

Chaque fois que possible, les sorties seront « cotées » selon les critères suivants. Il s'agit de caractériser la sortie en fonction de sa difficulté technique en descente et en montée ainsi qu'une évaluation de l'exposition. La distance et le dénivelé permettront à chacun de se faire sa propre évaluation physique.

T1

Il s'agit de voies larges, pistes, ou de sentiers plus étroits, mais sans grande courbe, quasi plats ou pentus mais lisses ! S'adresse à toute personne sachant pédaler : Le placement sur le vélo n'a aucune importance il faut juste rester en selle et pédaler pour garder son équilibre, et savoir freiner.

T2

Généralement il s'agit de sentier larges, peu pentus et présentant peu d'obstacles. Le placement sur le vélo consiste à ce niveau à pencher le vélo pour prendre les virages (plus ou moins rapidement). C'est généralement le niveau des initiés, ou des débutants doués.

T3

Le sentier se fait étroit (30cm) et plus sinueux, mais toujours dénué de gros obstacles nécessitant un gros ralentissement. Le positionnement sur le vélo doit être plus précis : pied en bas extérieur dans les virages aisance dans les épingles, passage en arrière du vélo dans les zones plus raides. C'est le niveau de la grande majorité des pratiquants réguliers. Sur le grand parcours de n'importe quelle randonnée organisée, on voit surtout des vététistes de ce niveau.

T4

En plus d'être étroit et sinueux, le sentier lui-même présente des difficultés qui obligent à placer la roue dans quelques cm, de se positionner sur le vélo de manière précise, de savoir moduler son freinage pour passer lentement. On peut rencontrer des marches assez hautes qui nécessitent des capacités en franchissement, des épingles fermées, un terrain fuyant, une forte pente. C'est le niveau de beaucoup de vététistes qui n'aiment pas poser le pied et apprécient un certain engagement.

T5

Par rapport au niveau précédent la notion d'équilibre sur le vélo et de lecture du terrain monte d'un cran. Il ne s'agit plus de passer des obstacles au ralenti, mais d'être à la limite de l'équilibre. On est très proche du trial : épingles à passer obligatoirement en nose turn obligatoire marches très hautes.

T6

Difficile de trouver de nouveaux critères de difficultés à ce niveau, alors on joue dans leur combinaison : On prend les difficultés du niveau T5 et on les additionne, c'est à dire qu'on peut combiner pente très raide avec épingles trialisantes.

NR (non Roulant

Difficulté technique à la montée (M) :

M1 :

Route goudronnée à pente faible (< 12 % environ)

Piste facile : lisse, à pente faible

M2 :

Route goudronnée à pente forte

Piste difficile : lisse ou peu caillouteuse, à pente forte

Sentier facile : lisse, large (+ de 50 cm environ), à pente faible

M3 :

Piste très caillouteuse, à pente forte

Sentier difficile : caillouteux, étroit, déversant, à pente forte

Poussage court (moins de 500 m de distance au total)

M4 :

Sentier très difficile : présence de marches, racines, épingles

Poussage long

Portage court (moins de 500 m de dénivelé environ)

M5 :

Portage long

Pour les sentiers :

La cotation a été simplifiée. On ne retient que le caractère global de la montée.

Donc 3 solutions sont possibles.

- **roulant** (= M1 et M2)

- **peu roulant** (= M3 et M4)

- **inroulable** (= M5)

Exposition (E) :

La cotation Exposition se réfère au risque de blessures en cas de chute

E1 (exposition faible) :

Pas d'obstacle majeur, les chemins sont larges.

E2 (exposition moyenne) :

Quelques obstacles sur le chemin, les chemins sont étroits.

E3 (exposition forte) :

Nombreux obstacles sur le chemin, les chemins sont très étroits, présence de fortes pentes ou petites barres rocheuses en bordure du chemin.

E4 (exposition très forte) :

Présence de barres rocheuses en bordure du chemin.

