MJC du Pays de L'Herbasse
Randonnées du Jeudi Nove_Déce 2026

DATE	Départ	COMMUNE	RANDO	RESPONSABLE	TDM	IBP/N	D+	KM	TAR	€
05/11/26	***08:00***	***Rousset en Vercors***	***Ranc de Charles***	***G.Massabo***	***05:00***	***68/3***	***650***	***17***	***02:30***	***10***
05/11/26	13:00	Tain L'Hermitage	Pierre Aiguille	J.Larat/M.Banc	03:00	*/1*	*300*	*10*	00:45	3
12/11/26	***08:00***	***Bressieux***	***Usine et Châteaux***	***J.Tracol***	***05:30***	***63/3***	***500***	***18***	***01:20***	***6***
12/11/26	13:00	Saint Barthélémy de Vals	Les Roches qui dansent	J.Chiello	03:30	41/1	260	9.5	00:30	2
19/11/26	***08:00***	***Crest***	***Croix du Bésot/Cobonne***	***A.Coutant***	***05:30***	***66/2***	***550***	***16***	***02:00***	***8***
19/11/26	13:00	Saint Claire sur Galaure	Etang Joana Maria	HC.Renoux	03:15	35/1	190	10.4	00:50	3.5
26/11/26										
26/11/26	13:00	Peyrins	Les Collines de Peyrins	J.Larat/M.Banc	03:00	/1	300	11.4	00:20	1
03/12/26	***08:00***	***Talencieux***	***Tunnels et Viaducs***	***P.Mathon***	***04:30***	***48/2***	***350***	***15***	***01:15***	***4***
03/12/26	13:00	Moras	La Forêt de Mantaille	B.Chiello	03:30	43/1	280	10	00:45	4
10/12/26	***08:00***	***Combovin***	***Le Tour du Turon***	***G.Massabo***	***05:00***	***75/3***	***720***	***13***	***01:30***	***6***
10/12/26	13:00	Larnage	Le Creux du renard	J.Chiello	03:00	*34/1*	*210*	*8.7*	00:40	2
17/12/26	***08:00***	**Chateaubourg**	**Belvédère du Pic**	**C.Germain**	***05:30***	**68/3**	**688**	**15**	***01:00***	**4**
17/12/26	13:00	Valence	Les Canaux Chateauvert	G.Dupuy	03:00	/1	0	10	01:20	4

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**(Trés Facile)/**26-50**(Facile)=**N1 : 51-75**(Moyenne)=**N2 : 76-100**(Difficile)=**N3 : >100**(Trés Difficile)**=N4**

L'indice IBP est un système d'évaluation automatique de la difficulté d'un itinéraire parcouru en randonnée.
Indice utile pour connaitre la difficulté et comparer.
Ne pas confondre degré difficulté avec effort physique déployé.
Ex: un indice de 60 sera difficile pour une personne non entrainée, normal avec une préparation moyenne et tres facile pour un professionnel

Départ:Heure depuis Parking MJC **IBP:Index Effort/N:Niveau Difficulté** **TAR:Temps Trajet Aller et Retour**
TDM:Temps De Marche **D+:Dénivelé positif cumulé(m)** **€:Tarif du Covoiturage**