

## COTATION DU NIVEAU DE DIFFICULTE DES RANDONNEES PEDESTRES

Les randonnées pédestres proposées par les encadrants de Pyrénéa se répartissent entre plusieurs « niveaux », définis en fonction principalement de la dénivelée positive.

**Niveau 4** : 400/500m D+ environ, en montagne ou, le cas échéant, sur les coteaux (« rando de proximité »).

**Niveau 3** : entre 600 et 800m D+ environ.

**Niveau 2** : entre 800 et 1000m D+ environ.

**Niveau 1** : de 1000 à 1300m D+ environ.

**Niveau 0** : 1400m D+ et au-delà.

Au sein de chaque *niveau*, une randonnée peut être caractérisée par l'encadrant comme « facile », « moyennement difficile » ou « difficile », en fonction :

- 1) de l'**effort physique** exigé, qui varie en fonction de la distance parcourue, de la proportion de passages en dévers ou hors sentier, de l'inclinaison des pentes, de la présence ou non de pierriers, éboulis ou blocs rocheux...
- 2) De la **technicité** de l'itinéraire : franchissement d'obstacles d'une certaine hauteur, petite escalade de niveau II incompatible avec l'usage des bâtons mais ne nécessitant pas d'encordement général, cheminées faciles exigeant à la descente une position de désescalade (face à la paroi), passages enneigés, traversée de ruisseaux à gué...
- 3) Du **risque** encouru en cas de chute (crêtes étroites ou larges, terrain plus ou moins stable ou glissant, portions de sentier exposées au vide et éventuellement équipées d'une main courante...).

Les adhérents sont donc invités à lire attentivement les annonces de randonnées publiées sur le site de l'association par les encadrants, afin de s'inscrire en connaissance de cause, en fonction du niveau de difficulté de l'itinéraire et de la nature des difficultés qu'il peut comporter, à des sorties en adéquation avec leur forme du moment et leur niveau physique et technique général.