

FICHE DESCRIPTIVE DE RANDONNÉE

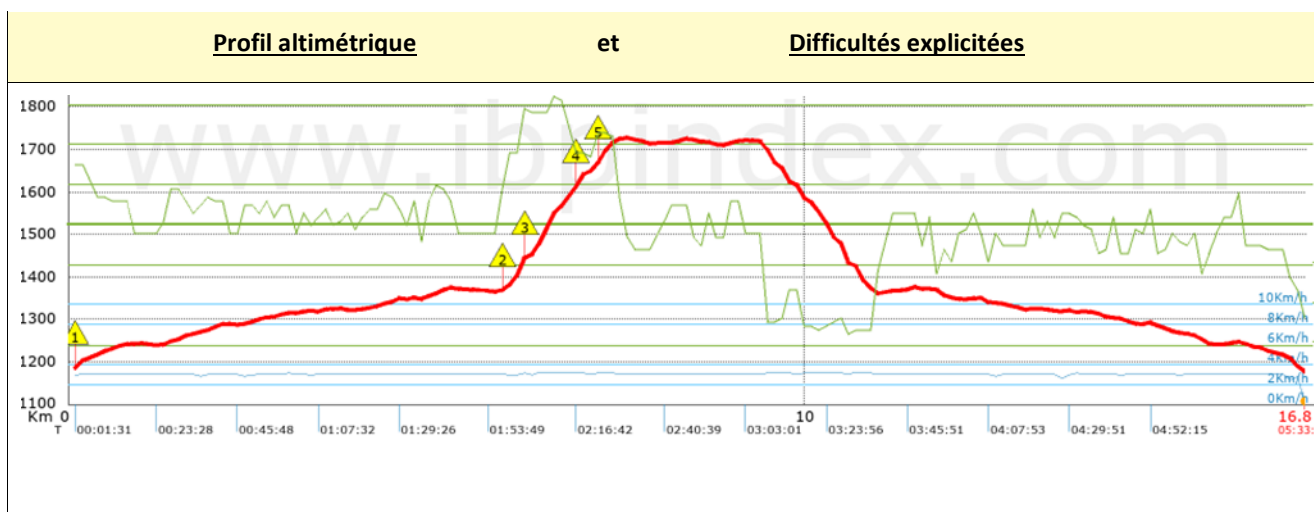
Programmation suivant le Programme affiché sur le site JRV.

RANDONNEE	Crêtes et sommet de Cremon	CARTE IGN	3542 OT
Départ	<i>La Clue ou Demandolx (en fonction de la température le 16 Sept*).</i>	GPS : UTM (Fuseau 32T)	X :305 573 Y :4860 208

Distance	12 ou 16,6* Kms	Temps de Marche estimé : (hors pauses et repas)	5h30
-----------------	--------------------------------	--	-------------

Altitudes Mini - Maxi	1177 m	1731 m	Dénivelés Cumulés	+633 m	-633m
------------------------------	--------	--------	--------------------------	--------	-------

Cotation <small>suit guide FFR</small>	Effort (E)	IBP 72	Technicité (T)	Risque (R)
	E3 : peu difficile		T3 : peu difficile	R3 : peu élevé



Aucune difficulté majeure à rejoindre la Crête et le sommet de Crémon : montée régulière parfois raide pour atteindre le sommet à 1760m.
Pas de passage réellement exposé ni aérien.

Consignes d'équipement :

- | | |
|---|---|
| Obligatoire : chaussures de randonnée adaptées | Bâtons recommandés |
| Equipements habituels (sac à dos, vêtement de pluie, couvre-chef, couverture de survie, sifflet) | |
| Vêtements chauds (Veste polaire, coupe-vent, bonnet, gants) | Vêtement de rechange pour le retour. |
| Pique-nique pour le midi avec boissons en quantité suffisante | |

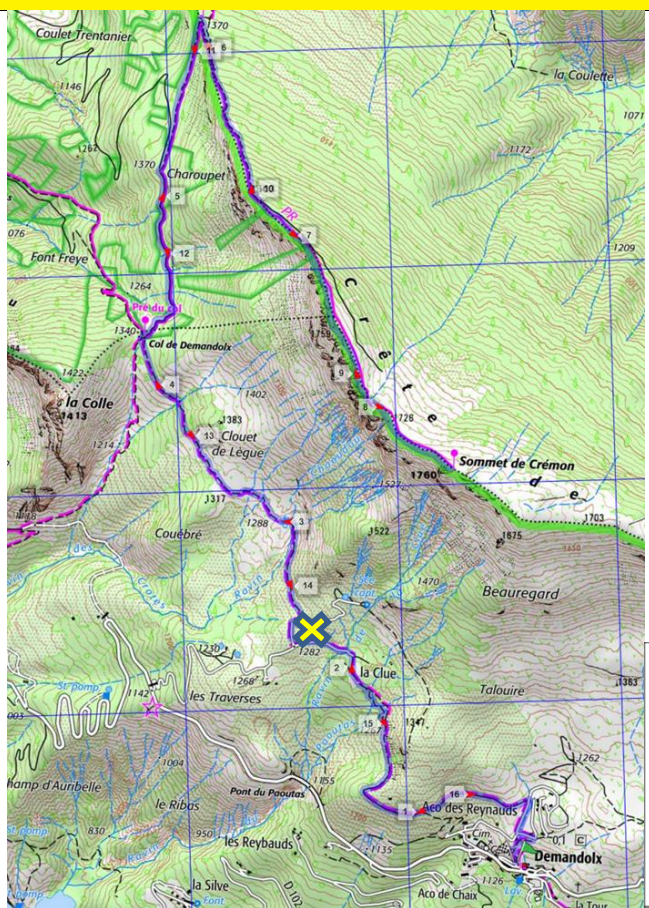
GESTION	Animateur	N° de Téléphone	Adresse Mail
		06 73 9772 17	N/A
Heure et lieu de RdV :	• Tennis de St Vallier _____ 6 h 50	Covoiturage Trajet (A/R)	34 € par voiture 114 km

INSCRIPTION par SMS auprès de l'animateur au plus tard la veille avant 20h, en précisant le lieu de départ si nécessaire.

Descriptif / Informations complémentaires:

La randonnée qui parcourt la Crête calcaire offre des points de vue superbes sur le Lac, les sommets alentours du PNR du Verdon mais aussi du Mercantour et des Préalpes de Digne et de Castellane justifiant à eux seuls cette visite panoramique. Cette barre montagneuse se situe dans le prolongement de la Crête de la Bernarde avec le sommet de Crémon comme point culminant de la Crête de Crémon.

Trace



Depart La Clue ou Demandolx en fonction de la temperature le 16/9