

FICHE DESCRIPTIVE DE RANDONNEE

Suivant Programme affiché sur le site JRV

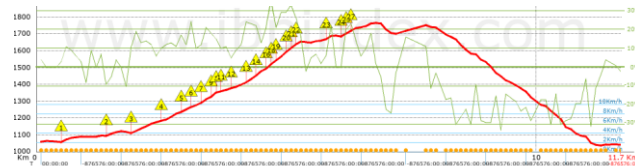
Randonnée :	Méailles, le Cul du Bœuf et le Cougnas	Carte IGN :
Départ :	Parking à la sortie du village Méailles	3541 OT

Distance :	13 kms	Temps Marche estimé : 5h30 <i>(hors pause et repas)</i>
-------------------	---------------	---

Altitudes	Maxi : 1765 m	Mini : 1034m	Dénivelés cumulés	+ 876m	- 876 m
------------------	---------------	--------------	--------------------------	--------	---------

Cotation <i>Suivant guide FFR</i>	Effort : IBP91 E4 : Assez Difficile	Technicité (T) : T3 : Peu difficile	Risque (R) : R3 : Peu Elevé R4 pontuel
---	--	--	---

Profil Altimétrique :



Difficultés/Informations :



Quelques passages en R4 (marnes) à la fin du parcours et pentes parfois très soutenues pendant plusieurs centaines de mètres.

	Animatrice : <i>Christine</i>	Téléphone : <i>06.76.39.45.12</i>	Adresse mail :
RDV	• Tennis de St Vallier : 7h00	Trajet (A/R) :	180 kms

Consignes d'équipement :

Obligatoire : chaussures de randonnée adaptées. Bâtons recommandés, fortement conseillés

Equipements habituels (sac à dos, vêtement de pluie, couvre-chef, couverture de survie, sifflet). Vêtements chauds (veste polaire, gants...)

Ce document est à destination exclusive des adhérents de L'Association « Les Joyeux Randonneurs Vallerois (JRV) » • L'Association JRV et l'éditeur de cette fiche, ne peuvent être tenues responsables des éventuels problèmes occasionnés par l'utilisation d'informations diffusées sur cette fiche et sur le site lesjoyeuxrandonneursvallerois.e-monsite.com

Descriptif



La randonnée du Cougnas est une magnifique randonnée sur les flancs de la tête du Ruch qui offre une multiplicité de paysages, forêt provençale, robines, châtaigneraies...

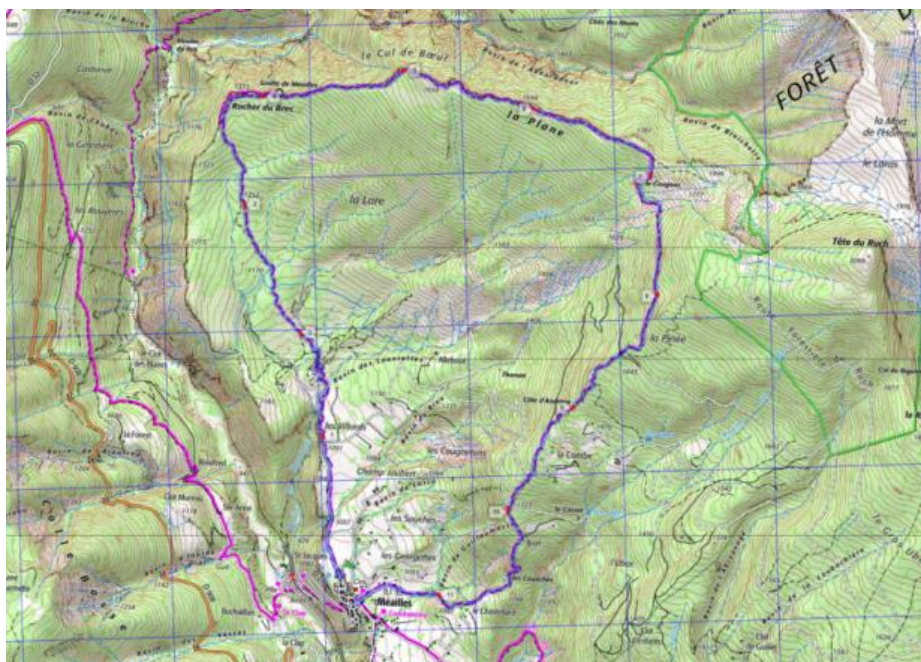
Boucle de 13km au départ du village de Méailles (1035m) assez difficile avec son dénivelé de 800m, qui débute assez rapidement par une montée pendant 4/5kilomètres; si les pentes sont parfois très soutenues pendant plusieurs centaines de mètres, elles sont en grande partie régulières et agréables en forêt.

Dans sa première partie, le sentier rejoint la falaise qui abrite la grotte de Méailles (matériel spéléo pour y accéder) et se poursuit sur la crête du Cul du Bœuf jusqu'à proximité des ruines du Cougnas.

Repas tiré du sac sur un beau point de vue et descente dans les forêts de châtaigniers.

Attention, cette boucle se termine par une succession de robines glissantes (bâtons et chaussures avec bonne accroche).

Carte



Ce document est à destination exclusive des adhérents de L'Association « Les Joyeux Randonneurs Vallerois (JRV) » • L'Association JRV et l'éditeur de cette fiche, ne peuvent être tenues responsables des éventuels problèmes occasionnés par l'utilisation d'informations diffusées sur cette fiche et sur le site lesjoyeuxrandonneursvallerois.e-monsite.com