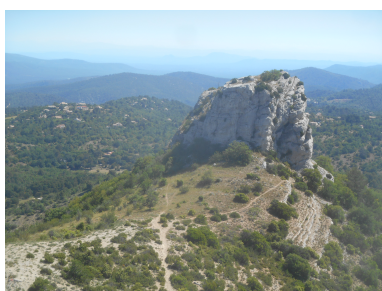


<https://persoremy.fr/spip.php?article330>



# col de l'espigoulier, tour des dents de roque forcade, plan des vaches, tour cauvin, col du cros..



- Randos  
Date de mise en ligne : jeudi 23 juin 2016  
Date de parution : 14 septembre 2017

---

Copyright © persoREMY - Tous droits réservés

---

## le circuit IGN du 14 septembre2017

même circuit avec le passage avec chaînes sans difficultés 7.400kms ,3 heures

### le circuit IGN

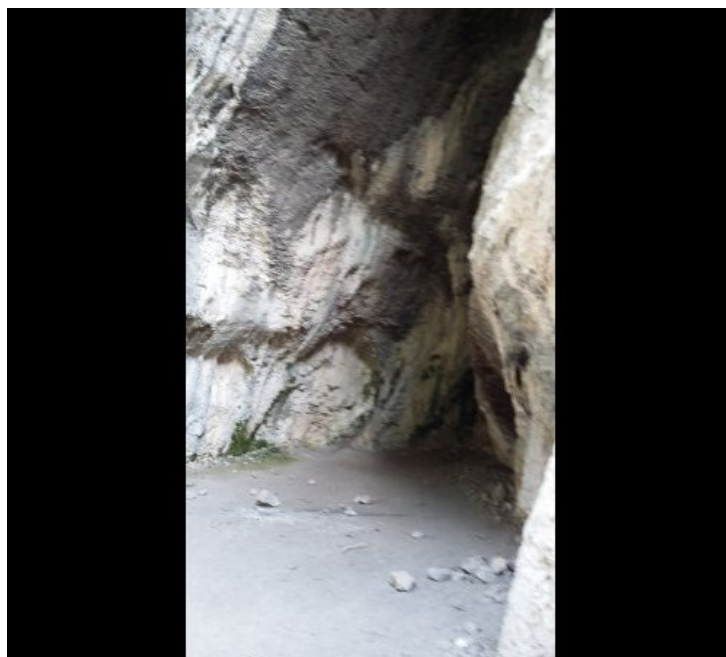
laisser la voiture au col de roussargues, possibilité de partir de l'espigoulier, rando de 3h30 , 10kms ,526 m de dénivelé..prendre le sentier qui va en direction des dents en restant sur la crête, chemin bien marqué, plus haut un sentier vient de droite( espigoulier), on part vers les dents , au pied de celle ci suivre les traces Rouges ou encore les points Bleus, longer le pied de la falaise en laissant celle-ci à main droite. Avancer sur de petites corniches en restant toujours collé à la falaise.( nous avons tenté une petite montée sans intérêt) Contourner complètement un cap de la falaise et effectuer un virage plein Sud à 180 degrés. Regarder dans la montée constamment à votre droite pour trouver une faille rocheuse ( nous l'avons manquée et avons continué plus loin, et ceci à déconseiller) où une chaîne métallique( selon visorando) a été accrochée à un arbre au pied de la falaise, un ancien trait Bleu marque le pied de la roche. Escalader en se servant de la chaîne pour arriver au sommet en suivant de gros cairns.Lorsque nous avons rejoint le plateau nous sommes allés au passage par le haut, et nous avons hésité...

Du haut, la vue devient sublime ; avancer sur le plateau herbeux (plan des vaches)vers l'Est, se servir des cairns comme repères. Remarquer la présence des points Bleus qui se substituent aux points Rouges, c'est assez facile et instinctif. Atteindre un gros cairn avec un point Rouge dessus.

