

Baziège-Labastide
16.1 km D+290 m IBP 48












Dimanche 22 Février 2026

Baziège








Animateurs : Alain – Luc

- **Départ** de l'Office de Tourisme : **8 h 30**
- **Départ de la Randonnée** : 9 h 30 **Arrivée** : vers 16 h 15
- Retour à l'OT vers 17 h 30

longueur 	16.1 km	Temps de marche 	4 h 45
Dénivelé positif 	290 m	Dénivelé négatif 	290 m
Altitude max 	265 m	Altitude min 	160 m
	48	FACILE	Parcours sans difficulté technique

IBP : Cotation "Effort" FFRandonnée selon indice IBP : **VOIR TABLEAU EN PAGE 2 POUR VOUS SITUER**

	Parking : Allées Paul Marty, (côté impasse des bleuets) à Baziège
	Repas tiré du sac
	Équipement : chaussures de randonnée, bâtons, vêtements adaptés à la météo, sac à dos : eau, nourriture, protections individuelles (froid, soleil ...), trousse de secours et médicaments, fiche personne à prévenir
	Covoiturage : 120 km A-R - 12 € par personne
	Inscriptions : suivre les instructions données ci-joint

Prévoyez de l'eau en quantité suffisante : minimum 1,5 litre
Prenez de quoi grignoter pendant les pauses

	Préparation physique					Difficulté itinéraire
	Très basse	Basse	Moyenne	Haute	Très haute	
ibp	0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100	Très facile
ibp	7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200	Facile
ibp	14 - 19	26 - 38	51 - 75	101 - 150	201 - 300	Moyenne
ibp	20 - 25	39 - 50	76 - 100	151 - 200	301 - 400	Difficile
ibp	> 25	> 50	> 100	> 200	> 400	Très difficile