

Marches et Rêves

Siège social : Mairie de Ruoms 07120



RUSTREL

Le Colorado Provençal

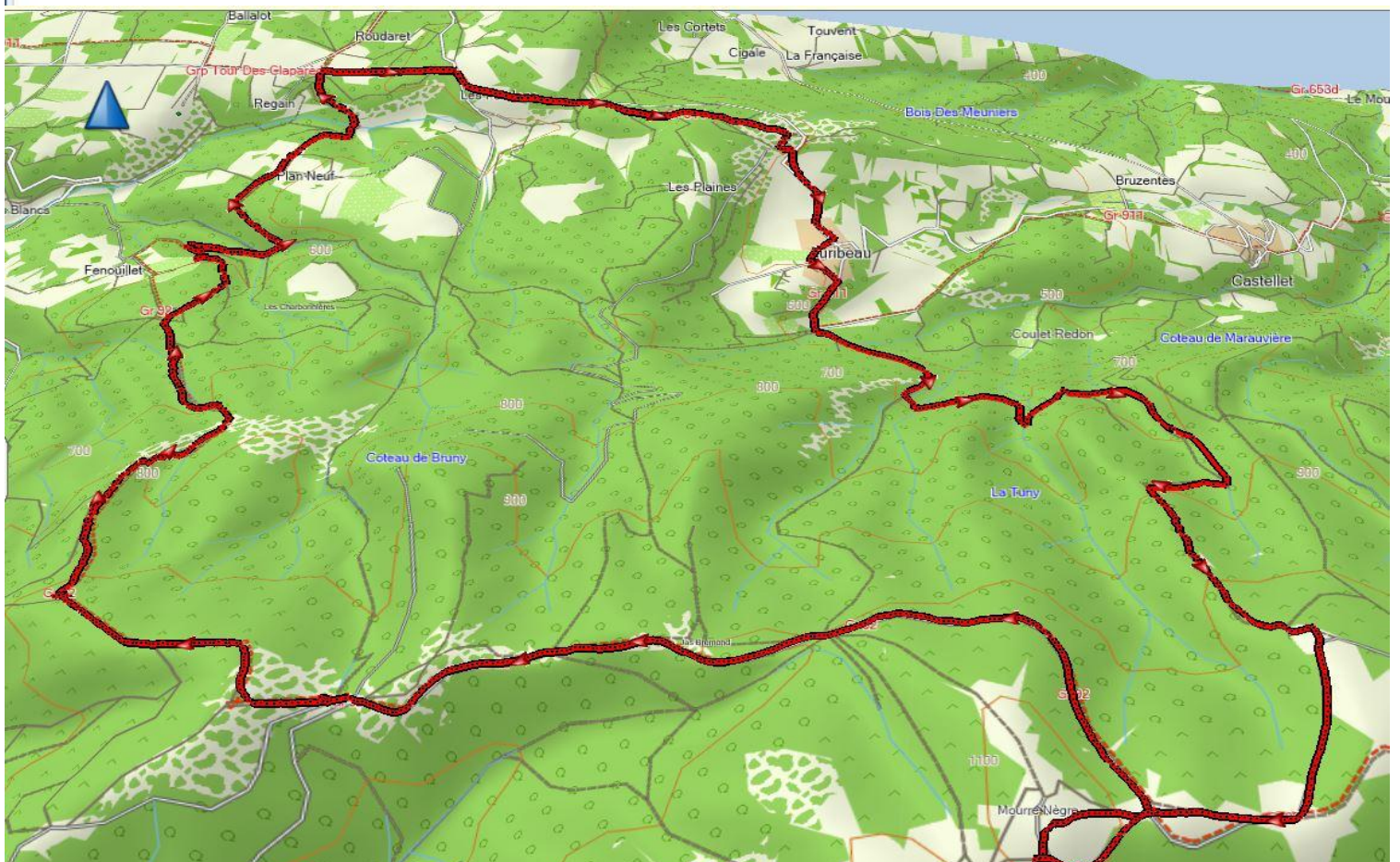
24/25 Avril 2018



Rustrel Colorado

■ Rouge

Récapitulatif		Heure		Vitesse		Altitude	
Points:	886	Temps écoulé:	4:25:26	Moyenne:	2.64 km/h	Minimale:	310 m
Distance:	11.7 km	Temps de déplacement:	3:14:48	Vitesse moyenne déplacement:	3.59 km/h	Maximale:	581 m
Zone:	3.2 km ²	Temps d'arrêt:	1:10:38	Minimale:	0.0 km/h	Pente:	0.7 %
				Maximale:	9 km/h	Ascension:	483 m
						Descente:	397 m



Rustrel Moure Negre

■ Rouge

Récapitulatif		Heure		Vitesse		Altitude	
Points:	1207	Temps écoulé:	6:28:05	Moyenne:	2.42 km/h	Minimale:	563 m
Distance:	15.6 km	Temps de déplacement:	4:21:45	Vitesse moyenne déplacement:	3.58 km/h	Maximale:	1122 m
Zone:	6.3 km ²	Temps d'arrêt:	2:06:20	Minimale:	0.0 km/h	Pente:	0.0 %
				Maximale:	7 km/h	Ascension:	732 m
						Descente:	727 m

Nous sommes 11 pour cette sortie à Rustrel. Départ 8h30 de Ruoms pour une arrivée vers 11h30 au parking du Colorado Provençal. Jean-Claude organisateur du séjour nous emmène à la découverte de ce site géologique bien particulier.







Ce soir c'est la vie de château à Rustrel
L'accueil est très sympathique, la tapenade
offerte à l'apéritif est un vrai délice, le repas
du soir copieux est excellent.
Après une bonne nuit de sommeil nous
voilà en pleine forme pour grimper au
sommet du Moure Nègre (1121m).
Une rando de 15,6km pour 730n de dénivelé
Très beaux paysages sur le Luberon avec
au nord le Ventoux et au sud ouest le Mt
Aigoual tout couvert ce neige.





Pendant les pauses on en profite pour faire une récupération active des muscles de la langue



**Retour à Ruoms en passant par Saignon.
Encore une belle sortie. Merci Jean-Claude**