

## PROGRAMME MENSUEL DE LA SECTION RANDONNEE

Avril 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 3 avril 2022 : Le Mont Ventoux – montée Sud et crête (84)**

Le Mont Ventoux, c'est un des sommets les plus emblématiques, couronnant le Nord du Vaucluse avec sa longue silhouette culminant à 1 910m... un sommet qui se mérite.



La randonnée proposée est la montée Sud depuis Sainte Colombe par le chemin de Sainte Croix sur un sentier plutôt raide et caillouteux entre balcon dégagé et forêt domaniale jusqu'au sommet couronné de son antenne et ses vues.

Nous longerons ensuite une partie de sa crête caillouteuse pour bénéficier de la vue, du site et du calme loin du flux touristique pour redescendre sur la tête de Grave puis le Chalet de Reynard soit 5.5 kms de marche et 500m de dénivelée négative.

Nous ne redescendons pas à pied jusqu'au point de départ afin de faciliter la randonnée. Un principe de navettes en voitures sera mis en place dès le matin.

Niveau : **P3/T2** – Distance : 17.5 km – Dénivelée positive : **1 450 m de D+ et 500 m en D-** – Temps de marche hors pauses : 6h.



Covoiturage : 280 km A/R + 10.8 € de péage (soit 122.8 €) à diviser par le nombre de personnes dans la voiture chauffeur inclus, et à régler directement au chauffeur. Environ 1h50 de voiture par Avignon + ½ h le matin pour les navettes ; soit un départ matinal

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



## **Dimanche 10 avril 2022 : Grabels et l'oasis des garrigues depuis Malbosc (34)**

Au départ du parc de Malbosc qui offre une première vue sur les alentours de Montpellier, nous suivrons une petite partie du chemin de St Jacques de Compostelle (balisé par CDC) pour rejoindre Grabels. Nous rencontrerons différents paysages : anciennes zones maraîchères, plan de l'Olivier qui offre une belle vue sur le Pic St-Loup, l'Hortus et la Séranne, fraîcheur des rives de la Mosson et de la source de l'Avy.

Enfin, la croix de Guillery nous permettra de surplomber les méandres de la Mosson et de découvrir Montpellier autrement.

L'œuvre et l'esprit du poète Joseph Delteil nous suivront tout au long de la journée.

Niveau : P2/T1 – Distance 16 km – Dénivelée positive : 250 m – Temps de marche (hors pause) : 4h30.

Rendez-vous et départ : 10h30 - Parking devant l'école François Mitterrand (1330 Rue Henri Lagattu, 34080 Montpellier) - Accessible également en tramway, ligne 1 (arrêt Malbosc).

Pas de frais de covoiturage.

[Animation et inscription ; Yann au 06 78 87 04 36](#)



**Dimanche 17 avril 2022 (week-end de pâques): Pas de randonnée**

## **Dimanche 24 avril 2022: Le Pic de Vissou (Cabrières – 34)**

Le pic de Vissou est un sommet emblématique du cœur de l'Hérault à 481 mètres offrant de belles vues entre garrigue et vignoble.

Au départ du village de Cabrières nous remonterons la vallée de la Boyne entre garrigue et vignoble dominé par le pic. S'en suit une montée un peu raide sous le pic pour ensuite suivre la crête sommitale jusqu'au sommet.

La randonnée continue sur la crête jusqu'au petit sommet du Vissounet puis descend à travers la forêt méridionale avant de déambuler dans le vignoble et ses coteaux pour revenir à Cabrières.



Niveau: P2/T2. Distance 12 km, Dénivelée positive : 560 m, Temps de marche hors pauses 4h00

Covoiturage : 100 kms A / R. (soit 40 € par voiture) à diviser par le nombre de personnes dans la voiture, chauffeur compris et à régler directement au chauffeur.

En raison des élections, le départ de la randonnée sera retardé le matin afin de permettre à chacun d'aller voter avant de partir randonner.

[Animation et inscription ; Stéphanie D. au 06 09 32 82 27](#)



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, Doan, David et Clément

