

Lac des Cordes
Départ Cervières



5 KM
D+ 460M

Départ - Lieu : Parking de Cervières en bordure de la D902. Puis covoiturage jusqu'au départ réel.
GPS Départ Réel : 44,97060° N, 6,49917° E Lieu dit Bourgea

- Heure : 9h00 (RDV 8h45) au parking de cervières

Niveau Physique et Technique :

Parcours facile, avec 460m de Dénivelé pour 5 km de distance.

Altitude de départ : 1980m

Altitude maximale : 2450m

Cheminements : Sentiers

Matériel à emporter : Sac à dos de randonnée pour la journée 20 à 40l, (Veste chaude + pantalon + Kway au fond du sac), Pic nique, Casquette/Lunettes, 1,5 litres d'eau par personne mini,

Chaussures : Chaussures de marche, ou chaussures avec lesquelles vous avez l'habitude de randonner EN MONTAGNE !

Trousse de secours : Couverture de survie, compresses stériles, désinfectant, pince à épiler, pansements.
Le matériel de secours nécessaire pour les cas pratiques de secours sera fourni et présenté par l'accompagnateur formateur.

Médicaments : En cas de traitement médical, emporter le nécessaire (Asthme, diabète, allergies...).

Modification/Annulation : L'itinéraire de randonnée est fourni à titre indicatif. En fonction des conditions météorologiques, du groupe et des aléas, votre accompagnateur pourra modifier ou annuler l'itinéraire prévu, pour votre sécurité et/ou celle du groupe.