

COTATION DES RANDONNEES

BIEN CHOISIR VOTRE RANDONNEE : 4 NIVEAUX AVEC EXCEPTIONNELLEMENT 2 QUALIFICATIFS

« TOUS MARCHEURS » (TM)	« MOYENS MARCHEURS » (MM)	« BONS MARCHEURS » (BM)	« TRES BONS MARCHEURS » (TBM)
JUSQU'A 4H DE MARCHE et/ou JUSQU'A 14 KMS Et/ou DENIVELEE MAXI 500 M.	JUSQU'A 6 H DE MARCHE Et/ou 14 à 18 KMS Et/ou DENIVELEE de 500 à 800 M.	JUSQU'A 8H DE MARCHE Et/ou 18 à 22 KMS Et/ou DENIVELEE de MAXI 1300 M.	PLUS DE 8H DE MARCHE PLUS DE 22 KMS PLUS DE 1300 M de DENIVELEE

les 2 Qualificatifs

« EXPERIMENTE »	SI DIFFICULTES SPECIFIQUES comme : Passages câblés et/ou passages exposés - passages aériens - ravins pentus - courts passages sur neige et/ou rochers faciles
« ALPIN »	SI LE CARACTERE « HAUTE MONTAGNE » peut impliquer : un engagement significatif du fait de l'altitude (conditions météo, descente longue le 2ème jour d'une course avec nuit en refuge, etc.) et/ou des pentes de neige importantes à gravir ou traverser ce qui necessite expérience et TECHNICITE.

COTATION UTILISEE EN VIA FERRATA

Les niveaux de difficulté

F (= Facile)	PD (= Peu Difficile)	AD (= Assez Difficile)	D (= Difficile)	TD (= Très Difficile)	ED (= Extrêmement Difficile)
Initiation à la via ferrata	Enfant et débutant	Pour débutant bien accompagné	Pour personnes habituées	Physique pour les personnes habituées possédant déjà de bons bras	Très physique pour les personnes habituées possédant de très bons bras

PETIT LEXIQUE DU FERRATISTE ET DU GRIMPEUR

Aérien :	Se dit d'un itinéraire ou d'un passage ou la présence du vide retient l'attention.
Cheminée :	C'est une faille dans laquelle on progresse en utilisant les 2 parois.

Dalle :	Se dit d'une paroi rocheuse relativement lisse et non verticale.
Dégaine :	Ensemble de deux mousquetons reliés par une sangle.
Dévers :	Passage rocheux au-delà de la verticale.
Dièdre :	Angle formé par deux parois rocheuses (de 60 à 120°), un peu comme un livre ouvert.
Echelon ou barreau :	Tige métallique de type échelle. C'est le constituant de base d'une via ferrata.
Gazeux :	Idem aérien.
Ligne de vie, câble :	Câble parcourant la via ferrata et assurant la sécurité du via-ferratiste.
Mousqueton :	C'est un anneau métallique possédant un système d'ouverture facile.
Passerelle :	Constitué de planches de bois et de 2 câbles pour les mains.
Pont de singe :	Constitué de 2 câbles: 1 pour les mains et 1 pour les pieds.
Pont Népalais :	Constitué de 2 câbles: 2 pour les mains et 1 pour les pieds.
Vire :	Etroite plate-forme offrant un cheminement commode dans la paroi.
Vol :	C'est une chute.

il est recommandé de consulter (siège spes - site internet) la fiche rédigée par l'organisateur et de le contacter le jeudi soir précédent la sortie si nécessaire.