

RandoCool

Randonnée - Trekking - Marche Nordique - Bien-être...



www.randocool.be

Date : 21 janvier 2024

Une bonne année, une bonne
santé à Djamagne.

Date de mise à jour	23 octobre 2023	Distance maximum	20.5 km
Lieu	Jamagne	Altitude minimum	223m
Province	Namur	Altitude maximum	291m
Pays	 Belgique	Dénivelé positif	+ 223m
		Dénivelé négatif	- 223m
Lieu de départ	Parking Place de Jamagne 8, rue Général Hontoy 5600 Jamagne	Niveau Effort	
		Niveau Technique	
		Niveau Risque	
Coordonnées GPS	N : 50° 13' 09,77 " E : 04° 32' 01,24"	Boucle	oui
Heure de R.V.	9h30		
Heure de départ	09h45	Inscription	Obligatoire
Type de rando.	Boucle	PAF	8 euros

Infos et inscriptions : Nadine ADAM - Tél : +32 477/920.661- courriel : n.adam@randocool.be

Descriptions :

Nous vous proposons une agréable randonnée au départ de Jamagne, un joli village non loin de Philippeville. Nous découvrirons le village de Saint Aubin, sa nature environnante et ses petits ruisseaux qui le traversent, du confluent des ruisseaux des Forges et de Valette au ruisseau d'Yves.

Infos pratiques:

- Vêtements adaptés à la météo et à la saison
- Sac à dos
- Votre pique-nique tiré du sac à dos + boissons
- Chaussures de randonnées montantes
- Bâtons de marche (facultatif)
- 6 euros pour les personnes ayant un abonnement en cours de MN chez RandoCool.
- 8 euros à la randonnée par personne.
- Gratuit pour les affiliés en ordre de cotisation GHDC et ASPU.

Avec la flambée des prix du carburant, nous recommandons plus que jamais le co-voiturage entre participants pour rejoindre le point de départ de la randonnée. N'hésitez pas à partager les frais de carburant entre passagers de chaque véhicule. Notre journée de randonnée doit rester un moment de détente et accessible pour tous.

Un bon geste pour notre planète et pour notre porte-feuille.

Nous recommandons le co-voiturage entre participants

Heure et lieu de co-voiturage : 08h50 - parking rond-point - Nalinnes Bultia

RandoCool asbl

Siège social : 6, rue Marbais – 6001 Marcinelle – Belgique

<http://www.randocool.be>

Guide pratique de cotation des randonnées.

Niveau Effort		
	Facile	La randonnée est sans difficulté physique particulière. Ce niveau correspond aux promenades et aux balades
	Assez Facile	La randonnée présente peu de difficulté physique. Ce niveau correspond aux promenades et à de petites randonnées.
	Peu difficile	La randonnée nécessite un certain engagement physique qui reste toutefois mesuré. Ce niveau correspond à des randonnées pédestres modérées.
	Assez difficile	La randonnée présente des difficultés et nécessite un engagement physique certain. Ce niveau correspond à des randonnées pédestres plus soutenues.
	Difficile	La randonnée pédestre présente des difficultés et nécessite un engagement physique important. Ce niveau correspond à des randonnées pédestres très soutenues.

Niveau Technique		
	Facile	Itinéraire ou portion d'itinéraire ne présentant quasiment aucun obstacle particulier, ni quasiment aucune difficulté de progression (ex : parcours urbain). La pose du pied s'effectue à plat, en tout endroit du support.
	Assez Facile	Itinéraire ou portion d'itinéraire présentant des obstacles d'une taille inférieure ou égale à la hauteur de la cheville. La pose du pied s'effectue en recherchant des zones «à plat», ou « confortables» du support, assez facilement repérables.
	Peu difficile	Itinéraire ou portion d'itinéraire présentant au moins un obstacle d'une taille inférieure ou égale à la hauteur du genou. La pose du pied s'adapte à l'irrégularité du support. Le placement des appuis se fait sur les zones de meilleure adhérence.
	Assez difficile	Itinéraire ou portion d'itinéraire présentant au moins un obstacle d'une taille inférieure ou égale à la hauteur de la hanche. La pose du pied (pointe ou talon) s'adapte à l'irrégularité générale du support. L'utilisation des bâtons est nécessaire à un bon équilibre.
	Difficile	Itinéraire ou portion d'itinéraire présentant au moins un obstacle d'une taille supérieure à la hauteur de la hanche. Les franchissements nécessitent l'utilisation des mains. Les passages peuvent être ou sont sécurisés par des équipements. Les bâtons peuvent être une gêne à la progression.

RandoCool asbl

Siège social : 6, rue Marbais – 6001 Marcinelle – Belgique

<http://www.randocool.be>

Niveau Risque		
	Facile	Niveau faible de risque d'accidents. L'exposition au danger peut être qualifiée de mineure. Exemples : chemin blanc en forêt, voie verte, itinéraires urbains avec aménagements piétonniers, itinéraires ruraux.
	Assez Facile	Niveau assez faible de risque d'accidents. L'exposition au danger demeure limitée. Exemples : chemin au relief assez marqué avec présence possible de talus.
	Peu difficile	Niveau peu élevé de risque d'accidents. L'exposition au danger est avérée. Exemple : itinéraire vallonné exposant le randonneur sur certains passages.
	Assez élevé	Niveau assez élevé de risque d'accidents. L'exposition au danger peut être qualifiée de forte. Les possibilités de blessures graves sont réelles et multiples. Exemple : itinéraire de randonnée de montagne présentant des passages délicats à fort dévers, pentes raides exposées multiples, équipement possible, présence de barres rocheuses.
	Elevé	Niveau élevé de risque d'accidents. L'exposition au danger peut être qualifiée de «maximale». Exemple : itinéraire de type alpin avec engagement physique total, falaises, barres rocheuses multiples, itinéraires pouvant être équipés de prises et de mains courantes.

RandoCool asbl

Siège social : 6, rue Marbais – 6001 Marcinelle – Belgique

<http://www.randocool.be>