visorando
<b>DECEMBRE</b>																
D	01/12/2019	Aqueduc de Roquefavour	39		Philippe	Moyen	4h10	15	267	257	Ventabren	1	8h30	1h15	5	Visorando
J	05/12/2019	Le Mont Paon	33	DECATHLON	Bernard	Moyen	2h00	7	220	196	Fontvieille	0,5	13h00	1h15	3	Rando Gps
D	08/12/2019	La Seinche			Christian			10			Arles	1				
J	12/12/2019	Le Baou de l'Œuvre	27		Gilbert	Facile	2h15	7	140	230	Le Rove	0,5	13h00	50	4	Visorando
D	15/12/2019	Les balcons de Caderaou	41		Marc	Facile	4h00	12,5	251	117	Saint Mitre	1	8h30	1h00	3	Visorando
J	19/12/2019	Château de Pierredon	31		Gilles	Facile	3h00	9	210	235	Aureille	0,5	13h00	50	4	RANNO gps
D	22/12/2019	La Montagnette	42		Paule	Moyen	4h30	15	176	147	St Michel de Frigolet	1	8h30	1h00	5	Visorando
J	26/12/2019	La boucle des vestiges militaires	31		Bernard	Facile	3h00	11	187	70	Martigues	0,5	13h00	45	3	OT
D	29/12/2019	Le Mont Aurélien 1	62		Christian	Difficile	4h50	13,5	458	653	Trets	1	8 h	1h30	6	Open Runner