

## INFORMATIONS & RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

**Document à conserver, il ne sera pas envoyé chaque mois**

**Siège:** Les Chemins de l'Evasion  
BP 25557  
34072 – MONTPELLIER CEDEX 3

**Téléphone :** 06 33 34 02 58 En cas de non réponse, merci de laisser un message avec vos coordonnées.

**SITE INTERNET :** [www.lescheminsdelevasion.fr](http://www.lescheminsdelevasion.fr)

**E.mail :** garnierjc1@hotmail.fr

Pour des Renseignements, une Adhésion, une Inscription, il faut téléphoner au Secrétariat au 06 33 34 02 58 ou nous adresser un E.mail.

Lieu de rendez-vous du départ de la randonnée : tous les jours sur le **PARKING GEANT CASINO** (avenue de Lodève) devant la station de lavage, face au parking Feu Vert.

Les déplacements se font en voitures particulières par covoiturage avec participation aux frais kilométriques.

- prévoir de la monnaie pour indemniser le chauffeur.
- se présenter au plus tard 10 mn avant le départ pour une meilleure répartition dans les voitures
- ne pas déposer d'objets sur la carrosserie du véhicule de covoiturage pour éviter rayures, salissures et autres ...
- prévoir une paire de chaussure de ville à porter lors du trajet, pour éviter de salir l'intérieur du véhicule.

Les chaussures de randonnée sont obligatoires pour toutes les sorties et portées uniquement durant la marche.

**Licence :** pour toute randonnée vous êtes tenus d'être en possession de votre licence.

### L'organisateur

- se réserve le droit de refuser la participation d'une personne n'ayant pas la capacité d'entraînement et l'équipement nécessaires pour participer à la randonnée.
- peut, en cas de besoin, modifier ou changer la randonnée proposée.

Vous ne devez pas précéder votre animateur sans avoir une vue sur le groupe qu'il anime, au risque de vous égarer et de retarder le groupe dans la recherche pour vous retrouver. Pensez à l'accident qui peut survenir.

**Rappel : Les animateurs** sont des  **bénévoles** , qui consacrent beaucoup de temps à préparer et mener leurs animations, dans le cadre d'un règlement intérieur que chacun doit respecter, et qu'en aucun cas ils ont à faire le Gendarme.

Le Conseil d'administration, le Bureau et les Animateurs s'investissent pour vous et notre Association.

**Le Président : Jean-Claude GARNIER**

| <b>BUREAU</b>                    |                |                |
|----------------------------------|----------------|----------------|
| Président : Jean-Claude GARNIER  | 09 84 25 54 54 | 06 33 34 02 58 |
| Vice-présidente : Annie IMBERT   |                | 06 19 65 87 20 |
| Vice-président : Gilbert GUILLON |                | 06 72 54 33 66 |
| Secrétaire : Josette GARNIER     |                | 06 23 26 15 51 |
| Trésorière : Régine LEBOUTEILLER |                | 06 80 76 70 53 |
| Informaticien : Gérard GOUIN     |                | 06 09 15 18 33 |
| <b>ANIMATEURS</b>                |                |                |
| AMIAND Dominique                 |                | 06 78 74 46 82 |
| ANDRE Claudie                    | 04 67 69 48 76 | 06 71 17 66 14 |
| BAUD Bernadette                  | 04 67 65 82 30 | 06 15 90 02 71 |
| DEBUIRE Marie-France             |                | 06 33 32 12 86 |
| DAINESE Jean Pierre (JP)         | 04 34 43 15 40 | 06 80 33 91 58 |
| FAUVEAU Gérard                   | 09 54 44 30 92 | 06 62 79 01 38 |
| FERNANDEZ Michel                 | 04 11 19 01 23 | 06 61 15 79 40 |
| GARNIER Jean Claude              | 09 84 25 54 54 | 06 33 34 02 58 |
| GARNIER-REYNAUD Josette          | 09 84 25 54 54 | 06 23 26 15 51 |
| GRENET Pierre                    |                | 06 34 90 57 95 |
| GUERRERO Jean et Josy            | 06 52 84 99 67 | 06 24 23 40 20 |
| GUILLON Gilbert                  | 04 34 26 52 04 | 06 72 54 33 66 |
| HERY Philippe et JEGOU Henri     | 04 67 54 57 72 | 06 60 71 98 48 |
| IMBERT Annie                     |                | 06 19 65 87 20 |
| MAS Henri                        |                | 06 25 20 46 85 |
| QUINQUETON Joël                  |                | 06 81 04 82 29 |
| REBAUDENGO Françoise             | 04 34 43 50 74 | 06 07 39 04 20 |
| RIASSETO José                    | 04 67 61 02 81 | 06 98 61 88 76 |

### Cotation des difficultés

#### 1) La difficulté technique :

Il s'agit essentiellement des difficultés liées aux risques de chutes ainsi que celles proprement dites du parcours. Il y a 3 niveaux :

**T1 :** sentiers bons à aériens

**T2 :** passages rocheux nécessitant l'usage des mains. Sans réel danger

**T3 :** ressauts rocheux. A la limite de l'escalade. Une chute peut être grave

#### 2) La pénibilité :

Il s'agit de la difficulté physique : longueur de l'itinéraire, sentiers raides ou instable  
Il y a 3 niveaux :

**P1 :** sentiers peu difficiles, petites dénivellations

**P2 :** longs trajets ou dénivellations importantes

**P3 :** sentiers fatigants, sur pentes raides, en terrain instable ou avec beaucoup de végétation.

**Par exemple :** les balades anciennement classifiées **faciles**, auront désormais la cote **P1**

**Les modifications de dernière minute figureront sur le site internet : [www.lescheminsdelevasion.fr](http://www.lescheminsdelevasion.fr)**