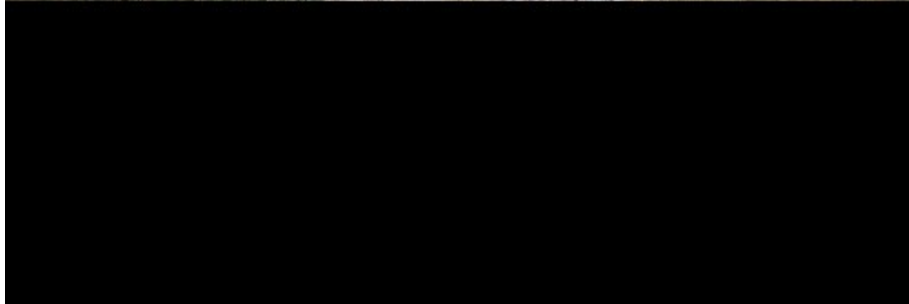
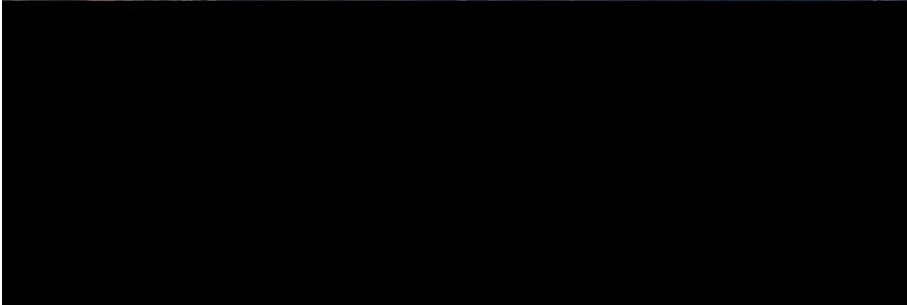
Suivre le petit sentier de gauche et, de cairn en cairn, atteindre la grotte.( nous ne l'avons pas vue)

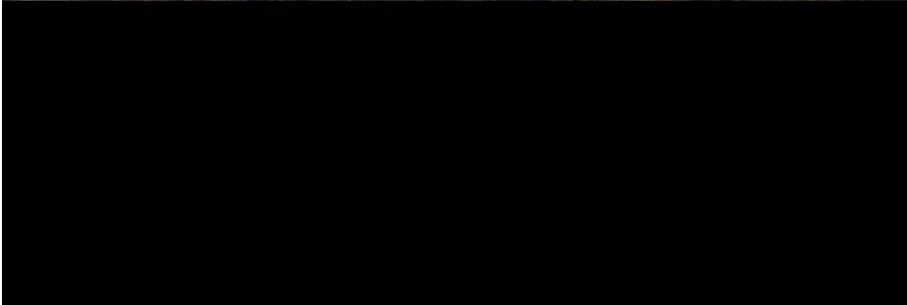
Poursuivre, parvenir au pied d'un gouffre assez impressionnant, reprendre ensuite Est-Sud-Est. Rejoindre un carrefour de sentiers.

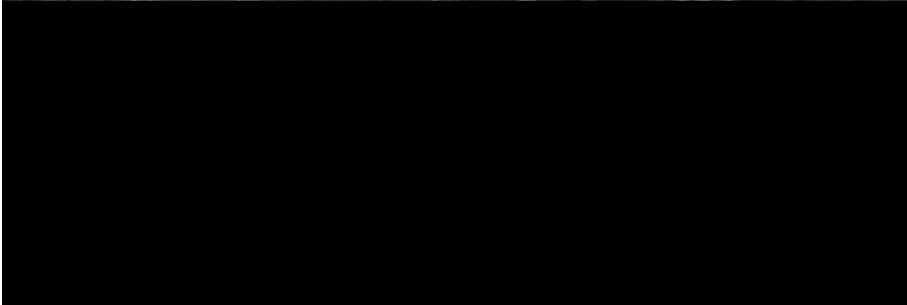
Des cairns indiquent un sentier à gauche, nous allons faire l'aller retour en 30mn pour avoir le point de vue sur la tour cauvin(rocher), au retour nous continuons le sentier précédent , col du cros et partons à droite..sentier jaune jusqu'au col de l'espigoulier et par la route avons rejoint la voiture







