

## FICHE DESCRIPTIVE DE RANDONNÉE

Programmation suivant le Programme 2023 affiché sur le site JRV.

|                  |  |                                   |                    |
|------------------|--|-----------------------------------|--------------------|
| <b>RANDONNÉE</b> | <b>Tour de la Vallongue</b>                        | <b>CARTE IGN</b>                  |                    |
| <b>Départ</b>    | <b>Parking hameau de la Roubine à Coursegoules</b> | <b>GPS : UTM<br/>(Fuseau 32T)</b> | 0341858<br>4050258 |

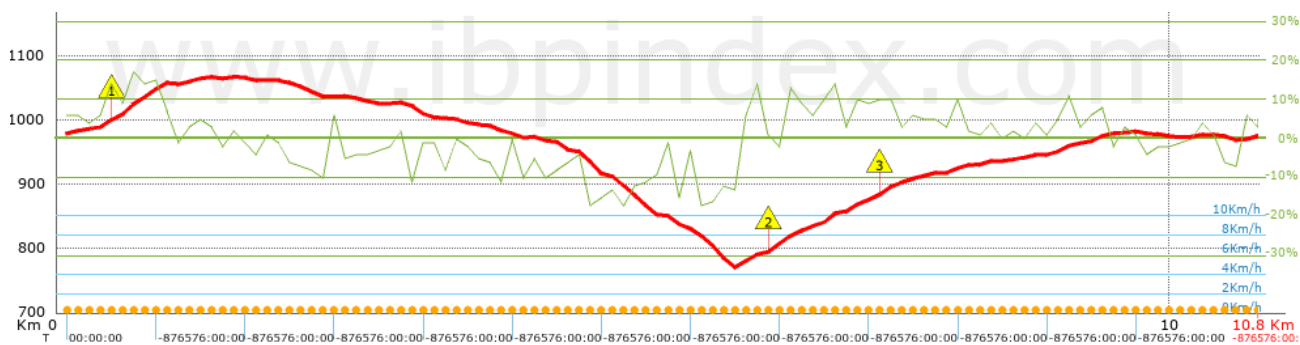
|                 |                |  |           |
|-----------------|----------------|--|-----------|
| <b>Distance</b> | <b>10,8 km</b> | <b>Temps de Marche estimé : (hors pauses et repas)</b> | <b>3h</b> |
|-----------------|----------------|--|-----------|

|                              |              |               |                          |                |                |
|------------------------------|--------------|---------------|--------------------------|----------------|----------------|
| <b>Altitudes Mini - Maxi</b> | <b>771 m</b> | <b>1067 m</b> | <b>Dénivelés Cumulés</b> | <b>+ 340 m</b> | <b>- 338 m</b> |
|------------------------------|--------------|---------------|--------------------------|----------------|----------------|

|   |                          |                         |                          |
|---|--------------------------|-------------------------|--------------------------|
| <b>Cotation</b><br><small>suitant guide FFR</small> | <b>Effort (E)</b> IBP 44 | <b>Technicité (T)</b>   | <b>Risque (R)</b>        |
|   | <b>E2 : Assez facile</b> | <b>T2: Assez facile</b> | <b>R2 : Assez faible</b> |

### Profil altimétrique et Difficultés explicitées

Parcours assez facile avec une piste forestière sur les 2/3. La partie la plus « ardue » se situe sur le chemin longeant le vallon du ruisseau de la Vallongue, encombré de blocs et caillasses... En fonction de la direction du vent, nous l'emprunterons dans un sens ou dans l'autre...



|                  |  |   |
|------------------|--|---|
| <b>Consignes</b> | <b>Obligatoire : chaussures de randonnée adaptées</b>                | <b>Equipements habituels</b> (sac à dos, vêtement de pluie, couvre-chef, couverture de survie, sifflet) |
|                  | <b>Pique-nique</b> pour le midi avec boissons en quantité suffisante | <b>Vêtements chauds</b> (Veste polaire, coupe-vent, bonnet, gants)                                      |
|                  | <b>Bâtons recommandés</b>  | <b>Vêtement de rechange</b> pour le retour  |

|                |                         |                                   |                                     |
|----------------|-------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|
| <b>GESTION</b> | <b>Animateur : Paul</b> | <b>N° de Tél : 06 52 68 65 99</b> | <b>Adresse Mail : pl451@free.fr</b> |
|----------------|-------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|

|                               |  |                       |       |
|-------------------------------|--|-----------------------|-------|
| <b>Heure et lieu de RdV :</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Tennis de St Vallier 9 h</li> <li>Parking du Pré du lac 9h30</li> </ul> | <b>Covoiturage</b>    |       |
|                               |  | <b>Trajet (A/R) :</b> | 84 km |

