

PROGRAMME MENSUEL DE LA SECTION RANDONNEE

Octobre 2021

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 3 octobre 2021 : Ranc de Banes (30 Sumène)

Territoire à la limite des garrigues méditerranéennes et des forêts cévenoles, aux frontières du Gard et de l'Hérault, le Ranc de Banes offre des paysages variés (châtaigneraies, falaises et collines, terrasses cultivées ou garrigues sauvages) et un riche patrimoine architectural. De la belle cité de Sumène, à la réserve naturelle de Combe-Chaude et ses aigles de Bonelli, cette sortie sportive nous mènera d'une rive à l'autre du Rieutord et nous fera même traverser une grotte !

Niveau : P2T2 - Distance : 16 km - Dénivelée positive : 800 m - Temps de marche hors pause : 6h30.

Covoiturage : 92 km A/R (soit 28 €) à diviser par le nombre de personnes dans la voiture chauffeur inclus, et à régler directement au chauffeur.

Animation : Yann et inscriptions : contactrandonnee@chemindescimes.fr



Dimanche 10 octobre 2021 : pas de randonnée CDC mais....

La fête Départementale de la randonnée



Fête Départementale de la Randonnée Pédestre de l'Hérault

par **Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de l'Hérault**

📅 Le 10 octobre 2021, de 07h30 à 18h30

La 39e Fête départementale de la randonnée pédestre de l'Hérault vous propose 4 parcours de randonnée de difficultés variées !

Afin de nous retrouver en toute sécurité, la présentation d'un Pass Sanitaire valide sera demandée à votre arrivée (dès 12 ans).

Plus d'informations: <https://herault.ffrandonnee.fr/>

Randonnée ouverte aux licenciés et extérieurs et gérée directement par la FF Rando

Dimanche 17 octobre 2021: Falaises de l'Hortus (34)

Faisant face au pic Saint-Loup, l'Hortus (jardin en latin), est situé entre la mer Méditerranée et les premiers contreforts cévenols. Cette randonnée en boucle de 16,5 kilomètres au départ de Valflaunès s'élève sur le massif de l'Hortus, longe la ligne de crête avec en point de mire sur le massif de la Seranne, le pic Saint-Loup, le mont Aigoual, et la mer.

Nous déjeunerons parmi les ruines d'un château féodal et traverserons un village au cœur d'un fameux vignoble. Prévoir des chaussures à semelle très fermes en raison des calcaires très découpés par endroits.

Niveau : P2/T2 – Distance : 16 km – Dénivelée positive : 500 m – Temps de marche hors pauses 5h00

Animation : David et inscriptions : contactrandonnee@chemindescimes.fr



Dimanche 24 octobre 2021 : Autour de Sorbs (Larzac – 34).

Du village de Vissec dans les gorges de la Vis, nous rejoindrons celui de Sorbs sur le causse du Larzac en visitant des sotchs, sortes de dolines géantes. Nous passerons également par les vallées sèches du causse et leur végétation typique.

Niveau : P2/T2 – Distance : 18 km – Dénivelée positive : 560 m – Temps de marche hors pauses : 5h30.

Covoiturage: 150 km A/R (soit 45 €) à diviser par le nombre de personnes dans la voiture chauffeur inclus, et à régler directement au chauffeur.

Animation : Doan L. / Inscriptions : contactrandonnee@chemindescimes.fr



Dimanche 31 octobre 2021 : Les ruines de Mourcairol et le château de Cabrerolles.

Une randonnée au départ des Aires près d'Hérépian dans le Haut-Languedoc qui nous fera monter aux vestiges bien connus du village et de la chapelle Saint Michel de Mourcairol. Puis nous contournerons le Pic de la Coquillade dominant le massif des Avant-Monts pour redescendre au village de Cabrerolles, son château médiéval ruiné et la chapelle Notre-Dame de la Roque.

Pas de difficultés mais montée le matin escarpée en terrain rocheux et un nouveau dénivelé positif de 200m l'après-midi.

Niveau P2/T2 - distance 16 KM - dénivelé 750 m - Temps de marche hors pause : 5h30

Covoiturage : 152 km A/R (soit 45.6 €) à diviser par le nombre de personnes dans la voiture chauffeur inclus, et à régler directement au chauffeur.

Animation : Florent 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 légalement 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

Stéphanie, David, Doan et Clément

