

Calcul du temps



Itinéraire:											Facteur de vitesse (kme/h):	
Date:			Valeurs intermédiaires				Sommes totales				Remarques * Noter les dénivelés directement en hm (1 hm = 100 m) ** kilomètre-effort: distance (en km) + pente (en hm)	
Réalisé par:			Dénivelé par 100 m*	Distance horizontale	Kilomètre-effort**	Temps	Distance	Kilomètre-effort	Temps planifié	Temps effectif		Pauses/Trajets motorisés
Cartes nationales:												
Lieux, lieux-dits, coordonnées	Altitude		hm	km	kme	h:mm	km	kme	hh:mm	hh:mm	h:mm	
Sommes												

Horaire		Remarques
Lieu	Temps	

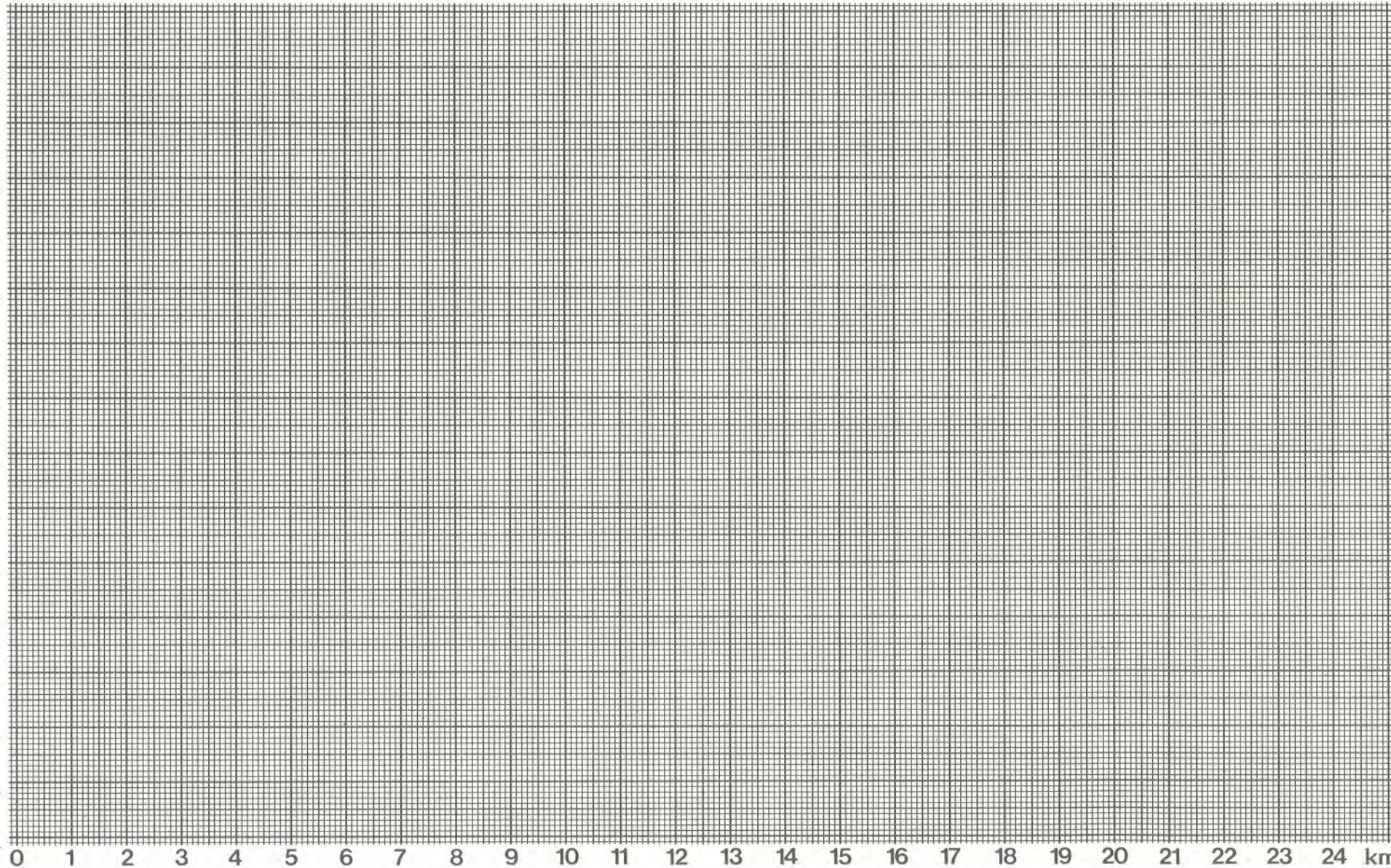
Profil de la route

Route _____

Date _____

altitude

Echelle de hauteur: 1 cm = 1 hm (hectomètre), dès une différence d'altitude de 15 hm: 1 cm = 2hm



