

MJC du Pays de L'Herbasse
Randonnées du Mercredi Sept_Octo 2026

DATE	Départ	COMMUNE	RANDO	RESPONSABLE	TDM	IBP/N	D+	KM	TAR	€
09/09/26										
09/09/26										
16/09/26	08:00	Beauregard Barret	Pas de la Pierre/Pourceau	P.Galland	06:00	87/3	1000	13	01:30	4
16/09/26										
23/09/26										
23/09/26	13:30	Barbières	Le Col de Sambie	B.Chiello	03:30	48/1	410	10.2	01:15	4
30/09/26	08:00	Peyrus	Pierre Chauve	P.Galland	07:00	98/3	1000	16	01:30	4
30/09/26	13:30	Auberives en Royans	Canal Bourne(Attn passerelle)	M.O Tottier	03:30	/1	250	12	01:15	5
07/10/26	08:00	Leoncel	Canyon des Gueulards	L.Farre	05:30	60/3	450	19	02:00	6
07/10/26										
14/10/26	08:00	Hauterives	Le Charray	G.Robert	05:30	/3	400	18.5	00:45	3
14/10/26										
21/10/26	08:00	Veranne	Les 3 Dents	B.Tardy	06:30	96/3	950	19	02:15	8
21/10/26										
28/10/26										
28/10/26										

Sortie à la journée en Gras et Italique. Présence sur le Parking MJC **15 mn** avant Heure du Départ.

Niv 1=10à12 kms D+<+400m **Niv 2=**12à15 kms D+<=700m **Niv 3=>**15 kms D+>700m **Niv 4= Niv 3 + passages délicats ou exposés**

Vous trouverez ci-dessous l'explication pour l'IBP correspondant à une préparation physique Moyenne et qui vous sera communiqué si possible.

IBP (indice d'effort) **0-25**(Très Facile)/**26-50**(Facile)=**N1 : 51-75**(Moyenne)=**N2 : 76-100**(Difficile)=**N3 : >100**(Très Difficile)=**N4**

L'indice IBP est un système d'évaluation automatique de la difficulté d'un itinéraire parcouru en randonnée.

Indice utile pour connaître la difficulté et comparer.

Ne pas confondre degré difficulté avec effort physique déployé.

Ex: un indice de 60 sera difficile pour une personne non entraînée, normal avec une préparation moyenne et tres facile pour un professionnel

Départ:Heure depuis Parking MJC

TDM:Temps De Marche

IBP:Index Effort/N:Niveau Difficulté

D+:Dénivelé positif cumulé(m)

TAR:Temps Trajet Aller et Retour

€:Tarif du Covoiturage