

BALLADE DANS LE COIRON

Départ voiture place de la Poste à 6 h 30
Charmes – La Voulte – Le Pouzin – Chomérac

Départ randonnée 7 h 15 50 km dénivelé : 900 m

				Altitude
7 h 15	CHOMERAC		D 3	190
	St BAUZILLE	5,3	5,0	310
	Crois D 2	5,8	10,7	140
	St MARTIN L' INFERIEUR	2,1	13,0	162
	St MARTIN sur LAVEYSON	2,4	15,2	217
	Vers Les Molières	4,8	20,0	438
	Col de Fontenelle	5,7	25,7	703
	Croix St Martin	1,1	26,8	
	Vers TAVERNE	1,0	27,8	750
	Col du Bénas	3,1	30,9	448
	FREYSSINET	0,5	31,4	777
	Col du Bénas	0,5	31,9	795
	Crois	2,2	34,1	781
	LAVAL	6,2	40,3	507
	ROCHESSAUVE	2,0	42,3	400
	ALISSAS	4,4	46,7	
	Rp	0,3	47,0	221
	CHOMERAC 2ème Rp	2,5	49,5	
	PARKING	0,5	50,0	190

BALLADE DANS LE COIRON

Départ voiture place de la Poste à 6 h 30

LACRA – N 7 – pont de Charnes – La Voulte – Le Pouzin – Chomérac -

Départ randonnée 7 h 15

91 km

dénivelé : 1633 m

7 h 15	CHOMERAC			D 2 droite 200 m Rp gauche D 3	190
7 h 35	St BAUZILE	5,0	5	D 3	310
	Crois	1,2	6,2	droite D 3	
	Crois D 2	4,5	10,7	droite D 2 – 800 m droite D 213	140
7 h 55	St MARTIN L' INFERIEUR	2,3	13	D 213	162
	St MARTIN LE SUPERIEUR	2,2	15,2	D 213	217
	Vers les Molières	4,8	20	D 213	438
	Col de Fontenelle	5,7	25,7	droite D 213	703
	TAVERNE	2,1	27,8	gauche D 7	750
9 h 00	BERZEME	1,3	29,1	D 7	29,1
9 h 20	St JEAN LE CENTENIER	9,9	39	Droite 100 m droite- gauche D 7	330
	Crois	0,7	39,7	droite D 458	310
9 h 35	Crois	3,5	43,2	droite D 258	320
9 h 55	MIRIBEL	3,3	46,5	½ tour gauche D 258	510
	Crois	3,5	50	droite D 258	310
	Crois	2,6	52,6	droite	220
	La Gare Montfleury	1,4	54	droite	
	Crois Rp N 102	1,0	55	droite N 102	203
10 h 30	LAVILLEDIEU	1,1	56,1	droite D 224	228
	LUSSAS	4,7	60,8	D 224	224
10 h 10	DARBRES	5,2	66	D 224 – 400 m gauche	224
	FREYSSENET	7,0	73		777
12 h 15	Col du Bénas	0,5	73,5	Droite D 7	795
	Crois	2,2	75,7	gauche D 229	75,7
	LAVAL	6,3	82	D 299	507
	ROCHESAUVE	2,0	84	D 299	400
	ALISSAS	4,8	88,8	D 2 droite	221
13 h 15	CHOMERAC	2,2	91		191