

Fiche Informations Rando

Par soucis de la préservation de nos arbres, merci de n'imprimer que le strict minimum

Rando : Gémenos, Vallée de Saint Pons, Ancienne Glacière

Date : 03/03/2025

Niveau : P2 / T1 **IBP :** 54 (Voir système de cotation en pied de FIR) **Carte IGN 1/25000e :** 3245 ET

Itinéraire de la rando : Gémenos Vallée de Saint Pons Ancienne Glacière

Difficultés :

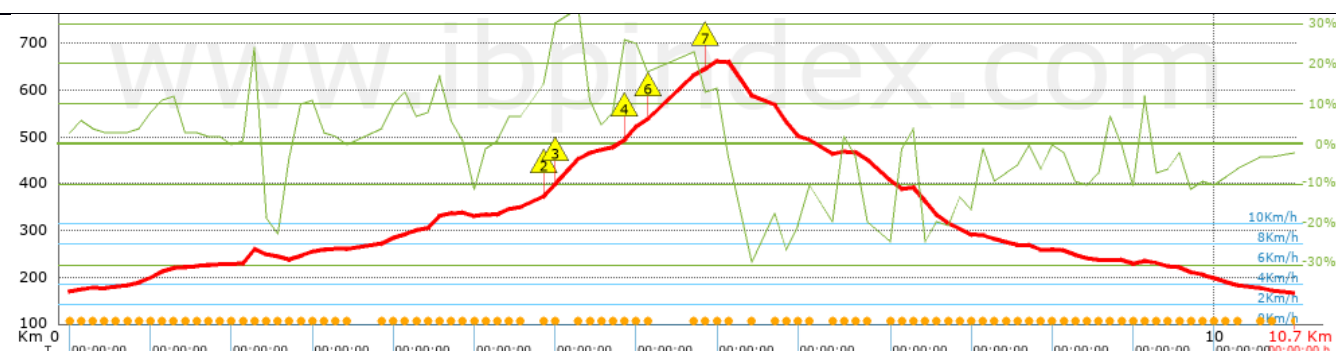
Durée de marche effective : 5H

Distance : 12,5 km

Dénivelé cumulé + : 516 m

Nature du terrain : Piste, sentier en sous bois et sentier descendant pierreux

Difficultés particulières : Longue montée demandant un effort soutenu. Passage en balcon étroit sur des rochers sur 50 mètres.



Rendez-vous :

Parcours suggéré pour se rendre au départ de la rando : Gémenos Vallée de Saint Pons

Au départ de Saint tronc et retour: 44 KM

Participation covoit : 3euros par personne

Parking Vallée de Saint Pons **GPS :** 43.29184N, 5.64404E

Heure rdv au parking : 9H **Heure de départ de la randonnée :** 9h15 (au départ des voitures)

Heure de retour (approximativement aux voitures) : 16h00

Matériels : Chaussures : Chaussures de randonnées

Vêtements : Adaptés à la météo

Nourritures et boissons : Pique-Nique + en cas pour pallier au coup de fatigue

1l à 1.5l d'eau

Divers : Bâtons conseillés

Consignes particulières :

Penser à un en cas que nous prendrons avant la longue montée.

Organisateur / Accompagnateur : Dominique GIRAUD

Téléphone : 0615258098

Rappel des cotations utilisées :

Indice IBP : 54

Effort 3, Technicité 2, Risque 1

Pénibilité :

P1 : Sentier facile

P2 : Dénivellations fréquentes

P3 Eboulis, pentes importantes

Technicité : T0 : rien de technique

T1 : En balcon + Rochers

T2 : Ressauts rocheux

T3 : Câbles et /ou Chaines