

Atelier Côte Courte Grottes de Saulges

Départ Vallée des Grottes de Saulges, Saint-Pierre-sur-Erve**Arrivée** Vallée des Grottes de Saulges, Saint-Pierre-sur-Erve

Caractéristiques

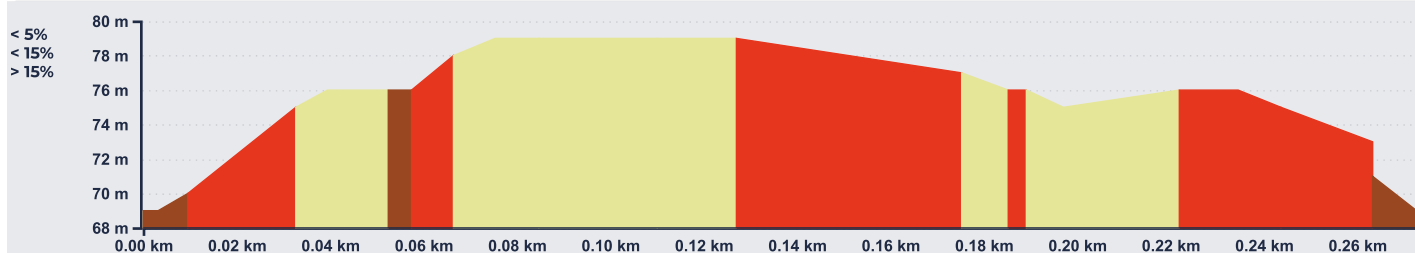
↔ 286.00 m

↗ 10 m

↘ 4 m

↑ 79 m

⚡ Difficile



Description

Un atelier court et efficace pour travailler la force musculaire et l'endurance cardio-respiratoire. Vous pourrez vous échauffer sur des boucles dans la zone du canyon préhistorique.

Recommandation SECURITE : effectuer les accélérations sous la forme de fractionné avec en montant dans le secteur des marches et en descendant par le segment de route.

AVANT DE PARTIR, TÉLÉCHARGEZ LE
PARCOURS SUR L'APPLI ON PISTE

- 🔊 Guidage GPS et vocal
- 📍 Les bonnes adresses autour de vous
- 📊 Trackez et enregistrez vos performances
- ⭐ Relevez nos défis
- 🗨️ Partagez votre expérience



CONTACTS

Office de tourisme de
Sainte Suzanne – les
Coëvrons:

+33 2 43 01 43 60



Numéros
d'urgence

112 | 114

Atelier Côte Courte Grottes de Saulges

Suivez le balisage

Balisage parcours

Balisage atelier



Légende

- Point de départ
- Point d'arrivée
- Point d'eau
- Zone de vigilance

Niveau de carte • Outdoor

