



ENTRAINEMENT TOUR DE LA VALLEE DE LA THUR 2018

EPISODE 2

Rendez-vous le SAMEDI 21 avril a 8H30

AU PARKING DU CHALET DU TREH DES AMIS DE LA NATURE

Samedi :

- **Départ vers 9h00 pour randonnée de 25KM environ et 800 D+**
- **Prévoir au minimum 1 litre d'eau + aliment énergétique type barre céréale**
- **Bâton de randonnée**
- **Repas de midi tiré du sac**

Samedi soir :

- Nuitée au chalet du treh**
- Votre repas du soir + votre petit déjeuner sont à emmener (selon le nombre de personne possibilité de faire un repas en commun)**

Dimanche matin :

- **Départ prévu pour 8h00 pour une randonnée d'environ 30 km avec toujours repas tiré du sac**
- **Retour prévu au chalet vers 17h**
- **pour les plus inquiets voici mon numéro de téléphone pour des questions éventuelles (06 95 52 39 00)**
- **Merci d'avance de me confirmer votre présence avant le 13 avril pour réservation des nuitées auprès de Janine.**