

Rando : **FRIOUL _ Tour du Frioul**

Date : 24/Avril/2017

Niveau : P1 / T1 (Voir système de cotation au pied de la FIR)

Carte IGN 1/25000 : **0000 XX**

Itinéraire de la rando : Embarcadère, Cal. St Estève, Hôpital Caroline, Fort de Ratonneau, Cal. de Morgiret, Fort de Bregantin, Digue, Sentier sous Sémaphore, Cal. de Crine, Sémaphore de Pomègues, Ferme Aquacole, Retour Digue, Embarcadère.

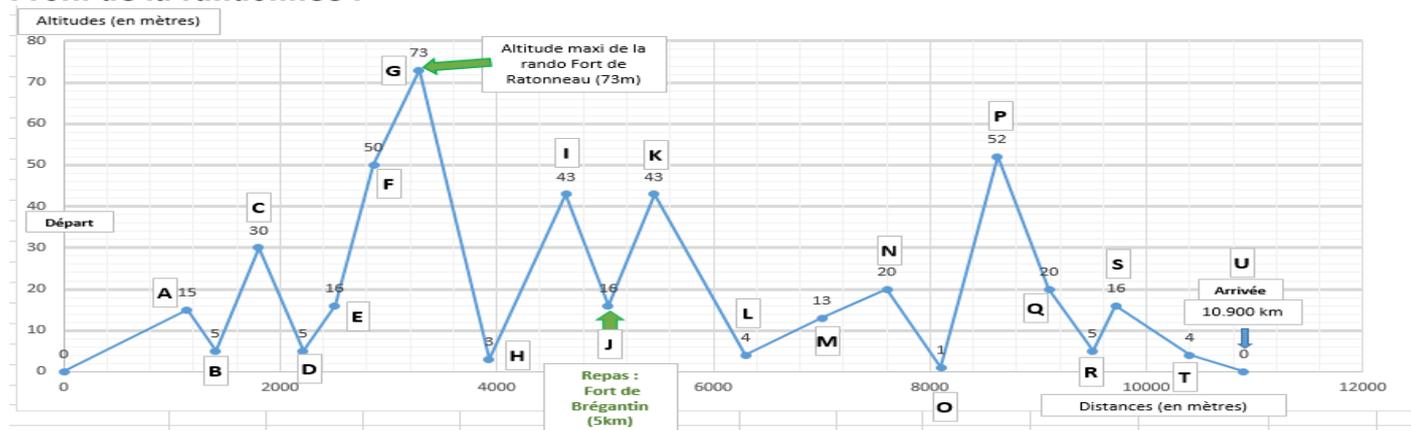
Difficultés :

Durée de marche effective : 4h45 Longueur : **10,9 km** Dénivelé cumulé + : **270 m**

Nature du terrain : Route sol naturel et sentiers caillouteux

Difficultés particulières : RAS (peu de dénivelé, mais pas d'ombre ! → Repas vers 12h30)

Profil de la randonnée :



Rendez-vous :

Lieu et heure du rdv : **Embarcadère Frioul 9h00 (pas de RdV au Club)**

Parcours suggéré pour se rendre au départ de la randonnée :

Aller au métro Dromel, Garer la voiture, Prendre le Métro jusqu'à la Station « Vieux-Port », puis prendre le bateau tous ensemble (navette îles du Frioul)

Lieu de départ de la randonnée : **Embarcadère Frioul**

Heure de départ de la randonnée : **10h00** (au départ de l'embarcadère Frioul)

Heure de retour de la randonnée : **16h00** (approximativement Embarcadère Frioul)

Matériel :

Chaussures : Chaussures de randonnée tiges hautes

Nourriture et boissons : Pique-Nique + environ 1,5 à 2,0 litres d'eau

Vêtements : Adaptés à la saison et à la météo + Casquette (**pas d'ombre !**)

Divers : Bâtons de marche conseillés, si soleil « crème solaire ! »

Consignes particulières :

Randonnée sans difficultés techniques particulières sur route sol naturel et sentiers balisés. Bonne humeur et entrain (recommandés) !

Organisateur(s) :

Jean Paul

Téléphone : 06 72 91 25 50

Téléphone :

Rappel des cotations utilisées :

Pénibilité

P1 : Sentier facile

P2 : Dénivellements fréquentes

P3 : Eboulis, Pentas importantes

Technicité

T1 : En balcon + Rochers

T2 : Ressauts rocheux

T3 : Câbles ou Chaines