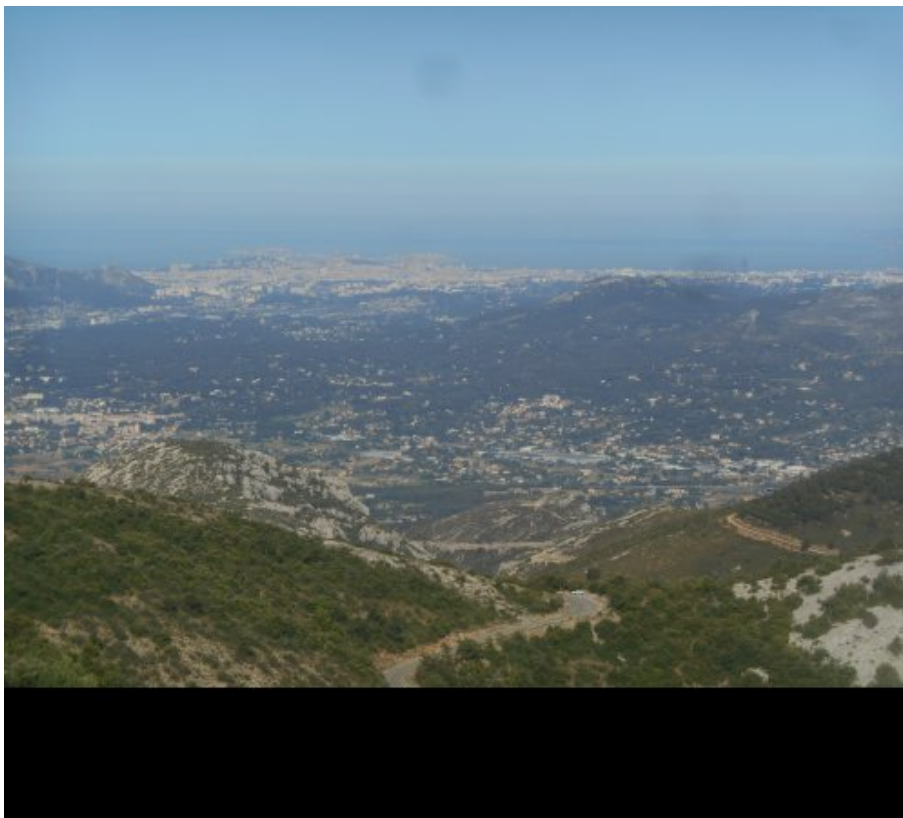






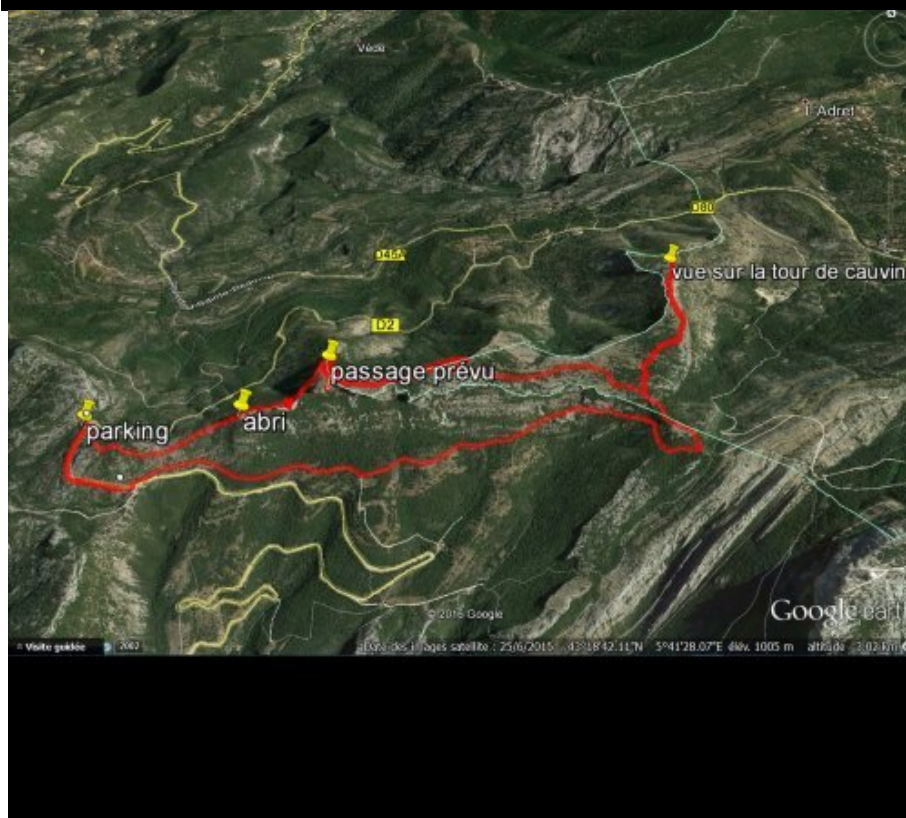




