


FICHE PRE-RANDO

 Association des Excursionnistes Provençaux	samedi 23 juin 2018	MARCHE NORDIQUE MN3	N° Dépt 13
	ANIM 1: Serge PERRONA Tél : 06 88 32 81 18 Mail : serge.perrona@wanadoo.fr	ANIM 2: Tél : Mail :	ou Pays
TITRE PK>Doudon>vallon du marbre >Montée des Harmelins>descente vers Roques Hautes>montée plateau Bimont>descente bétonnée>vers Zola>Banc>fenêtre> PK Tholonet			
PENIBILITE MN3	TECHNICITE T	TEMPS de marche 2 h 50	DENIVELE 495 m
		DISTANCE 12 km	Nb participants
RYTHME :	<input checked="" type="checkbox"/> SOUTENU		<input type="checkbox"/> MODERE



NATURE, INTERET



DETAIL DES DIFFICULTES (=néant X=faible XX=moyenne XXX=forte)

Passages vertigineux	Passages avec chaînes	Eboulis en montée
Passages en rochers	Passages avec cordes	Eboulis en descente
Passages avec échelles	Marche en devers	Autre (Précisez ici)

COVOITURAGE

TRAJET

CONSIGNES REPONDEUR : Samedi 23 juin 2018 Marche Nordique MN3 avec Serge Perrona . distance : 12 km ; déniv : 495 m ; temps prévu : 2h 50 ; rythme soutenu . Rendez-vous : Parking du Tholonet à 8h30(à gauche en venant d'Aix) .

FICHE PRE-RANDO

