

PLAGE DU COUCHANT



Validée le 20/12/2023
par la FFRandonnée

COORDONNÉES GPS

Latitude
43.557030
Longitude
4.079170



Parking :
Parking de la Mer.
Gratuit. 570 places.



Accès au site :

Esplanade Jean Baume. Direction Digue Ouest du Port de Plaisance. Parking de la Mer. Gratuit, 570 places avec accès direct à la plage.

DESCRIPTION DU SITE

Plage de sable fin en pente douce, de l'accès 14 (plage du parking de la mer), jusqu'à l'accès n° 40. Exposition sud. Après l'accès 40 vers l'ouest, se reporter à la fiche de site du Grand Travers.

En sortie du parking de la Mer, la pratique se fait en partant à droite vers le Grand Travers. Pas de pratique à gauche vers la digue.



Contact :

contact@ffrandonnee34.fr



Période de pratique :

Toute l'année.



CONTEXTE ADMINISTRATIF

Arrêté municipal n° 4455 modifié le 29 juillet 2020. Art 6: animations sportives ou ludiques, sur la plage, soumises à autorisation.

Pas d'autorisation requise, pour la pratique du Longe Côte.

CONTEXTE ENVIRONNEMENTAL

Arrêté municipal n° 4455 modifié le 20 juillet 2020. Art 14: interdiction d'accès aux dunes protégées par des ganivelles. Le site de pratique est classé Natura 2000 FR9112035.

PRÉCAUTIONS DE SECURITÉ

Matériel nécessaire en plus d'une tenue adaptée :

Un moyen de communication (téléphone étanche), un sifflet aussi bien pour l'animateur que l'accompagnateur, et une bouée tube, ou gonflable par percussion d'une cartouche de gaz.

COURANTS ET VENTS DOMINANTS

Pas de courant notable sur le site de pratique. Vent du Nord non impactant, pour l'activité. Exposition à de fortes vagues par vent de Sud-Sud Est, pouvant créer des "trous" nécessitant d'adapter la progression.

DIFFICULTÉS PARTICULIÈRES

Pas de difficulté particulière. Départ de plage et fond de mer, en pente très douce.

Ne pas s'approcher de la digue du port par houle du Sud / Sud-Est. Prudence si sortie de bateaux, par le chenal devant le Yacht Club.

MOYENS DE SECOURS À PROXIMITÉ

Postes de secours au niveau des boutiques du Couchant et de l'immeuble du Rayon Vert en période estivale. Hors période d'ouverture des postes de secours, il est nécessaire de prendre un véhicule pour aller chercher un défibrillateur en ville. Le plus proche est celui situé 578 av R.Fagès (magasin Lidl). Caserne des pompiers av de la petite Motte (tél: 04 67 56 77 09).



La Fédération Française de la Randonnée Pédestre déconseille fortement la pratique individuelle. Au travers de cette fiche, la Fédération fournit des indications sur les conditions de pratique et ne saurait être tenue responsable des évolutions du site liées aux conditions météorologiques ou aux activités humaines pouvant modifier son état.