



PROGRAMME SORTIES

Janvier à juin 2022

| Date | Lieu | Durée | Km | D + | Difficulté | Animateur |
|------------------------------|-------------------------|-----------|--------|-------|------------|-----------|
| Dim 16 janvier | Les Bauges Raquettes | Journée | 9 à 11 | 500 m | Facile | Pierre |
| Dim 13 février | Les Bauges Raquettes | Journée | 13 | 200 m | Facile | Pierre |
| Sam / Dim 12 / 13 mars | Val d'Arly Raquettes | Week-end | | | Moyen | Pierre |
| Dimanche 27 mars | Lentilly | Journée | 20 | 800 m | Moyen + | Daniel |
| Dim 10 avril | Bois de Roche | ½ Journée | 15 | 200 m | Facile | Sabine |
| Dim 08 mai | Frontenas | ½ journée | 13 | 250 m | Facile | Sabine |
| Dim 22 mai | | ½ journée | | | | Christian |

| | | | | | | |
|------------------------------|---|---------|----|-----------------|--------|--------|
| Ascension 26 au 29 mai | Le Champsaur | 4 jours | | | | Pierre |
| Dim 12 juin | Hyères / Amby | Journée | 15 | 600 | Moyen | Daniel |
| Samedi 18 juin | Cerdon et grottes et + Sortie en car | Journée | 11 | D+ 90 D- 320 | Facile | Pierre |

Courriel : osqfl@laposte.net

Site internet : fouleelibre38.fr