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

DATE	Départ	COMMUNE	RANDO	RESPONSABLE	TDM	IBP/N	D+	KM	TAR	€
04/11/26	***08:00***	***Grane***	***La Pierre Sanglante***	***D.Terrier***	***06:30***	***77/3***	***690***	***21***	***02:15***	***9***
04/11/26	13:00	Colombier le Cardinal	Chateau Célestin	A.Grenier	03:30	33/1	170	12	01:20	5
11/11/26										
11/11/26										
18/11/26	***08:00***	***Gilhac et Bruzac***	***Col de Rotisson***	***G.Robert***	***06:00***	***/3***	***700***	***19.5***	***02:00***	***7***
18/11/26	13:00	Saint lattier	Route des crêtes	JM.Devant	03:30	45/2	380	11	01:00	3
25/11/26	***08:30***	***Claveyson***	***Le chemin des sables***	***B.Perrin***	***05:00***	***59/2***	***420***	***18***	***00:30***	***2***
25/11/26	13:00	Charmes	Boucle Charmoise	C.Germain	03:00	39/1	250	9.5	00:20	1
02/12/26	***08:00***	***Charmes***	***Les Villages***	***G.Robin***	***05:30***	***/3***	***750***	***18***	***00:20***	***1***
02/12/26	13:00	Bren	Combe Chaloray	JM.Devant	03:30	44/1	330	11.2	00:20	1
09/12/26	***08:30***	***Montchenu***	***3 Chapelles***	***D.Terrier***	***05:00***	***61/3***	***480***	***18***	***00:30***	***2***
09/12/26										
16/12/26	***08:30***	***St Donat***	***Tous les Bois***	***HC.Renoux***	***06:00***	***76/3***	***520***	***20***	***00:00***	***0***
16/12/26	13:00	St Donat	La Combe Oternaud	JM.Devant	03:30	43/1	260	11.2	00:00	0

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