

Dix ans de randonnées naturistes avec les MNVR

Mise à jour le : vendredi 22 avril 2022

Indice IBP pour conditions physiques Moyennes sur sentiers				
0 - 25	26 - 50	51 - 75	76 - 100	> 100
Très facile	Facile	Moyenne	Difficile	Très difficile

Indice IBP pour Rando'aquatique ou raquettes à neige				
0 - 13	14 - 25	26 - 38	39 - 50	> 50
Très facile	Facile	Moyenne	Difficile	Très difficile

Nom	Distance	Dénivelé cumulé	Altitudes		IBP index	Difficultés moyennes	Particularités	Période, année, saison, mois de la pratique effectuée								Nombre de fois	
			Mini	Maxi				2023	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016		2015
Randonnées sur sentiers, pistes forestières ou chemins (11 sous groupes)																	
Randonnées intéressantes à faire prochainement																	
Randonnée Poët-Laval - Le Trou du Furet (Très jolie balade) (route 1h 16mn)																	
	8,08	518	391	878	55	Moyenne	À faire	T	Printemps								
Boucle Col de Grasse/Les Granges de Lesches/Col Lorial/Col de Miscon																	
	11,2	633	912	1272	63	Moyenne	À faire	T	Printemps								
Secteur Die, Chamaloc, Col du Rousset, Pont de Quart																	
Boucle Die - Montagne de Bret (Daniel et Frédérique) En solo																	
	14,7	810	400	965	78	Difficile	Randonue	T	Juillet								1
Du Col de Rousset au But Saint Genix par la voie romaine																	
	20,5	900	1244	1638	99	Difficile	Randonue	T	Octobre								1
Les Rochers de Chironne (voie romaine), Col de vassieux (boucle) Vautours																	
	10,1	475	1270	1560	53	Moyenne	Randonue	T	Mars Octobre								2
Randonue de Chapiat à la Belle Justine, par la cabane forestière de Just Légende																	
	10,9	590	440	958	58	Moyenne	Randonue	T	Avril Octobre Août								3
Randonue de Chapiat à la Belle Justine, par le Grand Justin Légende																	
	x	x	x	x			à faire !	Randonue									0
Die - Naturism'Ô Mians, Col de Bergu Relax																	
	6,26	352	487	768	40	Facile	Balade	T	Avril								1
Marignac - Montagne de Desse (Départ possible, sentier des Condamines) Textile																	
	5,8	340	570	880	43	Facile	Randonue	T	Mai Octobre								2
Chamaloc - De la Comane à Serre des Blaches																	
	12,5	560				Moyenne			Mars								1
Beaufayn - Tour de la Montagne de Beaufayn Agéable																	
	13,4	837	487	1218	80	Difficile	Randonue	T	Mars Juin								2
Mongardy depuis Pont-de-Quart																	
	10,5	344	470	618		Moyenne	(À vérifier)		Février Novembre								2
Vassieux, Vercors - Plateau d'Ambelle depuis Font d'Urle Textile																	
	x	x	x	x		Moyenne	Randonnée		Mai								1
Secteur de Glandasse, Abbaye de Valcroissant, Romeyer (Chatillon)																	
Glandasse, cabanes des bergers (Le Four) - depuis Chatillon par Bain Bouquetins																	
	14,4	1226	638	1835	114	Très difficile	Randonue	T	Février Octobre Janvier/Avril								4
Glandasse - Pié Ferré, depuis Chatillon par Bain																	
		638	2041			Très difficile	Randonue		Novembre								1
Glandasse - Pié Ferré, depuis l'Abbaye de Valcroissant nocturne																	
	8,5	1800		2041		Très difficile	Randonue		nocturne Aout								1
Glandasse - Le Pas de Chabrinel depuis Romeyers Gravelles																	
	x	x	x	x		Difficile	Randonue		Octobre								1
Abbaye de Valcroissant, Compteur à Moutons																	
	x	x	x	x		Moyenne	Randonue		Avril Juin								2
Du Pas de la Roche au Comteur à Moutons Bouquetins																	
	x	x	617	x		Moyenne	Randonue		Mai								1
Boucle du Pas de la Roche à l'Abbaye de Valcroissant Textile																	
	7,4	480	617	1095	49	Facile	Randonnée	T	Textile Décembre								1

159 Itinéraires différents identifiés, ou leurs variantes

831,72 Km parcourus en 10 ans (incomplet)

48762 +/- Mètres de dénivelé cumulé en 10 ans (incomplet)

T : Trace GPX + IBPindex

Nombre de sorties effectuées par année											
1	27	23	24	25	35	41	36	36	31	17	5

302

Attention : L'indice IBPindex est calculé pour de la randonnée sur la terre ferme ; dans l'eau, la marche est beaucoup moins aisée, il faut compter environ 1 à 1,5 km/h, et se référer au tableau index de droite.