

Niveau de confort

Ils sont établis en fonction du type d' hébergements, du nombre de repas du soirs pris en gîtes ou en refuge de montagne gardés.

Les pic niques de midi sont toujours tirés des sacoches. L'intendance en montagne ne peut pas nous rejoindre. Les pics niques sont fait maison avec des produits locaux, ils sont complets (charcuterie, salade de féculents avec légumes, fromage, fruits, dessert, café)

Niveau V: Toutes les nuitées en gîtes (dortoirs ou chambre double). Repas du soir aux gîtes ou en auberge de pays. Randonnées avec intendance.

Niveau IV: Nuitées en alternance entre gîtes et camping. Les repas du soir aux gîtes ou bien préparé par l'intendance. Randonnées avec intendance.

Niveau III: Nuitées en alternance entre gîtes (dortoirs) ou refuges de montagne gardés (dortoirs), campings et deux nuitées en bivouac ou refuge de montagne non gardé. Repas du soir aux gîtes , préparé par intendance ou par le guide. Randonnées en semi autonomie avec ou sans cheval de bât.

Niveau II: Nuitées en alternance entre gîtes (dortoirs) ou refuges de montagne gardés (dortoirs) ou campings, trois nuits au moins en bivouacs ou refuge de montagne non gardés (points d'eau pour la toilette). Repas du soir en gîtes ou préparé par le guide. Randonnées en autonomie avec chevaux de bât.

Niveau I: Randonnées exclusivement en bivouac ou en refuge de montagne non gardé .Randonnée en alternance entre les hébergements mais ayant au moins 4 nuitées en bivouac sous tentes ou refuge de montagne non gardé. Repas du soir en gîtes ou préparé par le guide. Randonnées en autonomie totale avec chevaux de bât.



Niveau technique

Ils sont établis après l'étude d'un rapport entre le temps de selle, de marche à pied en montée ou descente, les dénivelés quotidiens, les difficultés de terrain rencontrées tout au long du parcours.

La montagne vous amène beaucoup de questions car la notion de l'effort demandé au cheval et à vous-même vous est méconnu. Bien sur la pratique de la marche à pied est obligatoire dans ce milieu, sa durée varie en fonction de la difficulté des cols, du terrain et de la fatigue des chevaux sur un jour J. Les itinéraires choisis ainsi que le fait d'être à cheval permet cependant sa découverte avec un minimum d'efforts quotidiens, la majorité des dénivelés étant fait par le cheval.

Niveau A: Globalité de la randonnée sur des chemins faciles ne demandant pas plus d'une demi heure de marche par jour. Pas de passages techniques sauf si contraintes de terrain non prévisible. Entre 20 et 30 kms / jour. Dénivelé positif entre 500 et 1000 mètres/ jour. Durée moyenne des étapes(tps de selle + tps de marche): environ 5 h.

Niveau B: Majorité de la randonnée sur des chemins faciles, quelques passages sur des sentiers. Quelques difficultés techniques. Moyenne d' 1/2 h à 45 minutes de marche par jour. Entre 20 et 30 kms/ jour. Plusieurs journées à plus de 1000 mètres de dénivelé + avec une moyenne globale sur le séjour d'environ 1000. Durée moyenne des étapes : entre 5H00 et 6h00.

Niveau C: Alternance entre pistes, sentiers de montagne plus fréquents. Plusieurs passages techniques le long du parcours. 45 min/jour de marche en moyenne avec 1 ou 2 étape à 1h. Entre 20 et 30 kms/ jour. La majorité des journées présente + de 1000 mètres de dénivelé + avec quelques journées à 1500 m. Passage de cols à plus de 2500 m. Durée moyenne des étapes (tps de selle + tps de marche): Environ 6 h..

Niveau D: L'itinéraire alterne entre pistes et sentiers de montagne fréquents pouvant être exposés.. Plusieurs passages techniques sur la randonnée. Certaines journées demandent entre 1 h et 1H30 de marche .Entre 25 et 30 kms/jour. Dénivelé positif de 1500 m fréquent avec une ou deux journées à 1000 mètres. Passage de cols à plus de 2700 m. Durée moyenne des étapes (tps de selle + tps de marche): Entre 6 et 7 h avec 1 jour à 8 h.

Afin que vous puissiez établir un comparatif sur ces données techniques, vous situer et estimer votre condition physique je vous communique les informations suivantes:

- ◆ Une personne pratiquant une activité physique régulière plusieurs fois par semaine peut parcourir à pieds 20 kms par jour pour 2000 mètres de dénivelé positif . Elle peut participer à tous les niveaux de randonnées. Etre cavalier à l'aise aux 3 allures.
- ◆ Une personne pratiquant une activité physique régulière une fois par semaine peut parcourir à pieds entre 15 et 20 kms/jour pour 1000 à 1500 mètres de dénivelé positif. Elle peut participer à tous les niveaux de randonnées. Etre cavaliers à l'aise aux 3 allures.
- ◆ Une personne active mais ne pratiquant pas une activité physique régulière peut parcourir à pieds environ 10 kms / jour pour 500 à 1000 mètres de dénivelé positif/ jour. Elle peut participer aux randonnées jusqu'au niveau C. Etre cavalier à l'aise aux 3 allures.
- ◆ Une personne non sportive, ayant un rythme de vie tranquille, ne marchant pas et sachant un peu monter à cheval peut participer aux randonnées de niveau A.(sauf indications contraires) Etre cavalier occasionnel, ayant déjà pratiqué le galop en balade.

Un cheval entraîné, alimenté correctement sur les randonnées en montagne peut marcher entre 7 et 8 h/ jour, parcourir entre 20 et 35 kms pour des dénivelés positifs allant de 500 mètres à 2000 mètres. (bien sur la distance couverte est proportionnelle aux dénivelés)