



### FICHE DESCRIPTIVE DE RANDONNÉE

Programmation suivant le Programme affiché sur le site JRV.

<b>RANDONNÉE</b>	<b>Le col de la Baisse</b>	<b>CARTE IGN</b>	<b>3643 ET</b>
<b>Départ</b>	<b>Lac de Thorenc</b>	<b>GPS : UTM</b> <b>(Fuseau 32T)</b>	<b>X: 323 705</b> <b>Y: 4851 1907</b>

<b>Distance</b>	<b>10 km</b>	<b>Temps de Marche estimé : (hors pauses et repas)</b>	<b>4 h 00</b>
-----------------	--------------	--	---------------

<b>Altitudes Mini - Maxi</b>	<b>1119 m</b>	<b>1356 m</b>	<b>Dénivelés Cumulés</b>	<b>+ 310 m</b>	<b>- 310 m</b>
------------------------------	---------------	---------------	--------------------------	----------------	----------------

### COTATION suivant grille FFR

<b>EFFORT (E) - IBP : 40</b>	<b>TECHNICITE (T) :</b>	<b>RISQUE (R) :</b>
<b>2 : Assez Facile</b>	<b>1 : Facile</b>	<b>1 : Faible</b>

Commentaires	Plan de la Randonnée
<p>Du lac de Thorenc, nous partirons à l'assaut du col de la Baisse (1323 m), ce qui nous permettra d'admirer la floraison des pivoines et autres fleurs.</p> <p><i>La pivoine est surnommée « reine des fleurs » et considérée comme un symbole de prospérité, beauté et d'honneur (en Chine, elle est « la fleur du roi ») ; dans la Grèce antique, elle s'appelle paeonia ou « plante à guérir » et tient son nom de Paéon, médecin des dieux, disciple d'Esculape, qui aurait guéri Arés avec cette plante...provoquant le rififi chez les dieux !</i></p>	

### 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

<b>ANIMATEUR</b>	<b>Dominique</b>	<b>Tél: 06 43 36 33 62</b>	<b>dominique.lepere6@gmail.com</b>
<b>Heure et lieu de RdV :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tennis de St Vallier</li> <li></li> </ul>	<b>9 h 00</b>	<b>Trajet (A/R)</b> <b>(covoiturage)</b>
			<b>50 km</b> (sans autoroute)

**INSCRIPTION par SMS** auprès de l'animateur au plus tard la veille avant 20h, en précisant le lieu de départ si nécessaire, ainsi que la possibilité d'assurer le covoiturage (participation en tant que chauffeur).

Ce document est à destination exclusive des adhérents de L'Association « Les Joyeux Randonneurs Vallerois (JRV) » □  
L'Association JRV et l'éditeur de cette fiche, ne peuvent être tenues responsables des éventuels problèmes occasionnés par l'utilisation d'informations diffusées sur cette fiche et sur le site [lesjoyeuxrandonneursvallerois.e-monsite.com](http://lesjoyeuxrandonneursvallerois.e-monsite.com)