

PROGRAMME MENSUEL DE LA SECTION RANDONNEE

DECEMBRE 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 4 décembre 2022: rocher des Vierges – saint Jean (34)

Cette randonnée hivernale au cœur de l'Hérault nous fera traverser plusieurs paysages comme la garrigue, le vignoble, la forêt méditerranéenne, une belle zone rocheuse et les ruffes du Salagou.

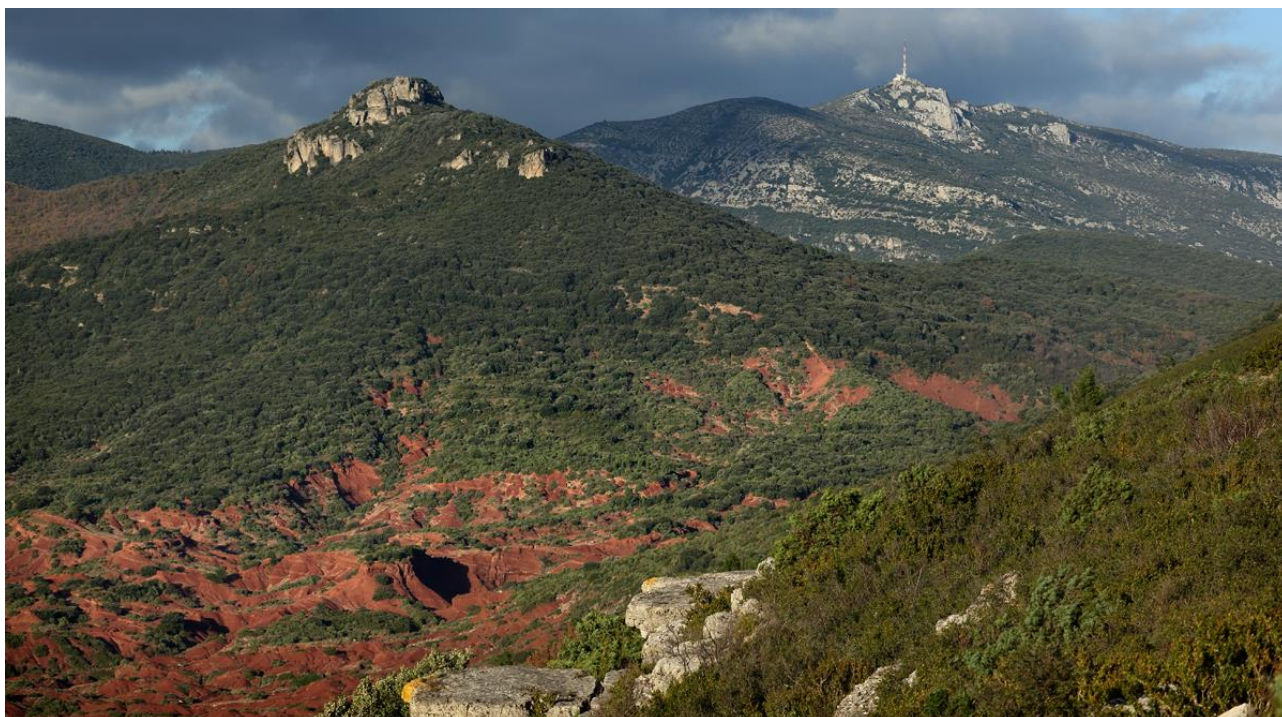
Au départ du village viticole de St Jean de la Blaquière nous monterons entre vignes et forêt vers les petits sommets servant de contrefort au Larzac avant de monter en sous-bois au rocher des vierges et son sommet rocheux à 536 m dominant le cœur de l'Hérault. On descend ensuite en sous-bois puis sur une petite crête ouverte avant de traverser les ruffes du Salagou et leur terres rouges formant de petits canyons très typiques appelés : Canyons du diable. On continue enfin entre garrigue et vignoble en terres rouges pour revenir sur Saint Jean



Niveau: P2/T2. Distance 15 km, Dénivelée positive : 550 m, Temps de marche hors pauses 5h00

Covoiturage : 80 kms A / R. (soit 32 €) 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 11 décembre 2022: Hauteurs de Calvisson (30)

Circuit dans la garrigue au nord de Calvisson dans la Vaunage gardoise, habitée par l'Homme depuis le néolithique. Panorama exceptionnel depuis les hauteurs et vues sur les vestiges antiques et médiévaux.

