



RANDONNÉE RAQUETTES EN BAUGES AUTOUR DE LA CROIX DES BERGERS

SAMEDI 3 FÉVRIER 2024

Commission Sport & Loisirs - Comité départemental EPGV SAVOIE - epgv73.fr



La FFRandonnée et son partenaire IBP Index ont mis au point un système de cotation des randonnées pédestres. Le système de cotation fédéral repose sur trois critères :

1. L'effort (système de calcul IBP index/ FFRandonnée, combinaison entre distance et dénivelé)

2. La technicité (présence ou non d'obstacles plus ou moins importants)

3. Le risque (gravité plus ou moins importante des accidents corporels en cas de chutes ou glissades)

La conjugaison de ces 3 critères permet d'exprimer la réelle difficulté de chaque rando. Chaque critère est coté de C1 à C5 par difficulté croissante.

[En savoir +](#)

► LA RANDONNÉE :

Niveau : C3 peu difficile

Distance : 10 km

Dénivelé : 350 m.

Temps de marche : 4h30 / 5h environ

Carte I.G.N. Top 25 : 3332 O.T.

Le parcours :

Départ du parking de Crolles au Revard. Passage à la Croix des Bergers puis tour des Creusates pour aller pique-niquer au foyer de Saint François. Retour par la forêt.

► DEUX RENDEZ-VOUS SONT POSSIBLES :

Covoiturage proposé, munissez-vous d'un masque.

Grésy sur Aix : Parking de Pont Pierre pour départ à **8h15 précises**.

Contact de préférence par sms pour le rendez-vous de grésy sur Aix : André GENIX 06 03 02 99 46

Sonnaz : Parking covoiturage de Maison Brûlée, pour départ à **8h précises**.

Recommandations : raquettes **RÉGLÉES** (et/ou crampons de marche suivant l'enneigement), chaussures de montagne, bâtons avec rondelles hiver, vêtements chauds, bonnet, gants, lunettes de soleil, barres énergétiques, pique-nique, boisson.

► Participation financière randonnée : licencié EPGV 5€ / non licencié EPGV 8€

S'INSCRIRE AVANT LE MERCREDI 31 JANVIER 2024
Nombre de places limité à 20 personnes

**LES INSCRIPTIONS ET LES RENSEIGNEMENTS SE FERONT IMPÉRATIVEMENT
AUPRÈS DE NICOLE MONNERET** par sms au **06 59 07 14 37**
ou par mail à nicolemonneret@yahoo.fr

En cas d'annulation pour cause de mauvaise météo ou autre raison, vous serez prévenus la veille de la rando par SMS et/ou mail.

BULLETIN D'INSCRIPTION RANDONNÉE RAQUETTES LA CROIX DES BERGERS – 3 FEVRIER 2024 à envoyer par courriel avant le mercredi 31 JANVIER 2024 à nicolemonneret@yahoo.fr

Nom, Prénom :

Tél.(portable) : Courriel :

Association EPGV :

Noms des participants :

Nom de la personne à avertir en cas d'urgence : Tél :

Lieu de rendez-vous : Grésy sur Aix, Parking de Pont Pierre Sonnaz, Parking covoiturage Maison Brûlée

nombre de participants licenciés : x 5€ = €

nombre de participants non licenciés : x 8€ = €

TOTAL = €

Le règlement de la randonnée se fera impérativement par chèque à l'ordre du Codep EPGV73 et sera remis au responsable de la randonnée. Merci d'indiquer au dos le nom des personnes pour lesquelles vous réglez.