

	Saison 2013	CAF Ile de France Randonnée Pédestre Accueil : 12, rue Boissonade 75014 PARIS tel : 01 42 18 20 00 Site web : <a href="http://www.clubalpin-idf.com">http://www.clubalpin-idf.com</a>
--	-------------	--

Fiche-programme de la sortie de Randonnée 13-RW35  
Du 8 au 9 juin 2013

<b>Nom et coordonnées des encadrants :</b>	<b>Programme prévisionnel</b>
Laurent et Agnès METIVIER E-mail : <a href="mailto:laurent.metivier@sncf.fr">laurent.metivier@sncf.fr</a> tel dom :01 60 46 44 12 portable :06 17 32 29 65	<b>Puy de Dome</b>

Nombre de participants à la sortie yc les encadrants ;8

**Cartes** : top 25 2531 ET Chaîne des Puys



Puy de Dôme

**Caractéristiques du parcours programmé :**

**Niveau technique ; un triangle** - itinéraire sur sentiers de moyenne montagne

Niveau Physique : moyen port du sac a dos les deux jours avec totalité des affaires prises au départ de Paris

**Rythme d'ascension requis :**

**Distance :** jour 1 environ 25 km jour 2 26 km Allure 4,5km/h (hors montées)

**Dénivelé** jour 1 1100m jour 2 900m

**Voyage :** train billet à prendre par les participants – aller : Clermont-Ferrand – retour : Clermont-Ferrand -Paris

**Rendez-vous sur place :** gare de Clermont à l'arrivée du train de Paris Bercy à 10h28

**Retour** prévu à Paris à 20h57

**(Horaires à vérifier après le début du service)**

**Cout prévisionnel** à régler à l'inscription 70 €, comprenant demi-pension gîte d'Etape, frais administratifs et d'organisation, transport éventuel sur place

**Réunion préparatoire :** contacter téléphoniquement (ou par mail) l'organisateur au plus tard la semaine précédant le départ

**Conditions d'hébergement : gîte d'étape**

**Matériel :** un drap sac pour le gîte.

**Nourriture à emporter :**

Vivres de course pour 2 jours

**Documents administratifs nécessaires :**

Carte CAF

**ITINERAIRE**

**Samedi Chanonat** - Nadaillat – Puy de la Vache - Lascamps

**Dimanche** : Lascamp – Puy de Dome – Puy de Pariou – Tourtoule ou Volvic

**Cet itinéraire est susceptible d’être modifié selon la météo, les conditions du terrain e et le niveau physique des participants.**