



SECTION RANDO DU BUDOKAN

CALENDRIER 2018-2019

INSCRIPTION OBLIGATOIRE TROIS JOURS AVANT LA SORTIE

Monsieur GUIDEVAUX STEPHANE 06 90 35 17 54

DATES	ITINERAIRES	DUREE	NIVEAU	RENDEZ-VOUS
23/09/2018	Tour du HOUELMONT (Gourbeyre)	2h00	2	RDV 7h00 Parking Destreland ou 8H00 parking de la plage de RIVIERE SENS
21/10/2018	Le Moule / Anse Maurice (le Moule Petit canal)	3h30	3	RDV 7H00 Plage de Anse Maurice
25/11/2018	Boucle cluny/morne bisdary/tillet (ST ROSE)	3h00	2	RDV 6H30 Parking de Destreland ou 7H00 plage de Cluny (st rose)
16/12/2018	Trace des falaises (Anse Bertrand)	4H00	3	RDV 7H00 Parking de la plage de Porte d'Enfer Anse Bertrand.
20/01/2019	Cascade Tambour par le haut (Petit-Bourg)	3h00	3	RDV 6H30 Parking de Destreland ou 7H00 Forêt de tambour. (Petit Bourg)
17/02/2019	Trace de l'avion de sofaia (ST ROSE)	4h00	3	RDV 6H00 Parking de Destreland ou 6 h30 parking de Distillerie de SEVERIN .
14/04/2019	CASCADE LA PARABOLE (GOURBEYRE)	3h00	3	RDV 6h00 Parking de Destreland ou 7h00 Moscou a Gourbeyre
12/05/2019	Descente de la rivière FERRY (première partie) (DESHAIE)	3h00	4	RDV 6H00 parking de Destreland
16/06/2019	REFUGE Frebault (aller /retour par victore hugues) (PETIT BOURG)	8H00	4	RDV 6h00) Parking de Destreland

**ATTENTION : LE PROGRAMME EST SUSCEPTIBLE DE CHANGEMENT A TOUS MOMENTS.
SE RENSEIGNER AVANT AU : 0690 35 17 54**

Valeur des niveaux :

0 : rando pour tous, sans aucune difficulté.

1 : petites difficultés, nécessitant au moins un équipement léger et des chaussures de marche

2 : difficultés moyennes, il est recommandé de prendre des renseignements.

3 : accessible aux bons randonneurs, seulement

4 : randonnée difficile, présentant des difficultés certaines (longue rando, dénivelé important, mauvais état de la trace...)

5 : randonnée réservée aux randonneurs sportifs.

ATTENTION : N'OUBLIEZ PAS VOTRE MATERIEL DE RANDONNEE.

Chaussure de Marche (avec crampons),

Un petit sac a dos confortable avec :

Vêtements de protection (chapeau, crème solaire, coupe vent...) Eau (1.5l pour 2 heures de marche), coupe faim (barre de céréale, fruit sec...)Maillot de bain, serviette. Vos médicaments personnels (asthmatique, allergie, diabétique, problème de tension.....)

Vêtements de rechange (qui restent dans la voiture)

Pour les randonnées de 7 ou 8 heures et les nocturnes, prévoir une frontale ou lampe de poche.