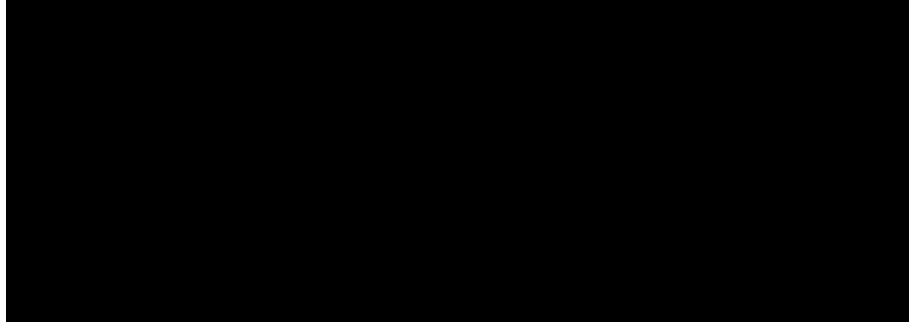




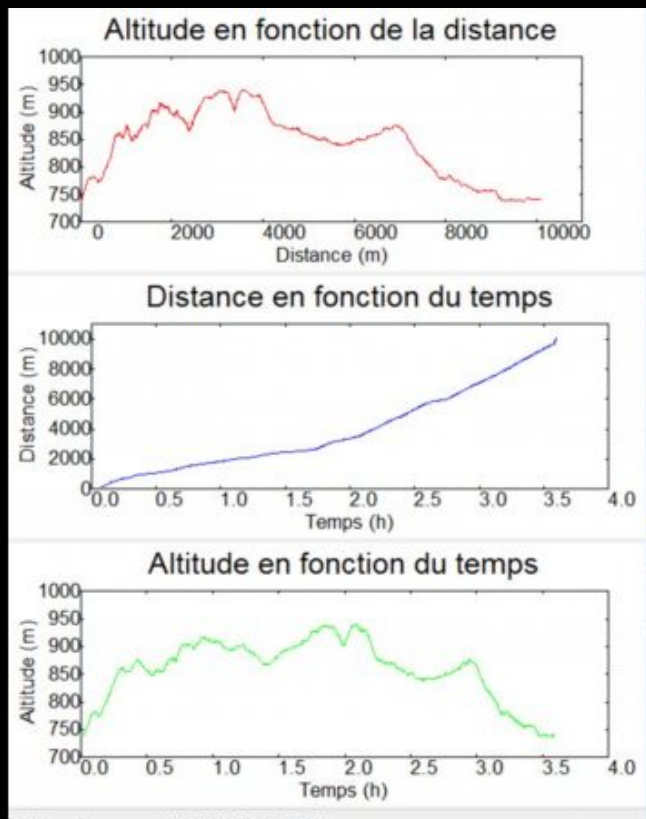
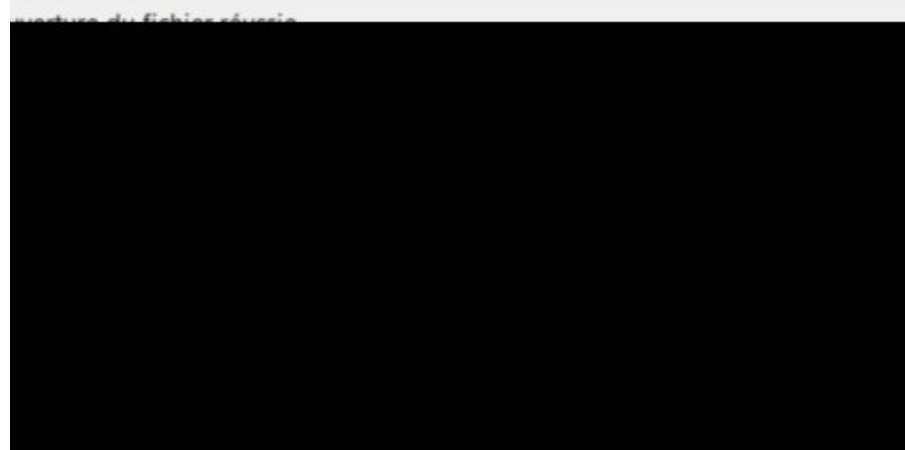


