



Programme Septembre 2020

Date	Randonnée et lieu de départ	Durée	Difficulté	Départ	Tps Trajet	Animateur
Jeu. 03/09	Bergerie de Marignol (Vincel)	3 h40 11 km	500 IBP 48	7H 45	2 x 1 h 126 km AR	Patrick Perrin 04 92 79 95 52 06 76 73 05 00
Jeu. 10/09	Artignosc	5h 30 16,5 km	450	7 h 30	2 x 1 h 110 km AR	François Bense 04 86 56 69 04 06 59 35 92 92
Jeu. 17/09	L'agra (St Jurs) (parcours modifiable à la baisse en fonction de la condition physique de chacun)	4h 12 km	633 IBP 65	8 h	2 x 0h45 76 km AR	Patrick Perrin 04 92 79 95 52 06 76 73 05 00
Jeu. 24/09	Col de Chaudon (St Jacques Barrême)	4 h 30 13 km	600	7 h 30	2 x 1 h 114 km AR	J.A Pascal 06 65 55 25 13 04 92 78 68 66

Consigne :

Pour le co-voiturage 4 personnes par voiture, port du masque obligatoire

Echelle comparative des valeurs IBP

	Très basse	Basse	Moyenne	Haute	Très haute	Difficulté itinéraire
ibp	0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100	Très facile
ibp	7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200	Facile
ibp	14 - 19	26 - 38	51 - 75	101 - 150	201 - 300	Moyenne
ibp	20 - 25	39 - 50	76 - 100	151 - 200	301 - 400	Difficile
ibp	> 25	> 50	> 100	> 200	> 400	Très difficile

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
www.ffrandonnee.fr