

PROGRAMME MENSUEL DE LA SECTION RANDONNEE

Janvier 2019

Veillez trouver ci-joint le programme mensuel de notre section avec les contraintes techniques et le contact en fin de chaque descriptif. En fin de document, nous vous rappelons également les critères d'évaluation ainsi que quelques informations utiles.

Dimanche 6 janvier 2019 :

Pas de randonnée.

Dimanche 13 janvier 2019 : St Martin du Cardonnet (Aumelas 34)

A deux pas du tumulte de Montpellier, une belle et longue balade très variée et dépaysante passant de la garrigue aride au bocage verdoyant où se blottit là-haut sur le plateau la petite chapelle de Saint-Martin du Cardonnet et où se perpétue toujours l'activité pastorale. Au plus haut de la balade, on distingue le mont Saint Clair, le pic Saint Loup et même l'Aigoual. Malgré la présence de nombreuses pistes dans le secteur, notre rando va plutôt privilégier sentiers et sentes plus sympathiques et tranquilles, ou même le lit profond du Coulazou déjà plus sportif. Celui-ci est généralement à sec sauf bien sûr après de fortes pluies, ce qui pourrait modifier le parcours. Dans un coude de son cours, on découvrira également son impressionnant puits de l'Aven réservé aux initiés.

Niveau P2/T2 - Distance : 17 km – Dénivelée positive : 450 m - Temps de marche hors pauses : 6h00. Covoiturage au départ de Montpellier. Distance 40km A/R, montant à diviser par le nombre de personnes dans la voiture, chauffeur inclus, et à régler directement au chauffeur.

Animation : Daniel C et inscriptions : contactrandonnee@chemindescimes.fr



Dimanche 20 janvier 2019 Octon et Notre Dame de Rouvignac (34)

Cette randonnée hivernale depuis le village d'Octon nous amènera vers la chapelle isolée de Notre Dame de Rouvignac et le village ruiné de Lauzière.

Nous déambulerons ainsi dans les ruffes du Salagou et des vallons forestiers avant d'arriver sur le petit plateau de prairies avec sa vue sur le Salagou et le centre de l'Hérault.

Nous continuerons ensuite sur le causse de Taucou et ses prairies ouvertes avec de nouveaux points de vue sur le Sud du Lodévois pour atteindre son menhir classé. Nous reviendrons enfin en balcon sur Octon et sa plaine donnant sur le Salagou avant de redescendre sur le village.

Niveau P2/T2 - Distance 17 km - Dénivelée positive 450 m - Temps de marche hors pauses 5h (sentier parfois instables dans les ruffes)

Covoiturage au départ de Montpellier : 100 km AR à diviser par le nombre de personnes dans la voiture chauffeur inclus, et à régler directement au chauffeur.

Animation : Clément. et inscriptions : contactrandonnee@chemindescimes.fr



Dimanche 27.janvier.2019 : Les Rajols (St Maurice - Navacelle 34)

Cette randonnée caussenarde traverse une végétation qui s'est adaptée à la rudesse du climat et ouvre des points de vue uniques sur les méandres de la Vis et sur la dépression du cirque de Navacelles.

Au départ du parking à St-Maurice on traverse la D25 et entrons dans le village. En passant par le cimetière puis une ancienne glacière on se dirige vers le GR74 jusqu'au Mas de Gay. Depuis ce Mas notre parcours nous mène sur le PR en traversant ce plateau bien érodé. Après quelques kilomètres on emprunte le GRP pour finir cette jolie boucle.

Niveau : P1/T1. Distance : 14 km. Dénivelée positive : 325m - Temps de marche hors pauses : 4h30

Covoiturage au départ de Montpellier : Distance : 120 km A / R montant diviser par le nombre de personnes dans la voiture, chauffeur inclus, et à régler directement au chauffeur.

Animation : Christopher et inscriptions : contactrandonnee@chemindescimes.fr



Nous vous rappelons la grille de cotation des difficultés de nos sorties :

Note physique de P1 à P3 :

P1 = distance jusqu'à 14 km et dénivelée jusqu'à 400 m

P2 = distance entre 15 et 20 km ou dénivelée entre 400 et 800 m

P3 = distance > 20 km ou dénivelée > 800 m

Note technique de T1 à T3 :

T1 = petite route, piste forestière ou sentier de bonne qualité, peu pentu

T2 = sentier raide et/ou caillouteux, éboulis stable

T3 = sentier très raide et glissant, éboulis instables, pierriers, zones rocheuses nécessitant l'usage des mains, sentiers escarpés avec sensation de vertige, traversée de névés

Pour chaque randonnée, le participant s'assurera d'amener sa nourriture et l'eau suffisante pour la randonnée (2 litres recommandés). Il devra être muni d'un sac à dos, d'une tenue adaptée suivant la saison mais aussi en prévision de changement de temps (pluie...), de chaussures de randonnée et de tout ce qui lui paraît nécessaire pour son confort et sa sécurité.

Les chiens ne sont pas admis lors de nos randonnées.

Concernant le co-voiturage, nous vous rappelons qu'il est proposé depuis le point de rassemblement sur Montpellier pour se rendre au point de départ de la randonnée. Il est également en dehors du cadre strict de l'activité randonnée.

Nous vous rappelons que l'inscription avant la randonnée est obligatoire auprès de l'animateur, et la prise de contact préalable téléphonique avec l'animateur très fortement recommandée si vous êtes nouveau.

Bonnes randos avec Chemin des Cimes !

Amicalement,

Vos référents Randonnées

Chrystelle, Christopher, Eric et Clément

