

Nouvelle Cotation Randonnée

Difficultés Techniques



Initiation/découverte

Ces sorties se déroulent sur des sentiers en bon état ou hors sentiers mais en terrain facile. La sortie est adaptée aux participants qui sont généralement débutants.



Initié

Ces sorties se déroulent sur des itinéraires pouvant emprunter des pentes raides, des pierriers, des éboulis ou des névés. Certains passages peuvent être un peu vertigineux et peuvent demander de l'attention. Néanmoins, les itinéraires empruntés sont accessibles à toute personne ayant une pratique régulière de la randonnée et le niveau physiques requis, même sans grande expérience de la montagne.



Expérimenté

Ces sorties se déroulent sur des itinéraires pouvant emprunter des passages délicats et exposés : pentes très raides, pierriers ou éboulis instables, névés pentus exigeant l'usage du piolet, passages rocheux n'obligeant pas cependant à une véritable escalade. Le vide est souvent présent. Ces itinéraires demandent de l'attention et de la sûreté. Ils sont réservés à des randonneurs habitués à la montagne.

Nombreux passages délicats ou pouvant être dangereux en cas de chute. Ni escalade (les mains servent au maximum à s'équilibrer), ni glacier, ni terrain constamment enneigé. L'organisateur peut être amené à utiliser une corde par sécurité et chaque participant doit être capable d'assurer sa sécurité sur neige avec son piolet.



Très expérimenté

Randonnée de haute montagne recourant à quelques techniques de base de l'alpinisme, en neige, glace ou rocher. Ces sorties se déroulent sur des itinéraires d'alpinisme (niveau Facile), y compris des via ferrata ou des glaciers faciles et classiques dont les pentes sont inférieures à 30° et l'altitude inférieure à 3800 m dans l'arc alpin.

Difficultés physiques



Sortie facile accessible à tous et inférieure ou égale à 600m de dénivelé.



Sortie nécessitant une condition physique permettant de marcher 6 heures et de monter descendre 900m de dénivelé. Une vitesse moyenne de 300m/h en montée et de 4 km/h sur le plat est demandée.



Sortie nécessitant une condition physique permettant de marcher 7-8 heures et de monter descendre plus de 1200m de dénivelé. Une vitesse moyenne de 350m/h en montée et 5km/h sur le plat est demandée.



Sortie nécessitant une condition physique permettant de marcher plus de 10 heures et de monter descendre plus de 1500m de dénivelé. Une vitesse moyenne mini de 400m/h en montée et 5-6km/h sur le plat est demandée.