

CANEVAS RANDONNÉE

Ce canevas est à remplir pour chacune des 20 randonnées en été et des 10 randonnées en hiver (dont 5 en raquettes), que vous devez avoir réalisées avant le module 1 pour l'été et avant le module 4 pour l'hiver. Ces randonnées sont d'une durée minimum de 6h (hors transport) et sont réalisées avec un sac à dos d'un poids de 8kg. Au moins 3 randonnées été sont de plus de 1'500 mètres de dénivelés positifs et votre rythme de marche doit être équivalent à 600m de dénivelé positif/heure avec un sac à dos d'un poids de 8kg. Veillez à varier les terrains, les régions, les personnes avec qui vous marchez et les difficultés. Sur les 30 randonnées, vous devez avoir effectué au moins deux séjours itinérants de deux jours consécutifs minimum avec nuit en cabane, hôtel ou bivouac en été et en hiver.

Nom, Prénom

Titre de la randonnée

Date de la réalisation

Météo (couverture nuageuse, température, vent)

.....

Comment êtes-vous arrivé-e-s au lieu de départ de la randonnée (voiture, co-voiturage, transports publics...) ?

.....

Bref descriptif : (Lieu/altitude. Exemple : La Fouly (1'600m.) - Lacs Fenêtre (2'467m.) - Fenêtre de Ferret (2'695m.) - Alpage de Baou (2'356m.) - Hospice du Grand Saint Bernard (2'469m.))

.....

.....

Nombre de personnes et type de personnes (seul-e, ami-e-s, collègues, familles...)

.....

Dénivelé positif Dénivelé négatif

Temps de marche estimé / réalisé /.....

Niveau de difficulté (voir cotations CAS été/hiver)

Avec quels moyens avez-vous préparé votre randonnée ? (*carte, application, site internet, guide papier...précisez svp*)

.....
.....

Brève description des milieux naturels traversés

.....

Animations/activités (*quelles histoires/activités avez-vous racontées/faites ou quelles histoires/activités auriez-vous pu raconter/faire?*)

.....
.....
.....