Niveau : P1T1 - Distance : 16 km - Dénivelée positive : 380 m - Temps de marche hors pause : 4 h 30.

Covoiturage : 80 km A/R soit 32 € 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 18 décembre 2022 : Montagne de La Séranne (34)

Pour cette dernière randonnée de l'année, on vous propose de faire une **Rando de Noel** ; à savoir que l'on prévoit une pause repas plus importante pour partager un repas convivial où chacun amène un peu plus... le tout sur un des sommets emblématiques de l'Hérault.

La Séranne c'est avant tout une grosse masse calcaire de 30 kms coupant le Nord du Montpelliérain, culminant à 942 m créant une frontière entre la garrigue avec la vallée de la Buèges et les causses avec les Gorges de la Vis.

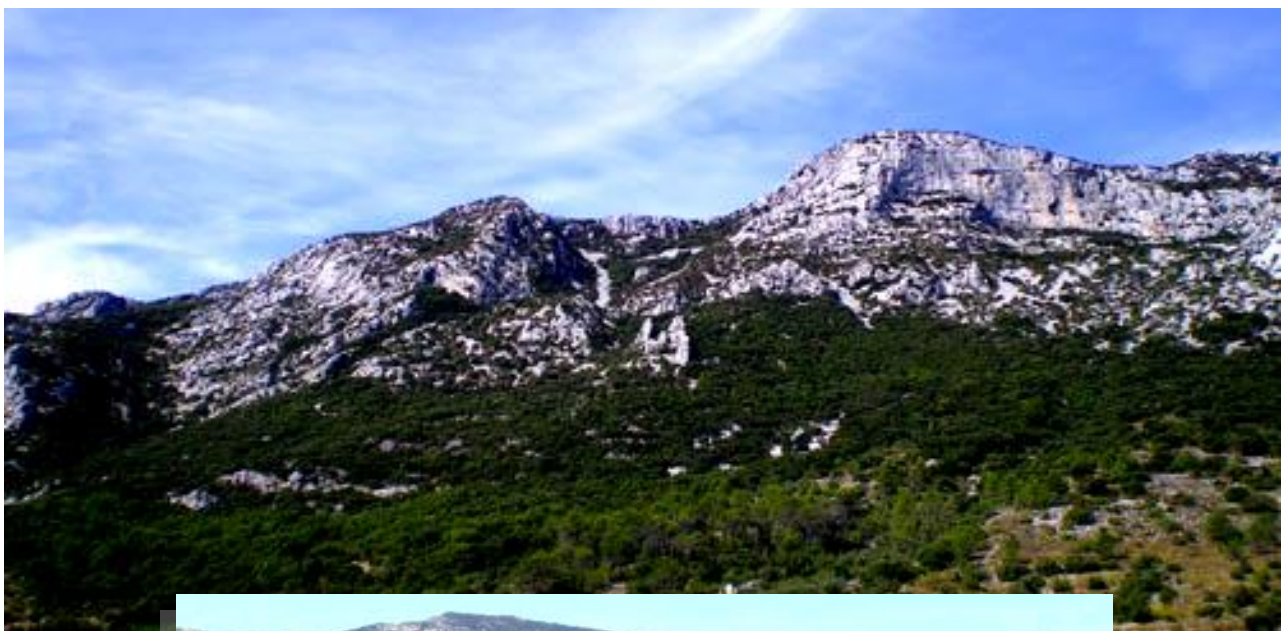
Nous partirons ainsi des environs de St André de Buèges pour monter sur son flanc Sud par la montée de la Coupette jusqu'à sa vaste croupe. On ira ensuite chercher la crête rocheuse avec quelques passages rocheux mais sans risque pour aller au roc blanc puis à son sommet couronné d'antennes. La vue le long de la crête est spectaculaire. On redescend ensuite par une large piste sur la croupe ouverte puis un sentier caillouteux passant à Notre dame de Suc avant de revenir au parking à travers la forêt méridionale.



Niveau : P2/T2 - Distance : 17 km - Dénivelée positive : 850 m - Temps de marche hors pause : 5 h 30.

Covoiturage : 86 km A/R (soit 34 €) à diviser par le nombre de personnes dans la voiture chauffeur inclus, et à régler directement au chauffeur.

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



Pas de randonnées pendant les vacances de Noel.... Reprise le dimanche 8 janvier 2023....

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 (2litres 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 et Clément