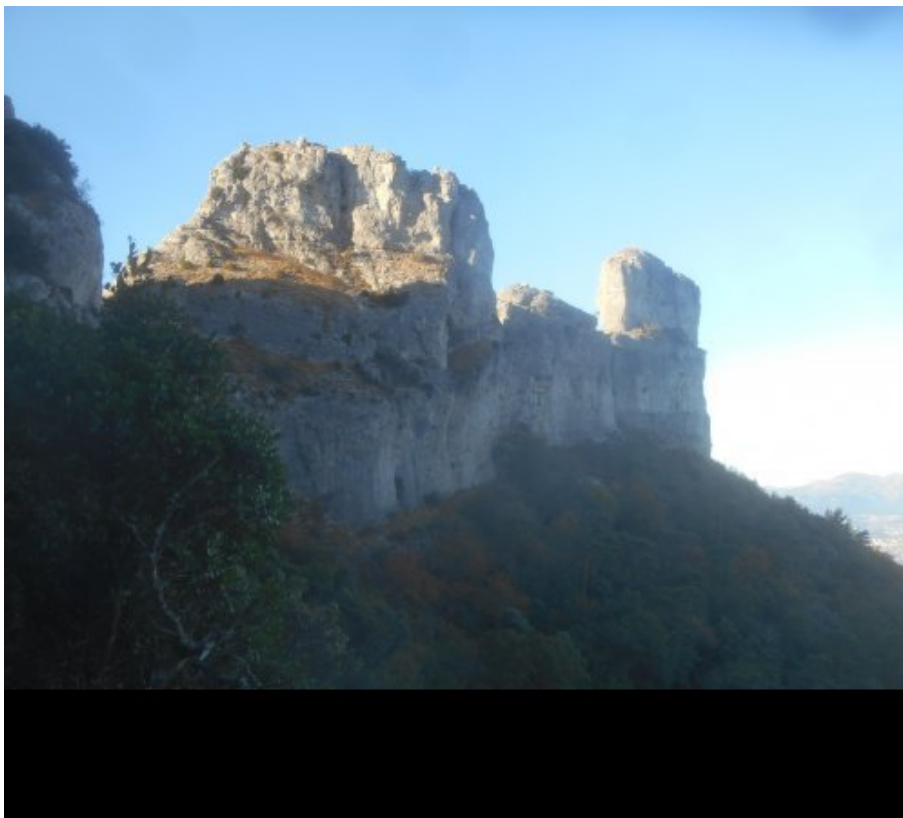


col de l'espigoulier, tour des dents de roque forcade, plan des vaches, tour cauvin, col du cros..



