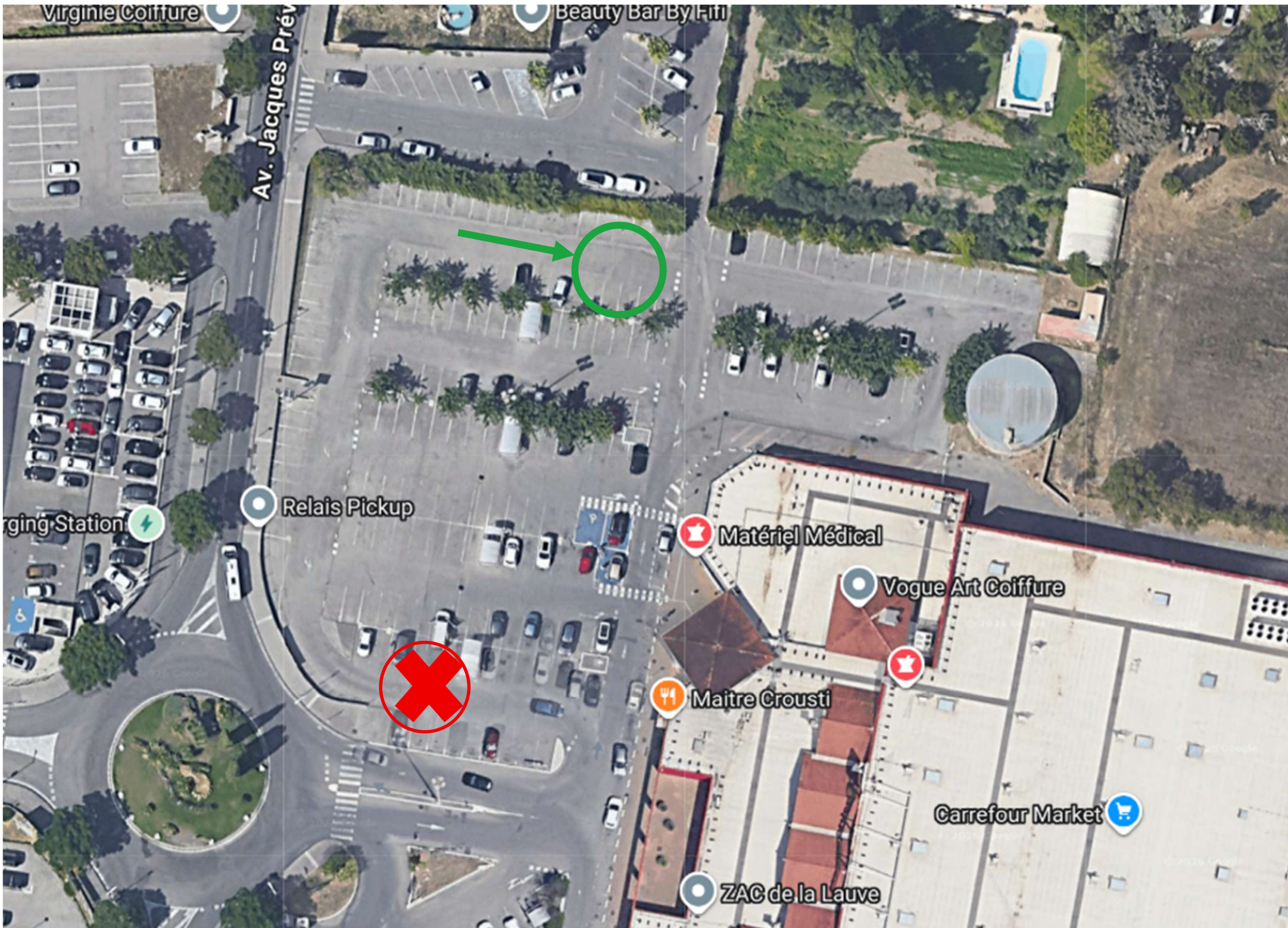


N'hésitez pas à consulter les fiches d'informations détaillées sur le site :
www.amicopter.com

Les distances et dénivelés non renseignés seront mis sur le site en temps utile.

Date	Animateur	Lieu	Distance / Dénivelé
SEPTEMBRE 2026			
Vendredi 25	J-François	Martigues / Le parc et la vigie de Figuerolles	8,5 km / 140 m
Mardi 29			
OCTOBRE 2026			
Vendredi 02	Patrick	Mimet / Le grand Puech	8 km / 250 m
Mardi 06	Séjour à l'auberge des Seguins de Buoux (84) : voir en bas de page		
Vendredi 09	J-François	Marseille / Les iles du Frioul	11 km / 170 m
Mardi 13	Jacques	Eyguières / Les Opies	7 km / 450 m
Vendredi 16	Patrick	Calas / Bois de Boulard (1/2 journée)	7,5 km / 90 m
Mardi 20	Patrick	Plan d'Aups / Pic de Bertagne et vallon Betton	9,5 km / 450 m
Vendredi 23	Roger	Puylobier / Autour de la Légion	11,5 km / 270 m
Mardi 27	Martine	Peyrolles / Promenade au lac (1/2 journée)	5 km / 35 m
Vendredi 30	Jean-Pierre	Ceyreste / Grand Caunet	11,8 km / 360 m
NOVEMBRE 2026			
Mardi 03	Huguette	Le Rove / Le Fort de Figuerolles	8 km / 200 m
Vendredi 06	Jacques	Velaux / Le village (1/2 journée)	6 km / 100 m
Mardi 10	J-François	La Roque / Les pas des moines de Silvacane	12 km / 100 m
Vendredi 13	Sylvie	Istres / Les hauts d'Istres	12 km / 150 m
Mardi 17	Martine	St Marc Jaumegarde / Les barrages de Zola et Bimont	9 km / 200 m
Vendredi 20	Roger	Arbois / Vigie de Valoubière	10,9 km / 230 m
Mardi 24	Huguette	Carry / Les Eaux Salées (1/2 journée)	5 km / 150 m
Vendredi 27	Jean-Pierre	Eguilles / Le sentier de l'eau	10 km / 200 m
DECEMBRE 2026			
Mardi 01			
Vendredi 04	Jean-Pierre	Ventabren / Le plateau (1/2 journée)	6 km / 90 m
Mardi 08	Jacques	Grans / Le mur des abeilles	10 km / 100 m
SEJOUR BUOUX			
Lundi 05/10	Sylvie	Le Rocher des Druides	16 km / 600 m
Mardi 06/10	Sylvie et Guy	Les Crêtes du Luberon	12,5 km / 710 m



Virginie Coiffure

Beauty Bar By Fifi

Av. Jacques Prévert

ing Station

Relais Pickup

Matériel Médical

Vogue Art Coiffure

Maitre Crousti

Carrefour Market

ZAC de la Lauve