

Présentation de l'activité randonnée pédestre



Présentation de l'activité randonnée pédestre

La randonnée pédestre est l'une des activités principales du GUM,
Saison 2024/2025 : 209 sorties (147 en 2023/2024, soit 42% d'augmentation !) dont
162 sorties club et 47 sorties autonomes. Cette augmentation est en partie liée à la diminution de l'enneigement qui permet de faire des randonnées pédestre en hiver.

Sorties CLUB : *Proposées par des encadrants du Gum. Elles concernent des activités statutaires de la FFCAM.*

Sorties AUTONOMES : *Le Gum autorise des adhérents à proposer des sorties en toute autonomie, l'encadrement n'est donc pas garanti.*

Du printemps à l'automne (et maintenant en hiver !) le Gum propose des **rando**s à la **journée** autour de Grenoble jusqu'aux **treks sur plusieurs jours**, des balades faciles jusqu'aux « randos du vertige » ainsi que nuits en cabanes, bivouacs ou soirées « pleine lune ». Les randonnées sont particulièrement propices à une **sensibilisation à l'environnement montagnard** (observation de la faune, de la flore , météorologie de montagne, pastoralisme ..)

+ stage « **Orientation** » organisé chaque année, apportant les bases pour s'orienter de façon autonome lors de vos sorties en terrain varié. Au programme : théorie, exercices pratiques, et course d'application

Selon les conditions sortie « **école de neige** » au printemps pour évoluer en sécurité sur la neige

Les 16 encadrants randonnée pédestre



Gérard Guillemette



Christian Alberelli



Pierre Hess



Laurent Guérin



Rémy Grand



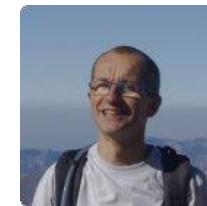
Alain Cobessi



Jérôme Dal



Rémi Druilhe



Michel Menu



Camille Morel



Loïc Pitulat



Maud Ponthenier



Pierre Louis Ambrosino



Luc Bastier



Laurine Hermitte



Simon Lehembre

+ 11 co-encadrants qui peuvent demander à poursuivre la procédure pour devenir encadrants

Les cotations en randonnée

- **IMPORTANT** : une **cotation** est utilisée pour qualifier la difficulté de la randonnée :
- **R1** : Randonnée sur sentier accessible à tous et ne comportant aucune difficulté.
- **R2** : Randonnée sur sentier pouvant comporter des passages hors sentier sans difficulté.
- **R3** : Randonnée sur ou hors sentier avec possibilité de passages raides ou peu aisés tels pierriers, blocs, vires, névés...
- **R4** : Randonnée présentant des risques liés à l'exposition : possibilité de passages d'escalade facile ou très aériens. **Randonnée du vertige**.
- Bien sûr le **dénivelé** et souvent la **longueur** sont indiqués dans l'annonce de la randonnée et des conseils sont indiqués concernant le matériel selon les conditions : bâtons de randonnée, crampons de randonnée pour la neige dure, éventuellement casques si passages exposés aux chutes de pierre..)
- Les sorties où il est prévu d'utiliser du matériel d'escalade ou d'alpinisme (corde pour encordement, crampons d'alpinisme ..) sont annoncées comme sorties **alpinisme** , et ne peuvent être proposées en sorties club que par des encadrants alpinisme.
- Si l'on se pose des questions sur la difficulté de la randonnée annoncée, il ne faut pas hésiter à contacter l'encadrant qui donnera toutes les informations nécessaires.



A bientôt pour de futures randos !