	Départ	Arrivé		
Date	23/06/16	23/06/16	Distance (m)	10110.230
Heur	06:22:49	09:58:18	Duré	03:35:29
Altitude (m)	738	740	Vitesse moy (km/h)	2.815
Altitude min (m)	736		Dénivelé + (m)	526
Altitude max (m)	940		Dénivelé - (m)	524
Altitude moy (m)	842			



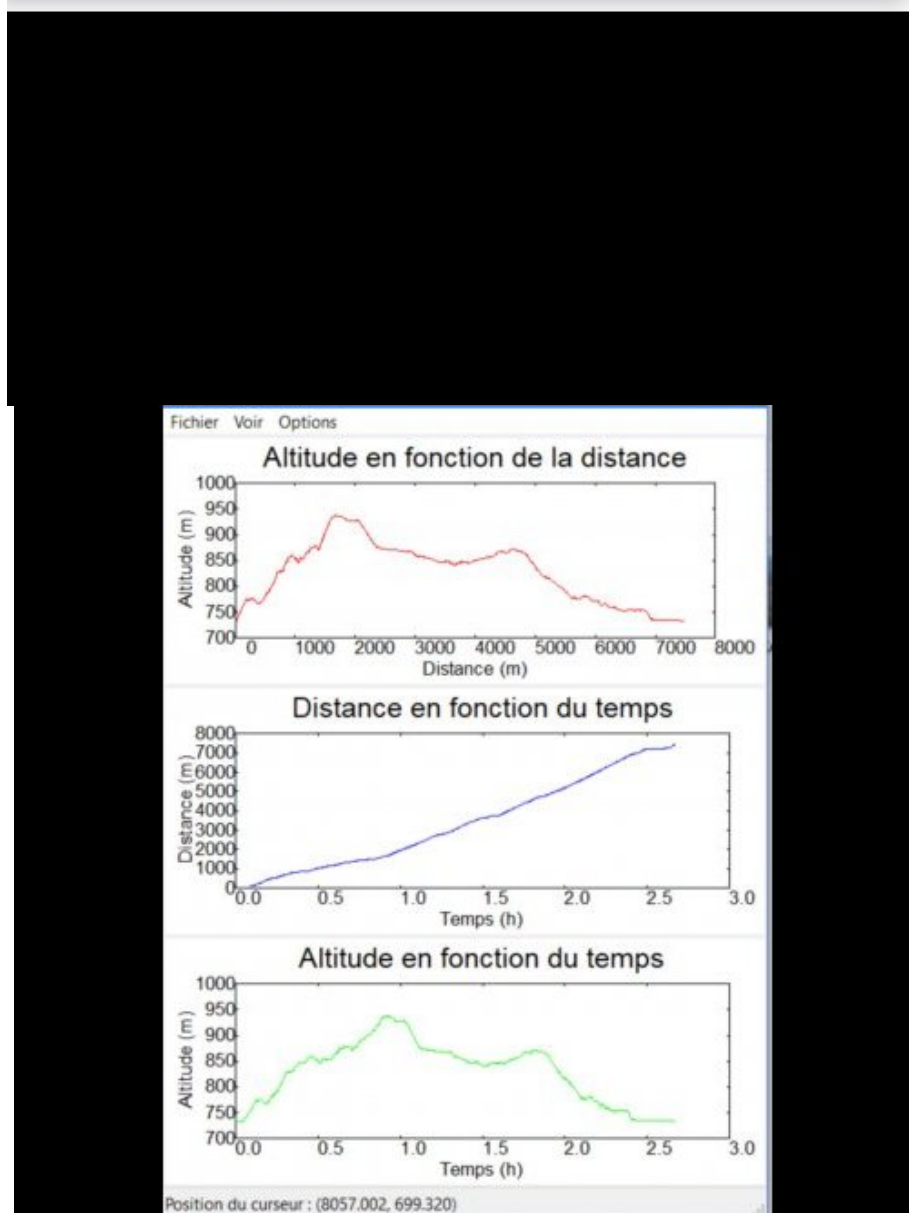




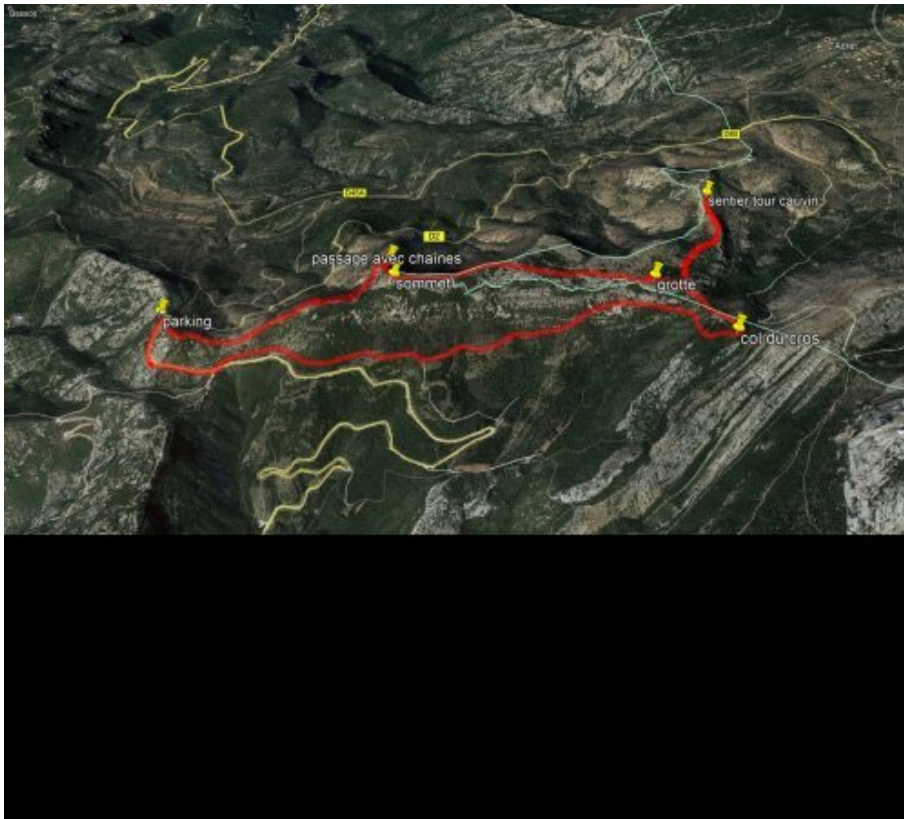


	Départ	Arrivé		
Date	14/09/17	14/09/17	Distance (m)	7499.258
Heure	06:23:53	09:04:23	Durée	02:40:30
Altitude (m)	729	733	Vitesse moy (km/h)	2.803
