

Tableau comparatif IBP index

Difficulté itinéraire		Score IBP	Score IBP	Score IBP	Score IBP	Score IBP
	<b>Facile</b>	0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100
	<b>Assez Facile</b>	7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200
	<b>Peu Difficile</b>	14 - 19	26 - 38	51 - 75	101 - 150	201 - 300
	<b>Assez Difficile</b>	20 - 25	39 - 50	76 - 100	151 - 200	301 - 400
	<b>Difficile</b>	>25	>50	>100	>200	>400
Préparation physique >>		Très basse 	Basse 	Moyenne 	Haute 	Très haute 

### COTATION INDICE TECHNIQUE (T)

<b>1 FACILE</b>	Pas d'obstacle, pied à plat
<b>2 ASSEZ FACILE</b>	Obstacles d'une hauteur de cheville au maxi
<b>3 PEU DIFFICILE</b>	Obstacles d'une hauteur du genou au maxi
<b>4 ASSEZ DIFFICILE</b>	Obstacles d'une hauteur de la hanche au max
<b>5 DIFFICILE</b>	Obstacles d'une hauteur au-dessus de la hanche ...

### COTATION DU RISQUE (R)

<b>1 FAIBLE</b>	Promenade, risque limité
<b>2 ASSEZ FAIBLE</b>	Luxation et entorse possible en cas de chute
<b>3 PEU ÉLEVÉ</b>	Blessures ou fractures possible sur certains passages...
<b>4 ASSEZ ÉLEVÉ</b>	Passages délicats à fort dévers, pentes raides, barres rocheuses
<b>5 ÉLEVÉ</b>	Itinéraire type alpin, falaises, barres rocheuses, avec prises et mains courantes...

### Pour la sortie, inscrivez-vous après de l'accompagnateur

Alain G	06 78 22 21 89	<a href="mailto:alain.gaillardo40@gmail.com">alain.gaillardo40@gmail.com</a>
Annick C	06 04 46 29 15	<a href="mailto:annick.champeaux@sfr.fr">annick.champeaux@sfr.fr</a>
Bernard V	06 38 31 59 40	<a href="mailto:willy38@wanadoo.fr">willy38@wanadoo.fr</a>
Bernard G	06 12 67 38 87	<a href="mailto:bernard.gorteau@sfr.fr">bernard.gorteau@sfr.fr</a>
Georges P	06 70 88 90 30	<a href="mailto:gpalacin@cegetel.net">gpalacin@cegetel.net</a>
Guy M	06 33 06 93 22	<a href="mailto:guy.miremont@orange.fr">guy.miremont@orange.fr</a>
Jean-Claude L	06 80 02 06 82	<a href="mailto:jeanclaudelauret@free.fr">jeanclaudelauret@free.fr</a>
Jean-Louis F	07 49 30 58 58	<a href="mailto:jeanlouisfridrici@gmail.com">jeanlouisfridrici@gmail.com</a>
Marie-Isabelle B	05 59 56 13 83	<a href="mailto:miball@orange.fr">miball@orange.fr</a>
Martine L	06 11 94 51 24	<a href="mailto:martinesavoyaude@wanadoo.fr">martinesavoyaude@wanadoo.fr</a>
Pierrot B	06 22 67 68 67	<a href="mailto:bruneauxpierre@gmail.com">bruneauxpierre@gmail.com</a>
Pierre J	06 75 69 60 28	<a href="mailto:pierrejimenez@hotmail.com">pierrejimenez@hotmail.com</a>
Robert DV	06 13 94 20 01	<a href="mailto:robert.divita@sfr.fr">robert.divita@sfr.fr</a>
Sophie B	06 73 79 15 15	<a href="mailto:sophie.bruneaux@hotmail.fr">sophie.bruneaux@hotmail.fr</a>