

## INFORMATIONS & RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

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

**Siège : Cour des écoles, bt3, apt588, rue d'alco  
34080 MONTPELLIER**

**Téléphone : 06 19 65 87 20** En cas de non réponse, merci de laisser un message avec vos coordonnées.

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

**E.mail : [asso.cheminsevasion.1999@gmail.com](mailto:asso.cheminsevasion.1999@gmail.com)**

**Pour des Renseignements, une Adhésion, une Inscription, il faut téléphoner au Secrétariat au 06 22 01 07 77 ou nous adresser un E.mail.**

**Lieu de rendez-vous du départ de la randonnée : tous les jours sur le PARKING AUCHAN (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.

**La Présidente : Annie IMBERT**

<b>BUREAU</b>		
Présidente: Annie IMBERT		06 19 65 87 20
Secrétaire : Nicole VIALLA		06 22 01 07 77
Trésorière : Marie Claire FOURCADE		06 51 39 91 65
<b>ANIMATEURS</b>		
ADAMISTE Bernard	04 34 00 15 69	06 83 42 02 01
AMIAND Dominique		06 78 74 46 82
BELLEKENS Yves	04 67 92 22 86	
CABARET Philippe (Ph)		06 85 06 51 20
DAINESE Jean Pierre (JP)	04 34 43 15 40	06 80 33 91 58
DEBUIRE Marie-France		06 33 32 12 86
D'ESTEVE DE PRADEL Germaine		06 24 59 67 19
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 Josette	09 84 25 54 54	06 23 26 15 51
GIGAGNON Ghislaine		06 63 05 16 85
GRENET Pierre		06 34 90 57 95
GUERRERO Jean et Josy	06 52 84 99 67	06 24 23 40 20
HERY Philippe et JEGOU Henri	04 67 54 57 72	06 60 71 98 48
IMBERT Annie		06 19 65 87 20
LE PARCO Michel et Claire		06 73 86 15 78
QUINQUETON Joël et Marie VIDAL	04 67 69 01 28	06 82 34 29 16

## 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 instables. 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)**