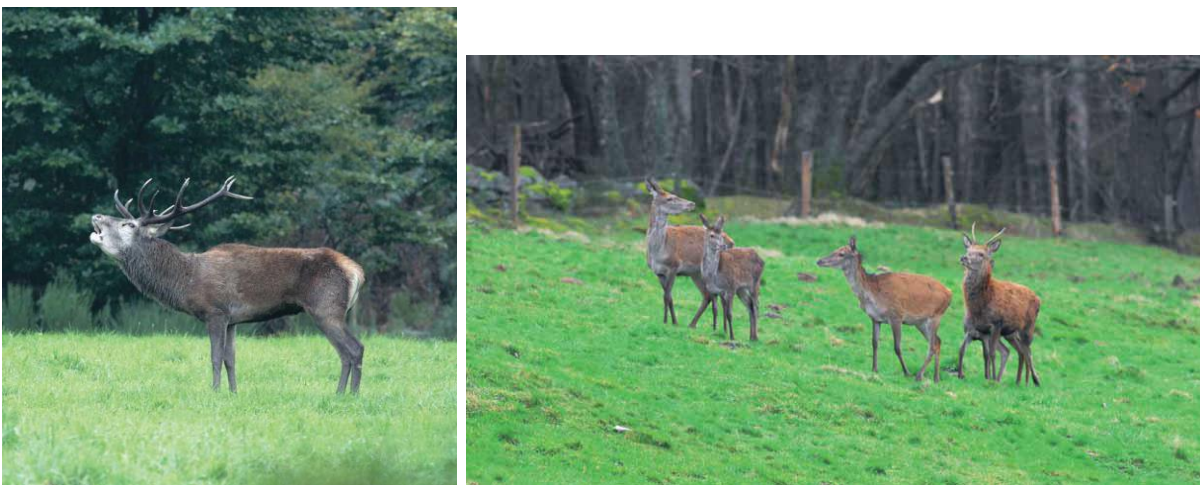
**INSCRIPTION par SMS** auprès de l'animateur au plus tard la veille avant 20h, en précisant le lieu de départ si nécessaire.

## Descriptif / Informations complémentaires:

La rando proposée est une boucle de près de 11 km, en partie sous couvert forestier, en partie sur une lande broussailleuse.



Elle a été programmée expressément fin septembre. En effet toute la zone incluant les territoires de Coursegoules et Courmes est réputée par rapport à la présence du cerf élaphe, le plus grand gibier ongulé présent en France et sur le département. Ces animaux sont particulièrement actifs en début d'automne, période du rut, pendant laquelle on peut observer le « travail » des mâles pour s'approprier les femelles. C'est le moment du brame... A contrario, c'est aussi une période durant laquelle il est important de laisser ces animaux tranquilles, pendant cette période clé de leur cycle reproductif.



Nous nous efforcerons donc de parcourir la zone sans s'écarter des chemins et en essayant d'être le plus discret (et silencieux !) possible. Il n'est pas rare en cette période d'entendre résonner le brame sous le couvert forestier du plateau de la Vallongue...

Pour mémoire, le cerf élaphe est un animal vivant en plaine et qui historiquement s'accommodait mal des zones pentues et montagneuses. De fait il n'était pas (ou plus ?) présent sur le territoire du département jusque dans les Années 50. A cette période, l'office de la faune sauvage et de la chasse décida de réimplanter l'espèce dans les Alpes Maritimes et le Var, à partir de petits groupes d'animaux prélevés surtout en forêt de Chambord. Plusieurs lâchers de quelques individus furent effectués dans l'Esterel et dans le massif du Cheiron. Si les premiers furent peu couronnés de succès, ceux qui suivirent furent beaucoup plus prolifiques, puisque rapidement le cheptel premier se reproduisit efficacement et étendit son territoire largement, semblant bien s'adapter au paysage pré-montagnard de ce territoire. En 2002, on estimait à un peu plus de 200 le nombre d'individus dispersés sur le territoire du Cheiron (au sens large) avec plus de 20000 ha, et entre 600 et 1800 m d'altitude. Aujourd'hui, avec plus de 600 individus estimés, c'est l'effectif le plus important du département

## Trace

