







Montaña Segura

M.I.D.E. (Méthode d'information des Randonnées)

M.I.D.E. est un système de communication entre randonneurs afin d'évaluer, graduer et exprimer les exigences techniques et physiques d'itinéraires. Son objectif est d'unifier les appréciations sur la difficulté des randonnées pour permettre à chaque pratiquant un meilleur choix. Le M.I.D.E. mesure sur une échelle de valeurs de 1 à 5 (de moins à plus) les aspects de difficulté suivants:

 Milieu. Contraintes du milieu	<ol style="list-style-type: none">1 Le milieu n'est pas exempt de risques2 Il y a plus qu'un facteur de risques3 Il y a plusieurs facteurs de risques4 Il y a nombreux facteurs de risques5 Il y a beaucoup de facteurs de risques		
 Itinéraire. Orientation dans l'itinéraire	<ol style="list-style-type: none">1 Chemins et croisements bien marqués2 Sentiers ou signalétiques qui indiquent la suite3 Exige l'identification précise des accidents géographiques et des points cardinaux4 Exige la navigation hors sentier5 La navigation est interrompue par des obstacles à contourner		
 Déplacement. Difficulté dans le déplacement	<ol style="list-style-type: none">1 Marche sur une superficie plane2 Marche sur des chemins muletiers3 Marche sur sentiers « en gradins » ou terrains irréguliers4 Il faut utiliser les mains ou sauter pour maintenir l'équilibre5 Nécessite l'utilisation des mains pour la progression		
 Effort. Quantité d'effort nécessaire	<table border="1"><tbody><tr><td><ol style="list-style-type: none">1 Jusqu'à 1h de marche2 De 1 à 3 heures de marche effective3 De 3 à 6 heures de marche effective4 De 6 à 10 heures de marche effective5 Plus de 10 heures de marche effective</td><td>Calculé selon les critères M.I.D.E. pour un marcheur moyen peu chargé</td></tr></tbody></table>	<ol style="list-style-type: none">1 Jusqu'à 1h de marche2 De 1 à 3 heures de marche effective3 De 3 à 6 heures de marche effective4 De 6 à 10 heures de marche effective5 Plus de 10 heures de marche effective	Calculé selon les critères M.I.D.E. pour un marcheur moyen peu chargé
<ol style="list-style-type: none">1 Jusqu'à 1h de marche2 De 1 à 3 heures de marche effective3 De 3 à 6 heures de marche effective4 De 6 à 10 heures de marche effective5 Plus de 10 heures de marche effective	Calculé selon les critères M.I.D.E. pour un marcheur moyen peu chargé		

Le M.I.D.E est recommandé par la Fédération Aragonaise de Montagne, La Protection Civile du Gouvernement Aragonais et d'autres entités. Le MIDE est à l'étude de la Fédération Espagnole de Sports de Montagne et d'Escalade en vue de son utilisation nationale et de sa proposition auprès des instances européennes.

Plus d'informations: www.montanasegura.com