

CODIFICATIONS DES RANDONNEES

Plusieurs critères sont à prendre en compte pour évaluer le niveau d'une randonnée:

- rythme
- Distance
- Dénivelé

Le temps indiqué sur le programme est la ***durée de marche hors pause.***

Codification des randonnées



Demi-journée

Difficulté	Couleur	Distance	Dénivelé
rando douce	jaune	≤ 8km	≤ 150m
assez facile	orange	≤ 11km	≤ 350 m

Journée

Difficulté	Couleur	Distance	Dénivelé
assez facile	vert	≤ 15km	≤ 500m
peu difficile	bleu	≤ 17km	≤ 700 m
assez difficile	rouge	≤ 20km	≤ 900 m
difficile	noir	≤ 25km	≤ 1500m

Randonnée douce : balade avec petit dénivelé, moins de 3h, sentier facile.

Présence d'une * : Elle signifie une grande difficulté qui sera précisée sur le programme (Terrain ou pente très difficile, risque accru de glissade, passages rocheux délicats, cordes, passages vertigineux...)

Rythme des randonnées

Dans tous les cas : ***le rythme est adapté aux participants.***

Les rythmes :

- Modéré : 3km/h
- Moyen : entre 3 et 3,5km/h
- Rapide : > 3,5km/h

Lors de l'élaboration du programme, ***le rythme rapide*** est indiqué sur le programme.