

# 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 **randos 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 LouisAmbrosino**



**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 !

