

PROGRAMME MENSUEL DE LA SECTION RANDONNEE

Mars 2022

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 mars 2022: Pas de Randonnée

Dimanche 13 mars 2022 : Montdardier et Saint Laurent le Minier (30)

Randonnée en forêts entre Montdardier et Saint-Laurent-le-Minier (Gard), pour admirer le Pic d'Anjeau et au loin la Montagne de la Sérane. Nous passerons d'une ambiance de vallée de Cévennes méridionales pour monter vers la bordure du causse de Blandas avec le joli village de Montdardier.

Sentiers de randonnée pour la plupart facile d'accès.

Niveau : P2/T2 – Distance : 17 km – Dénivelée positive : 850 m – Temps de marche hors pauses : 6h.

Covoiturage : 120 km A/R (soit 36 €) à diviser par le nombre de personnes dans la voiture chauffeur inclus, et à régler directement au chauffeur.

[Animation et inscription ; Doan au 06 66 53 18 47](#)



Dimanche 20 mars 2022: Mont Caroux (34)

Le Caroux c'est cette montagne rocheuse dominant le Haut- Languedoc avec son bloc rocheux dominant les avant-monts et séparé du reste du massif par 3 vallées ou gorges. C'est pour certains le plus beau massif de l'Hérault avec des ambiances très variées entre ses versants raides plein Sud et son plateau dépassant les 1 000m...

C'est dans ce cadre où nous n'avons pas été depuis un moment avec le chemin des cimes que je vous propose une randonnée pas technique mais pêchue avec une dénivelée importante (bon entraînement pour certains ;-)) et un sommet entrant dans le cadre des 20 cimes pour les 20 ans du chemin des cimes. 1 091m au sommet c'est le 2nd plus haut de l'Hérault.



Au départ de St Martin de l'Arcon on partira sur le sentier sur le flanc sud du Caroux entre forêt, zone rocheuse et point de vue avant d'arriver sur le plateau.

Ensuite on déambulera sur ce plateau pour aller au point de vue Sud, passeront au refuge puis irons à l'Ouest vers le roc Caroux avant de traverser la zone plane et de tourbière au Nord avant de monter au mamelon et son sommet à 1 091m. On continuera le tour par l'Est au-dessus des gorges de Colombière avant de revenir en balcon sur un ravin avant de descendre sur un autre sentier raide pour revenir à St Martin.

Niveau: P2/T2. Distance 16 km, Dénivelée positive : **950** m, Temps de marche hors pauses 6h00

Covoiturage : 176 kms A / R. (soit 53 €) Montant de covoiturage à diviser par le nombre de personnes dans la voiture, chauffeur compris et à régler directement au chauffeur.

[Animation et inscription ; Clément au 06 18 19 25 59](#)



Dimanche 27 mars 2022: Les Salines (Villeneuve les Maguelone – 34)

On change un peu d'univers, pas de montée, ni de descente caillouteuse, cette fois on est en bord de mer !

Cette randonnée partira du centre ancien de Villeneuve les Maguelone, longera les étangs à l'ambiance magique puis traversera les anciens salins, aujourd'hui zone protégée.

N'hésitez pas à prendre les jumelles pour observer l'Avocette élégante, l'Echasse blanche, la Sterne naine ou le Gravelot à collier interrompu. C'est également le royaume des canards avec la belle Nette rousse, et le rare Canard chipeau (coin coin ;-))

Outre les oiseaux, les Salines abritent une faune riche et diversifiée. On y rencontre de petits mammifères comme des musaraignes, des lapins de garennes, mais également plusieurs espèces de chauves-souris qui viennent nicher ou se nourrir.

Une belle rando conviviale, sur du plat, qui nous permettra de papoter sur le trajet qui comporte quelques rares passages de route et profiter de l'air marin.

Niveau: P1/T2. Distance 16 km, Dénivelée : y en a pas, c'est tout plat, Temps de marche hors pauses 4h00

Covoiturage : (Peu de km... à voir sur place) Montant de covoiturage à diviser par le nombre de personnes dans la voiture, chauffeur compris et à régler directement au chauffeur.

[Animation et inscription ; Fabienne au 06 86 87 62 69](#)



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

Stéphanie, Doan, David et Clément

