

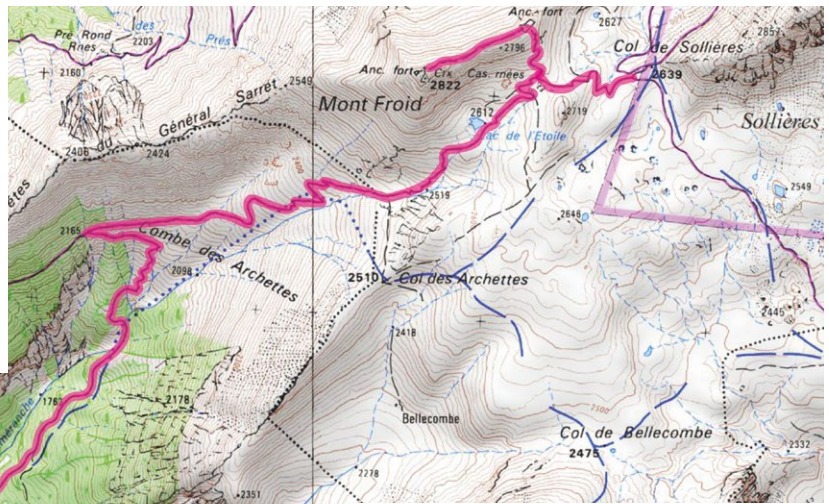
# Le col de Sollières et le Mont-Froid



Croix du Mont-Froid



Entrée du fort



## DIFFICULTÉ

## MOYEN

Altitude de départ :	2060 m
Altitude d'arrivée :	2820 m
Dénivelé positif :	1162 m
Dénivelé négatif :	400 m
Montée :	4h00
Retour :	3h00

Choisissez un parcours adapté à vos capacités physiques et techniques. Choisissez un équipement adapté aux difficultés, à la durée, et aux conditions climatiques. Munissez-vous de bonnes chaussures. Emportez un vêtement chaud en toute saison. En été : lunettes de soleil, crème solaire, chapeau. Emportez une trousse de premiers secours. Prévoyez votre pique-nique, et une quantité d'eau suffisante. Il au moins par personne, voire 2 en été. Informez votre entourage de votre itinéraire et de l'heure approximative de retour. Ne partez jamais seul. Consultez la météo. Évitez de partir par mauvais temps. Sachez faire demi-tour en cas de changement de conditions climatiques. La carte de ce document est donnée à titre indicatif et ne remplace pas une carte IGN. Vous randonnez sous votre responsabilité et la responsabilité du refuge ne pourrait être engagée.