

	<p>Saison 2017</p>	<p>CAF Ile de France Randonnée Pédestre Accueil : 12, rue Boissonade 75014 PARIS tel : 01 42 18 20 00</p>
---	--------------------	---

Fiche-programme de la sortie de Randonnée RW017 –12
Du 5 au 6 novembre 2016

<p>Nom et coordonnées des encadrants :</p>	<p>Programme prévisionnel</p>
<p>Laurent et Agnès METIVIER E-mail : laurent.metivier1@free.fr tel dom :01 60 46 44 12 portable :06 17 32 29 65</p>	<p style="text-align: center;">Au pays du Créateur</p>

Nombre de participants à la sortie yc les encadrants ;8

Cartes : 1/25 000 top 25 3138OT et



Le Serre gros

Caractéristiques du parcours programmé :

Niveau technique : 2 triangles (bas de niveau) itinéraire sur sentiers et petites routes (quelques passages hors sentiers possibles)

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

Rythme d'ascension requis : 350 m/h

Distance : jour 1 environ 22 km jour 2 24 km Allure 4 km/h

Voyage : train billet à prendre par les participants – aller-retour : Paris Montelimar

Rendez-vous sur place: La Bégude de Mazenc à 8h04 à l'arrivée du car de Montelimar

Nécessité de coucher soit à Montelimar soit à la Bégude (hôtel le Jabron_ dernier car Montelimar_la Bégude vers 18h15)

Lors des inscriptions un contact entre participants et encadrants devrait permettre des regroupements pour limiter le coût d'hébergement du vendredi.

Retour prévu à Paris en TGV Montélimar Paris à partir de 19h
(Horaires à vérifier après le début du service)

Cout prévisionnel à régler à l'inscription 60 €, comprenant demi-pension en gîte d'étape, frais administratifs et d'organisation

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

Conditions d'hébergement : gîte d'étape le Presbytère au Poët-Laval

C'est un centre de rééducation pour victimes d'addictions diverses donc régime sec le soir.

Matériel : un drap sac pour l'auberge

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 2 jours

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF

ITINERAIRE

Samedi : La Bégude - Souspierre le Grand Pas - la Tournelle - col du Pertuis – Serre Gros - Montagne du Poët- Le Poët Laval

Dimanche : Le Poët Laval- Mont Rachas – Aleyrac – la Bégude de Mazenc

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