

RANDO TDF 2020

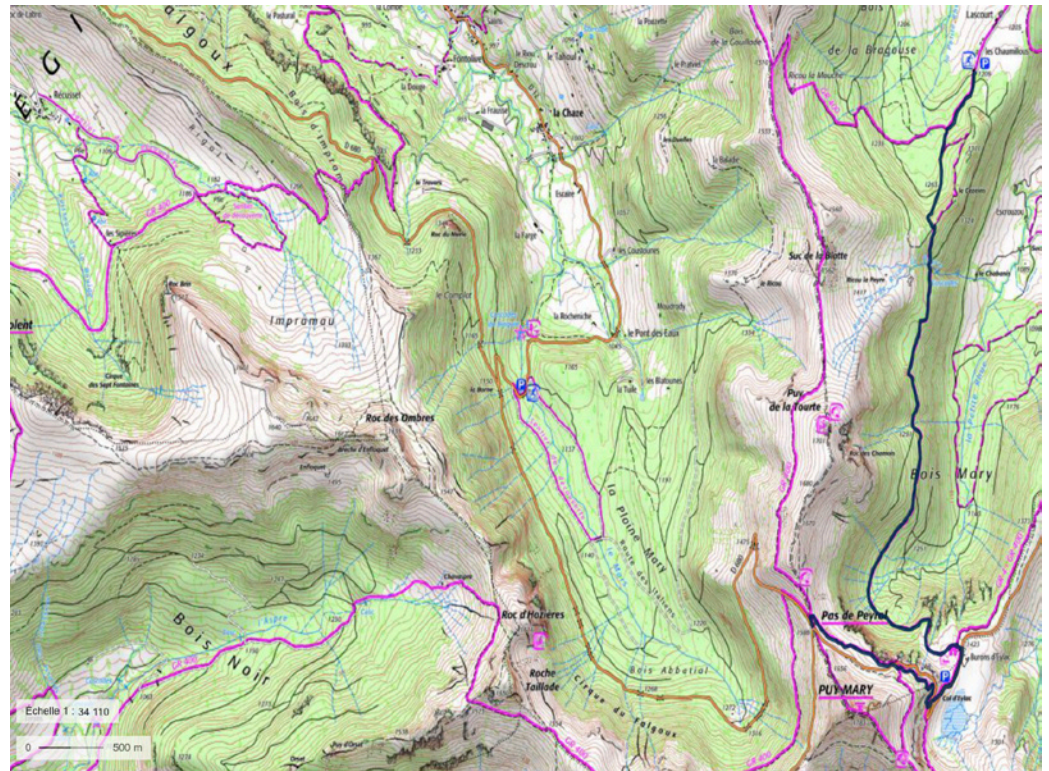
LASCOURT -> PAS DE PEYROL PAR LE BOIS MARY

DISTANCE ALLER : 6,72 KM

D+ : 469M

DURÉE ALLER : 2 H 20

D- : 103M



Départ depuis Lascourt (Le Claux).

AVANT DE PARTIR

- >> Vérifiez la météo locale.
- >> Emportez des vêtements imperméables et chauds.
- >> Chaussez-vous et équipez-vous correctement.
- >> Prenez de quoi vous ravitailler (pensez aux producteurs locaux) et vous hydrater.
- >> Ne surestimez pas vos capacités physiques.
- >> Munissez-vous d'un topoguide ou d'une carte IGN.
- >> Lampe frontale

NUMÉROS D'URGENCE

Secours : 112

Garder votre téléphone à portée, les secours vous enverront un SMS pour vous géolocaliser