La prochaine sortie mensuelle de l'ARCC aura lieu

le samedi 4 novembre 2017 à Saint Philippe

Mer cassée-Cap Méchant-Cap Mascarin

Compostelle péi

<u>Départ</u> :Marine St Philippe <u>Arrivée</u> :Cap Méchant

0000

Heure de départ de la marche : 8 H 30

<u>Distance</u>: 9,8 km <u>Durée estimée:</u> 4 H <u>Altitude max 134 m</u> Ascension cumulée: 220 m

000000000000000000

Niveau de difficulté : facile

alternance de chemins bétonnés, route, sentiers herbeux masquant rochers et racines, en sous bois, roches volcaniques en bord de mer.

Equipement

Habituel du randonneur/pèlerin Sac, eau, couvre-chef, lunettes de soleil, crème solaire, protection contre le vent, la pluie, bâtons un en-cas pour la pause, sans oublier..... les

INDISPENSABLES.

Rendez-vous

Parking Mer Cassée 8 H 15

Parking Cap Méchant: 7 h45 et co-voiturage vers Cap Méchant 8 H 00 *******

Départ de la marche 8 H 30 Parking Mer Cassée



===

jv@arcc-compostelle.re 0692 707 431

Rappel

Préciser les coordonnées d'une personne à prévenir en cas d'urgente nécessité.

NOTA: Invité

Outre le nom et prénom de l'invité, ===> merci de communiquer, sa date de naissance, son adresse, un numéro téléphone,



Pique-nique Cap Méchant

Chacun amène son repas et.... ses installations spécifiques de confort (tables et chaises pliantes etc...)

Restauration sur place possible

THEME DESSERTS



Selon inspiration

ARCC

SORTIE - 4 novembre 2017

St Philippe Mer cassée - Cap Méchant

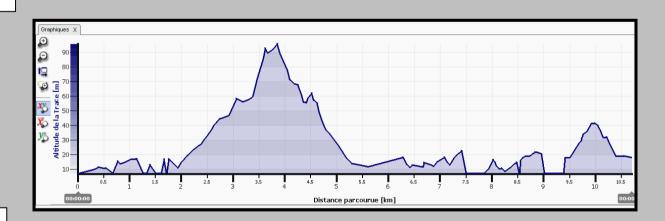
(Mer Cassée - Le Baril - Cap Méchant - Cap Mascarin)

Cartes





Profil



Niveaux

Difficulté du parcours

	Preparation physique					Difficulté
	Très basse	Basse	Moyenne	Haute	Très haute	itinéraire
ibp	0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100	Très facile
ibp	7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200	Facile
ibp	14 - 19	26 - 38	51 - 75	101 - 150	201 - 300	Moyenne
ibp	20 - 25	39 - 50	76 - 100	151 - 200	301 - 400	Difficile
ibp	> 25	> 50	> 100	> 200	> 400	Très difficile