

***Randonnées - Alpinisme – ski de randonnée – Raquettes  
– Cascade de glace***

**Cotations des randonnées en montagne et des randonnées alpines**

Degré	Sentier / Terrain	Exigences
<b>T1</b>	<b>Randonnée</b> Chemin ou sentier bien tracé. Les endroits exposés (s'il y en a) sont très bien assurés. Tout risque d'accident peut être éliminé avec un comportement normal.	Aucune, convient aussi en baskets L'orientation ne pose pas de problème, possible même sans carte.
<b>T2</b>	<b>Randonnée en montagne</b> Chemin ou sentier avec tracé ininterrompu et montées régulières. Terrain parfois raide, risques de chute pas exclus.	Avoir le pied sûr, chaussures de randonnée recommandées. Capacité élémentaire d'orientation.
<b>T3</b>	<b>Randonnée en montagne exigeante</b> Sentier pas forcément visible dans le terrain, les passages exposés peuvent être assurés avec des cordes ou des chaînes, éventuel appui des mains nécessaire pour l'équilibre. Quelques passages exposés avec risques de chute, pierriers, pentes mêlées de rochers sans chemin.	Avoir le pied très sûr, bonnes chaussures de randonnée Capacité d'orientation dans la moyenne. Expérience élémentaire de la montagne.
<b>T4</b>	<b>Randonnée alpine</b> Sentier parfois manquant, l'aide des mains est quelquefois nécessaire pour progresser. Terrain assez exposé, pentes herbeuses délicates, pentes mêlées de rochers, névés faciles et passages sur glacier non recouverts de neige.	Etre familier du terrain exposé, chaussures de randonnée rigides. Une certaine capacité d'évaluation du terrain et une bonne capacité d'orientation. Expérience alpine; en cas de mauvais temps le repli peut s'avérer difficile.
<b>T5</b>	<b>Randonnée alpine exigeante</b> Souvent sans chemin, quelques passages d'escalade faciles. Terrain exposé difficile, pentes raides mêlées de rochers, glaciers et névés présentant un risque de glissade.	Chaussures d'alpinisme. Évaluation sûre du terrain et très bonne capacité d'orientation. Bonne expérience alpine et connaissances élémentaires du maniement du piolet et de la corde.

## Cotation alpinisme

<b>Critères Principaux</b>			
<b>Degré</b>	<b>Rocher</b>	<b>Degré UIAA*</b>	<b>Névé et glacier</b>
<b>F</b>	Terrain de marche facile (éboulis, arête de blocs facile), itinéraire évident.	Dés passage d'escalade de I (Faibles difficultés)	Pentes faciles, pratiquement pas de crevasses
<b>- PD +</b>	Le plus souvent encore terrain de marche facile, sûreté du pas accrue, passages d'escalade clairement disposés et faciles à protéger. Des rappels peuvent être nécessaires à la descente.	Dés passage de II (Difficultés modérées)	En règle générale pentes peu raides (maxi 35-40°), courts passages plus raides, peu de crevasses.
<b>- AD +</b>	Assurance nécessaire à multiples reprises, passages d'escalade plus longs et exposés.	Dés passage de III (Difficultés moyennes)	Pentes plus raides (maxi 45-55°), occasionnellement assurance avec relais, nombreuses crevasses, petite rimaye.
<b>- D +</b>	Bon sens de l'itinéraire et maniement de corde efficace sont nécessaires, longues sections d'escalade demandant le plus souvent l'assurance avec relais.	Dés passage de IV (Importantes difficultés)	Pentes très raides (sup. à 50°) demandant le plus souvent l'assurance avec relais, nombreuses crevasses, rimaye importante.
<b>- TD +</b>	Assurance avec relais constamment nécessaire dans les sections difficiles, escalade continuellement exigeante.	Dés passage de V (très grandes difficultés)	Terrain escarpé continuellement, longues pentes très raides et soutenues (entre 65 et 90°) assurance avec relais continu.