Altitude min (m)	729		Dénivelé + (m)	365
Altitude max (m)	937		Dénivelé - (m)	361
Altitude moy (m)	827			

Ouverture du fichier réussie.

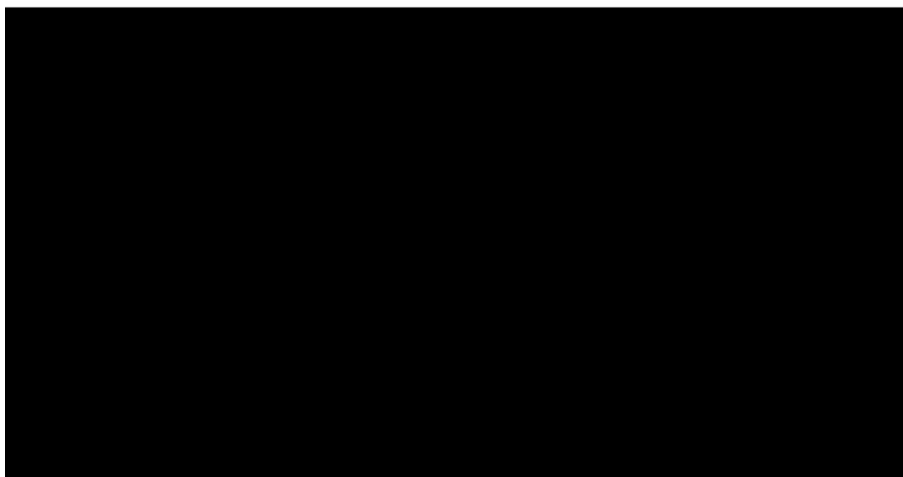


col de l'espigoulier, tour des dents de roque forcade, plan des vaches, tour cauvin, col du cros..





**Position du curseur** Altitude: 773m D+: 221m D-: 170m Distance depuis le départ: 5.900m  
 Longitude: 5.67378° Latitude: 43.31662°



.cycle-paused:after { display:none; } .texte\_infobulle { text-align:left; }