



Week-end 28-29 mars 2020

## LES TROIS BECS 1589m

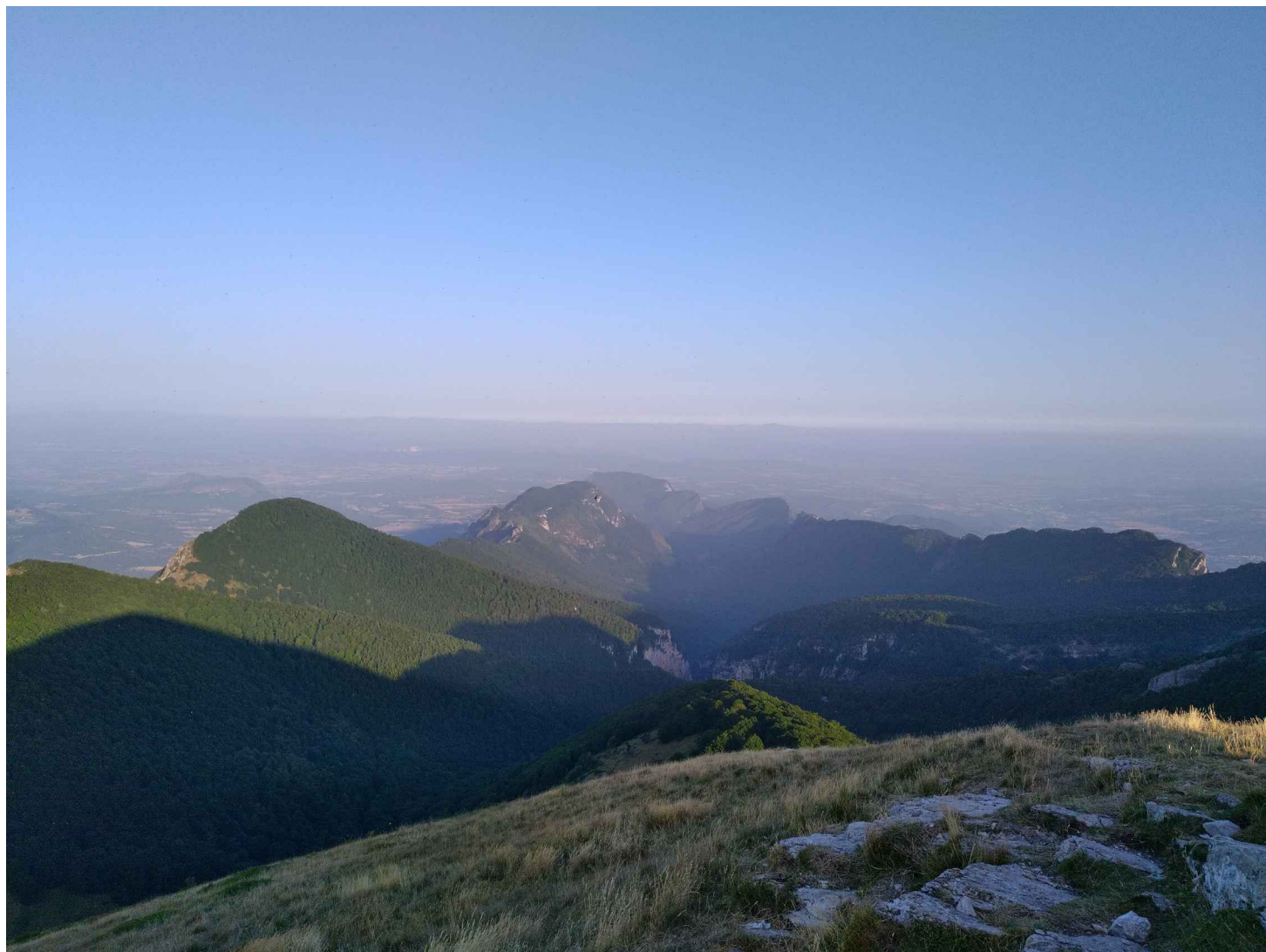
Sud du massif du Vercors – Synclinal de Saoû

Date	Itinéraire	Distance	Dénivelé +	Dénivelé -	Cotation
Sa. 4 mai	Départ de Saoû, boucle passant par Roche Colombe	17 km	+ 900m	- 900m	T2
Di. mai	Les Trois Becs- boucle, départ de la forêt de Saoû	21 km	+ 1500m	- 1500m	T3

### **4 participants + l'encadrant**

Détail du samedi :

Départ 6h00 au parking du péage de Beaune sud Arrivée à Saoû vers 9h30.	Randonné dans la forêt et les champs de la Drôme.
Ascension de Roche Colombe, extrémité EST du synclinal de Saoû.	17km / 900m positif / 900m négatif Soirée et nuit aux alentours de Saoû (à définir).