0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 km

Point dans le terrain _____

Calcul du temps

Marche à suivre



Calcul du temps



Itinéraire:		Valeurs intermédiaires										Sommes totales		Facteur de vitesse (kme/h):
Date:	Réalisé par:													(12)
Cartes nationales:		D ₁ (3) Déclivité par 100 m *	D ₂ (4) Distance horizontale	K ₁ (5) Kilo-effort **	T ₁ (6) Temps	D ₃ (7) Distance	K ₂ (8) Kilo-effort	T ₂ (9) Temps planifié	T ₃ (10) Temps effectif	P ₁ (11) Points de trajets motorisés			Remarques	
Lieux, lieux-dits, coordonnées	Altitude	hm	km	kme	h:mm	km	kme	hh:mm	hh:mm	h:mm				
		0.00	0.0	0.00	00:00	0.0	0.0	00:00						
		0.00	0.0	0.00	00:00	0.0	0.0	00:00						
		0.00	0.0	0.00	00:00	0.0	0.0	00:00						
		0.00	0.0	0.00	00:00	0.0	0.0	00:00						

Facteurs de vitesse		
	Avec bagages	Sans bagages
Groupes non entraînés, enfants, grands groupes	15 min/kme 4 kme/h	12 min/kme 5 kme/h
Groupes entraînés, jeunes, petits groupes	12 min/kme 5 kme/h	10 min/kme 6 kme/h
Excursions à vélo		
Le calcul du temps avec les kme est nettement moins précis pour les excursions à vélo que pour les randonnées à pied. Les montées et les descentes ont une plus grande influence. Les facteurs mentionnés ici sont valables pour des excursions à vélo au plat.		
Groupes peu entraînés ou grands groupes	5 min/kme 12 km/h	4 min/kme 15 km/h
Groupes entraînés, petits groupes, bons vélos	4 min/kme 15 km/h	3 min/kme 20 km/h

Descentes raides	
Pour les descentes longues et raides en montagne, il faut compter plus de temps. La pente sera prise en considération à partir du moment où elle est supérieure à 20 m par 100 m de distance horizontale. Dès lors, 150 m de dénivelé comptent comme un kilomètre-effort.	

Autres facteurs		
La vitesse de marche effective dépend de nombreux facteurs. Certains endroits difficiles peuvent devenir des «bouffeurs de temps».		
Voici quelques facteurs à prendre en considération:		
	Plus rapide	Plus lent
Taille du groupe	Petit	Grand
Heure de la journée	Matin, nuit	Après-midi, soir
Météo	Frais	Chaud
Bagages	Peu	Beaucoup
Chemins	Bons chemins	Eboulis, à travers champ
Connaissances topographiques	Bonnes connaissances	Contrôle fréquent des cartes

Calculer le temps de marche

- 1 Choisir des points adéquats dans le terrain et veiller à noter dans tous les cas les points les moins/plus hauts de l'itinéraire.
- 2 Indiquer l'altitude du point en question. Lorsque l'altitude n'est pas donnée sur la carte, la déterminer à l'aide des courbes de niveau. L'équidistance entre deux courbes de niveau est indiquée en bas de la carte. Elle est en général de 10 m sur le Plateau ou dans le Jura et de 20 m dans les Alpes.
- 3 Inscrire les différences d'altitude entre les différents points dans le terrain; les noter en hectomètres (100 m) afin de faciliter le calcul des kme. Indiquer les descentes avec un -.
- 4 Indiquer ici la distance horizontale entre les points dans le terrain. La distance doit être mesurée le long du chemin parcouru et introduite en km.
- 5 Obtenir les kme en additionnant la montée et la distance. Les descentes ne sont pas prises en compte (pour les fortes descentes voir l'encadré).
- 6 Obtenir le temps de marche net entre les points en multipliant les kme par le facteur de vitesse.
- 7 Additionner au fur et à mesure la distance parcourue.
- 8 Additionner au fur et à mesure les kme.
- 9 Estimer, à l'aide des temps indiqués dans la colonne « Temps de marche », l'heure à laquelle chaque point est atteint. Indiquer, dans la ligne supérieure, l'heure de départ.
- 10 Indiquer les temps effectifs durant la marche. Regarder si le planning joue ou s'il doit être revu.
- 11 Ne pas oublier de planifier également des pauses.
- 12 Indiquer le facteur de vitesse.