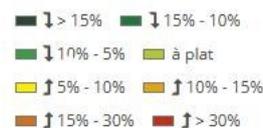


## Profil altimétrique



### Légendes



## Distances et difficulté



Distance  
**16.3 km**



Distance km/  
effort **21 km**



L'indice IBP index est un système d'évaluation automatique de la difficulté d'un itinéraire en randonnée pédestre. Plus le score est élevé plus la randonnée est difficile physiquement. [Voir les explications](#)



**Facile**



**Assez facile**



**Peu difficile**



**Assez difficile**



**Difficile**

## Dénivelés et Altitude



Dénivelé positif  
**343 m**



Dénivelé négatif  
**420 m**



Altitude mini  
**138m**



Altitude maxi  
**329 m**

## Date et durée



30 avril 2023  
**08h39**



30 avril 2023  
**14h37**



Durée  
**05h58**



Temps de marche  
**04h03**



Pauses  
**01h55**