

FICHE DESCRIPTIVE DE RANDONNÉE

Programmation suivant le Programme affiché sur le site JRV.

RANDONNÉE	Le Tour du Serre de la Lune	CARTE IGN	3643 ET
Départ	Courmes	GPS : UTM (Fuseau 32T)	X: 339 704 Y: 4845 353

Distance	11 km	Temps de Marche estimé : (hors pauses et repas)	5 h 00
-----------------	--------------	--	---------------

Altitudes Mini - Maxi	627 m	1023 m	Dénivelés Cumulés	+ 420 m	- 420 m
------------------------------	--------------	---------------	--------------------------	----------------	----------------

COTATION suivant grille FFR

EFFORT (E) - IBP : 49	TECHNICITE (T) :	RISQUE (R) :
2 : Assez Facile	2 : Assez Facile	2 : Peu Faible

Commentaires	Plan de la Randonnée
Départ du joli village de Courmes. Montée un peu soutenue et régulière jusqu'au plateau de St Barnabé. Haut lieu de passage , les anciennes voies romaines dallées et bordées de bornes militaires traversent le Serre de la Lune, rappelant le rôle de carrefour qu'a joué le territoire entre Provence, Verdon et Var	

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

ANIMATEUR	Dominique	Tél: 06 43 36 33 62	dominique.lepere6@gmail.com	
Heure et lieu de RdV :	• Tennis de St Vallier	8 h 30	Trajet (A/R)	62 km
	• Pré du Lac	8 h 50	(covoiturage)	(sans autoroute)

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