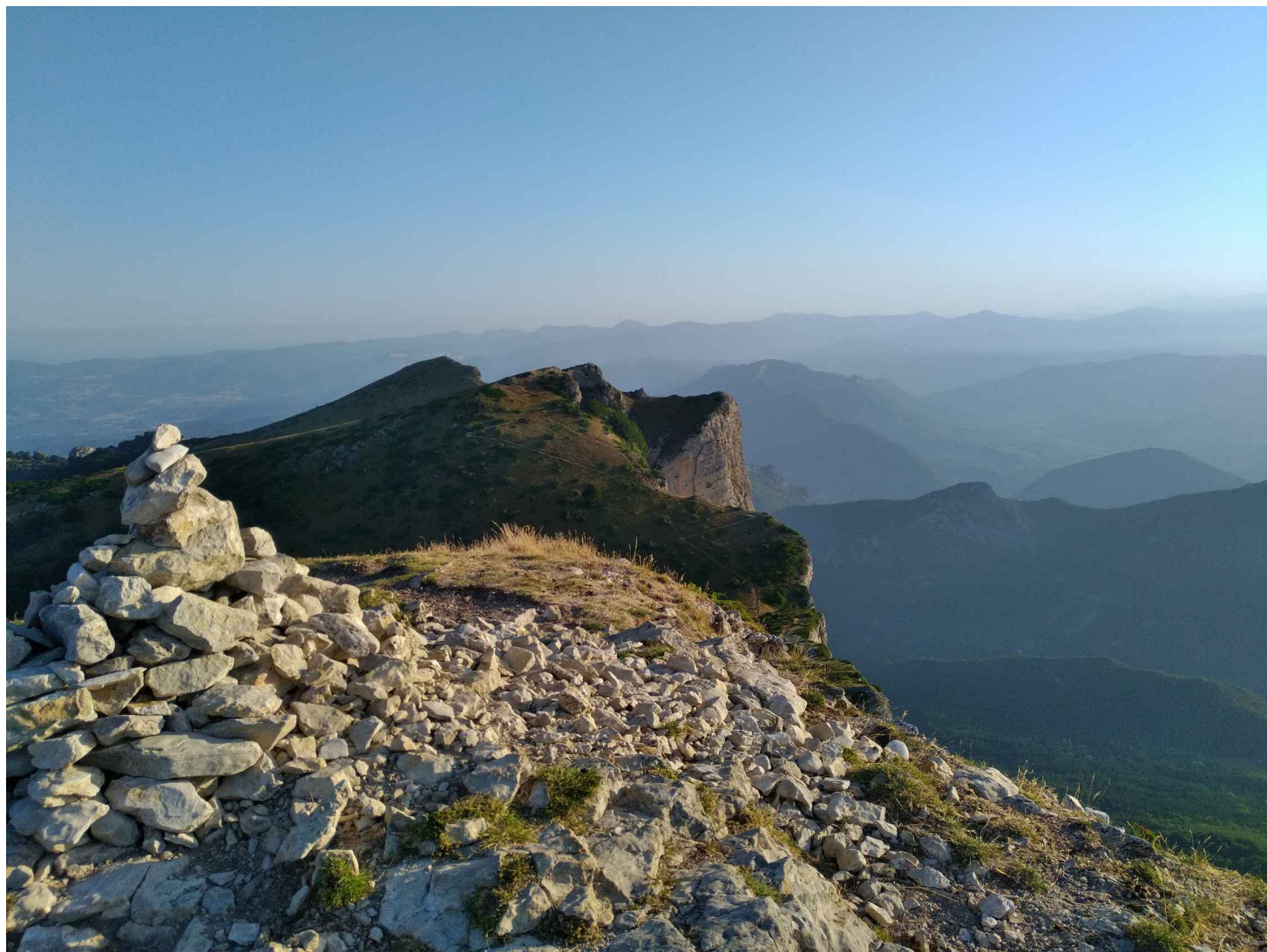
*Le synclinal de Saoû*

### Détail du dimanche :

Départ de la marche à 7h du parking.  
On remonte le Synclinal de l'intérieur par la Grande Combe qui est magnifique , on fait le sommet des Trois Becs et on revient au parking par le côté intérieur sud du synclinal.

Retour à Beaune dans la soirée

21km / 1500m positif / 1500m négatif



Les Trois Becs 1589m

### Coût du week end:

1- Hébergement du samedi soir : Demie pension à trouver sur place ou gîte + repas. Prévoir 70€ maxi.

2- Déplacements voiture : indication de frais – 600 km AR à 0,25€/km + 40,00€ de péage, soit

Nb participant	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Coût suggéré/ personne	95 €	63 €	48 €	38 €	63 €	54 €	48 €	42 €	38 €



# MATERIEL A EMPORTER – WE les Trois Becs 28-29 mars 2020

## Matériel personnel OBLIGATOIRE :

- couverture de survie
- sifflet
- lampe frontale avec piles neuves
- bonnet / gants
- opinel
- lunettes soleil /chapeau de soleil / crème solaire
- briquet
- très bonnes chaussures de marche
- pharmacie personnelle

## Matériel personnel conseillé :

- sac à dos 35l
- un coupe vent
- une polaire
- bâtons de marche
- papier hygiénique
- pansements « double peau » contre les ampoules

## Alimentation :

- pique niques du samedi et dimanche midi
- vivres de courses (barres de céréales, fruits secs, .....)
- EAU en quantité suffisante (2l minimum pour le dimanche)
- Repas du samedi soir pris en commun au gîte ou resto

## Divers :

- Chaque jour on fait une boucle depuis la voiture. Donc prévoir un petit sac avec le nécessaire pour une journée seulement ; le reste étant laissé aux voitures

### *Aux Trois Becs*