**\*UIAA : Union Internationale des Associations d'Alpinisme**

## Cotation Cascade de glace

Degré	Pente
3	Escalade peu inclinée (75°) avec de nombreux ressauts. La glace est bien fournie et compacte.
3+	Idem que le grade 3 mais présentant un ressaut plus raide (80°).
4	Escalade présentant un passage raide (85°) pouvant aller jusqu'à 10 m de hauteur. La glace est bien fournie et compacte.
4+	Idem que le grade 4. Le passage raide peut être quasi vertical et plus long, pour atteindre 15 m de hauteur.
5	Escalade présentant une section verticale d'environ 20m. La glace commence à s'aérer et à prendre des formes particulières : choux-fleurs ou autres aspérités. En cascade de glace, il s'agit en général de cigares
5+	Escalade présentant une section verticale d'environ 30m. L'escalade devient assez technique
6	Escalade présentant une section verticale de presque 40 à 50m. L'escalade est technique. La glace peut devenir particulièrement aérée
6+	Escalade totalement verticale et pouvant présenter des petits surplombs, par exemple pour passer d'un rideau à un autre.
7	Escalade extrême. Très raide, elle peut être surplombante sur plusieurs mètres. La technique (gestuelle, notamment) utilisée par l'alpiniste s'apparente alors à celle d'un grimpeur en rocher.

## Cotation globale ski de randonnée

La **cotation globale ski de randonnée** est une estimation du niveau général des difficultés rencontrées et de leur continuité. Elle tient également compte de l'engagement, de l'altitude, de la durée d'une course et de l'exposition globale. L'échelle est calquée sur celle de la cotation globale d'alpinisme :

Degré	Terrain
F	Facile – peu ou pas de conversion
- PD +	Peu Difficile – les conversions sont la plupart faciles
- AD +	Assez Difficile – certaines conversions sont délicates
- D +	Difficile – les conversions sont techniques et demandent une bonne maîtrise nerveuse. Des passages délicats peuvent contraindre à déchausser
- TD +	Très difficile – skis sur le sac

## Cotation ponctuelle ski de randonnée

La **cotation ponctuelle ski**, complémentaire à la cotation globale ski de randonnée, évalue la difficulté technique du passage le plus difficile de la descente à ski. Elle est essentiellement liée à la pente, mais prend aussi en compte l'exposition. Ses différents degrés sont :

Degré	Pente
S1	Itinéraire facile ne nécessitant pas de technique particulière pour évoluer en sécurité, route forestière par exemple.
S2	Pentes assez vastes, même un peu raides (25°), ou itinéraires vallonnés. Niveau technique de contrôle des dérapages et virages en toutes neiges.
S3	Inclinaison des pentes jusqu'à 35° (pistes noires les plus raides des stations, en neige dure). L'évolution en toutes sortes de neige doit se pratiquer sans difficultés techniques.
S4	Inclinaison des pentes jusqu'à 45° si l'exposition n'est pas trop forte ; à partir de 30° et jusqu'à 40° si l'exposition est forte ou le passage étroit. Une très bonne technique à ski devient indispensable.
S5	Inclinaison de 45 à 50° voire plus si l'exposition est faible. A partir de 40° si l'exposition est forte. En plus d'une technique parfaite, la maîtrise nerveuse devient importante.

## Cotation des Randonnées à Raquettes en Terrain de Montagne

Degré	Type de parcours	Exigences
R1	<b>Randonnée facile en raquettes</b> Dans l'ensemble plat ou peu raide : pentes inférieures à 25°. Pas de pentes raides à proximité immédiate Pas de danger de glissade ou de chute Pas de danger d'avalanche	
R2	<b>Randonnée en raquettes</b> Dans l'ensemble plat ou peu raide : pentes inférieures à 25°. Pentes raides à proximité Pas de danger de glissade ou de chute Danger d'avalanche	Connaissances sur l'utilisation des Détecteurs de Victimes d'Avalanches (DVA), pelle et sonde
R3	<b>Randonnée exigeante en raquettes</b> Dans l'ensemble peu à modérément raide : pentes inférieures à 30°. Courts passages raides Faible danger de glissade, glissade courte se terminant sans risque Danger d'avalanche	Connaissances sur l'utilisation des Détecteurs de Victimes d'Avalanches (DVA), pelle et sonde
R4	<b>Course en raquettes</b> Modérément raide : pentes inférieures à 30°. Courts passages raides et/ou traversées de pentes pouvant être partiellement mêlés de rochers. Glacier peu crevassé Danger de glissade avec risque de blessures, faible risque de chute Danger d'avalanche	Bonnes connaissances de l'évaluation de la situation en matière d'avalanches et de l'utilisation des DVA, pelle et sonde Bonne technique de marche. Connaissances alpines élémentaires
R5	<b>Course alpine en raquettes</b> Raide : pentes inférieures à 35°. Courts passages raides et/ou traversées de pentes et/ou de zones rocheuses. Glacier ou neige durcie. Risque de chute. Risque de chute en crevasse. Dangers alpins Danger d'avalanche	Bonnes connaissances de l'évaluation de la situation en matière d'avalanches et de l'utilisation des DVA, pelle et sonde Bonnes connaissances alpines. Sûreté du pas