

FICHE DESCRIPTIVE DE RANDONNÉE

Programmation suivant le Programme affiché sur le site JRV.

RANDONNÉE	La Gaillarde - Col de Bougnon (Rando Mimosa)			CARTE IGN	3544 ET
Départ	Les Issambres (pkg cimetière)			GPS : UTM	X: 313781
				(Fuseau 32T)	Y: 4804341
Distance	16 km	Temps de Marche estimé : (hors pauses et repas)			6 h00
Altitudes Mini - Maxi	10 m	345 m	Dénivelés Cumulés	+ 650 m	- 650 m

COTATION suivant grille FFR

EFFORT (E) - IBP : 77	TECHNICITE (T) :	RISQUE (R) :
4 : Assez difficile	3 : Peu difficile	3 : Peu élevé

Profil altimétrique et Difficultés explicitées



Pas de difficultés notables pour cette randonnée qui s'adresse néanmoins à une population aguerrie aux distances de ce type (16km).

Le dénivelé positif est réparti sur l'ensemble du parcours, avec principalement une première montée à 15% pour atteindre la table d'orientation des Avelans (au 2^ekm), et une autre à 20% pour l'accès aux antennes de Cabasse (au 8^e km). La redescense de Cabasse vers le col de Bougnon est du même acabit et peut nécessiter des bâtons.

Consignes d'équipement :

Obligatoire : chaussures de randonnée adaptées

Bâtons recommandés

Equipements habituels (sac à dos, vêtement de pluie, couvre-chef, couverture de survie, sifflet)

Vêtements chauds (Veste polaire, coupe-vent, bonnet, gants)

Vêtement de recharge pour le retour.

Pique-nique pour le midi avec boissons en quantité suffisante

ANIMATEUR	Denis	Tél: 07 85 95 31 22	denis.rivat@icloud.com	
Heure et lieu de RdV :	<ul style="list-style-type: none"> Tennis de St Vallier Le Tignet 	7 h 50 8 h 15	Trajet (A/R) (covoiturage)	120 km (avec autoroute)

INSCRIPTION par SMS auprès de l'animateur au plus tard la veille avant 20h, en précisant le lieu de départ si nécessaire, ainsi que la possibilité d'assurer le covoiturage (participation en tant que chauffeur).

Descriptif / Informations complémentaires:

Cette belle randonnée se situe au pays des mimosas et nous offre des vues magnifiques sur la baie des Issambres et le golfe de Saint Tropez, au travers des paysages typiques de Méditerranée.

Elle démarre du cimetière des Issambres et nous fait traverser le bois de la Gaillarde dans le massif des Petites Maures, en montant à la table d'orientation des Avelans puis au dolmen d'Agriotier ; nous revenons sur nos pas et redescendons graduellement vers les ruines de Roqueyrol, puis le vallon du Bougnon en admirant et respirant les mimosas.

Après traversée de la D8 (attention !), nous poursuivons plein Ouest avant de bifurquer au Sud vers Cabasse et ses antennes au travers d'une montée plus raide et atteignons le point culminant de la randonnée à 345 m où le pique nique nous attend devant une vue panoramique ..

Nous reprenons la marche vers le col de Bougnon (et retraversons à nouveau la D8..) et son espace aménagé surplombant le haut des Issambres et toute la baie méditerranéenne...

Le périple se poursuit dans le bois de la Gaillarde au SE en direction de son dolmen avant de revenir progressivement au point de départ vers le Nord.

Trace

