FICHE DESCRIPTIVE DE RANDONNÉE

Programmation suivant le Programme affiché sur le site JRV.

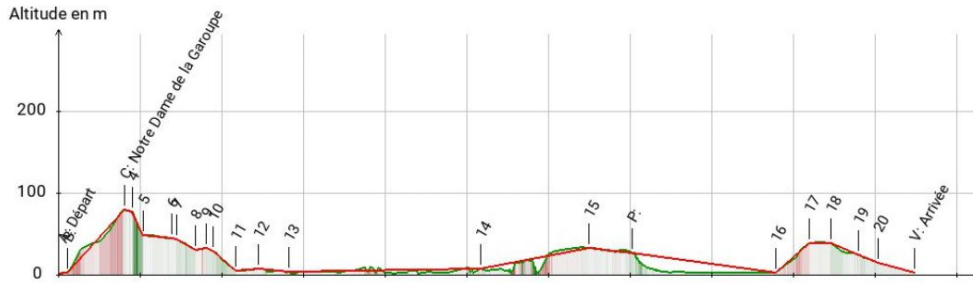
RANDONNEE	***Le Cap d'Antibes***	**CARTE IGN**	**3643ET Cannes-Grasse Côte d'Azur**
Départ	***Plage de la Salis (Antibes 06)***	**GPS : UTM (Fuseau 32T)**	X: 0349 032 Y: 4825 716

Distance	**11 km**	**Temps de Marche estimé :**	**3h30** (*hors pauses et repas*)

Altitudes Mini - Maxi	**1 m**	**80 m**	**Dénivelés Cumulés**	**+ 200 m**	**- 200 m**

Cotation suivant guide FFR	**Effort (E)**	**IBP 34**	**Technicité (T)**	**Risque (R)**
	E2 : Assez Facile		***T2 : Peu difficile***	***R3 : Peu élevé***

Profil altimétrique et **Difficultés explicitées**



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 minimum : **1.5 litres**

ANIMATEUR	**Georges**	**TEL : 06.29.51.24.98**	
Heure et lieu de RdV :	• Tennis de St Vallier 08h00 • Stade Jean Girard (Grasse) 08h20	**Trajet (A/R) (Covoiturage)**	84 km

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

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

Descriptif / Informations complémentaires:

Circuit mythique du Cap d'Antibes dans une zone géologique remarquable entre mer et bois de la Garoupe protégé par le conservatoire du littoral, son phare, ses demeures exceptionnelles, ses vues panoramiques grâce à un cheminement sur un littoral préservé.

Comme tous les sentiers du littoral, la prudence est de mise. Les bâtons, vivement conseillés, vous aideront à vous stabiliser.

Un circuit qui empruntera des passages sur routes. Je compte sur vous pour respecter les consignes de déplacement sur route !!

Il peut y avoir du vent, il peut faire chaud !! Alors le coupe-vent est indispensable et un minimum de 1.5litre d'eau est nécessaire.

Pas de difficulté sur ce circuit.

Trace

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