

PLANNING RANDO DOUCE / RANDO SANTE

DATE	LIEU DE RENDEZ-VOUS	DEPART DE LA RANDO	HORAIRE	KM	IBP*	CLUB ORGANISATEUR	RESPONSABLE	TELEPHONE	INTITULE	REMARQUE
mardi 3 décembre 2019	OUIDES	PLACE DE L'EGLISE	8H30 OU 13H30	10,00		RANDO EN VELAY	GINETTE	06 86 51 13 26	RANDO DOUCE	
jeudi 5 décembre 2019	LISSAC	PLACE DU VILLAGE	8H30 OU 13H30	9,00		RANDO EN VELAY	HENRI	06 81 33 72 21	RANDO DOUCE	
vendredi 6 décembre 2019	SAINT-JEURES			5 à 7		RANDO DU HAUT-LIGNON	JACQUELINE PROST	06 74 07 21 43	RANDO DOUCE	
vendredi 6 décembre 2019	ESFACY	PLE DE CHARENTY	13H00	8,00		RANDO SENOUIRE	NOEL FARIGOULE	06 61 37 58 70	RANDO SANTE	COVOITURAGE 1,50€
mardi 10 décembre 2019	BAINS	PLACE DU VILLAGE	8H30 OU 13H30	10,00		RANDO EN VELAY	HENRI	06 81 33 72 21	RANDO DOUCE	
jeudi 12 décembre 2019	FREYCENET-LA-CUCHE	PLACE DU VILLAGE	8H30 OU 13H30	9,00		RANDO EN VELAY	JEAN-LUC	06 31 33 49 79	RANDO DOUCE	
vendredi 13 décembre 2019	BAS-EN-BASSET	MALORUM	13H30	10,00		CROQ'SENTIERS	MICHEL SUC	06 32 37 69 14	RANDO DOUCE	COVOITURAGE 2€
vendredi 13 décembre 2019	LE CHAMBON			5 à 7		RANDO DU HAUT-LIGNON	JACQUELINE PROST	06 74 07 21 43	RANDO DOUCE	
vendredi 13 décembre 2019	ESFACY	SALZUIT	13H00	9,00		RANDO SENOUIRE	NOEL FARIGOULE	06 61 37 58 70	RANDO SANTE	COVOITURAGE 1,50€
mardi 17 décembre 2019	SAINTE-PAULIEN	PLACE DU VILLAGE	8H30 OU 13H30	8,00		RANDO EN VELAY	EDMOND	06 11 55 18 63	RANDO DOUCE	BUCHE DE NOEL OFFERTE - INSCRIPTION : GINETTE 06 86 51 13 26
jeudi 19 décembre 2019	SOLIGNAC-SUR-LOIRE (CONCIS)	METIER A FERRER	8H30 OU 13H30	9,00		RANDO EN VELAY	JEAN B	06 77 06 52 72	RANDO DOUCE	
vendredi 20 décembre 2019	SAINT-JEURES			5 à 7		RANDO DU HAUT-LIGNON	JACQUELINE PROST	06 74 07 21 43	RANDO DOUCE	
vendredi 20 décembre 2019	ESFACY	CHATEAU SIAUGUES	13H00	8,50		RANDO SENOUIRE	NOEL FARIGOULE	06 61 37 58 70	RANDO SANTE	COVOITURAGE 3€
vendredi 27 décembre 2019	ESFACY	CHAPELLE-MADELEINE	13H00	7,00		RANDO SENOUIRE	NOEL FARIGOULE	06 61 37 58 70	RANDO SANTE	COVOITURAGE 5€
mardi 31 décembre 2019	ESPALY-SAINT-MARCEL	PLACE RENE CASSIN	8H30 OU 13H30	10,00		RANDO EN VELAY	EDMOND	06 11 55 18 63	RANDO DOUCE	

POUR TOUT RENSEIGNEMENT COMPLEMENTAIRE, MERCI DE CONTACTER DIRECTEMENT LE CLUB ORGANISATEUR.

*** INDICE IBP :**

C'est un système d'évaluation automatique de la difficulté d'un itinéraire parcouru en randonnée pédestre.
 Pour l'interpréter en fonction de votre niveau, vous pouvez vous référer au tableau ci-dessous :

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