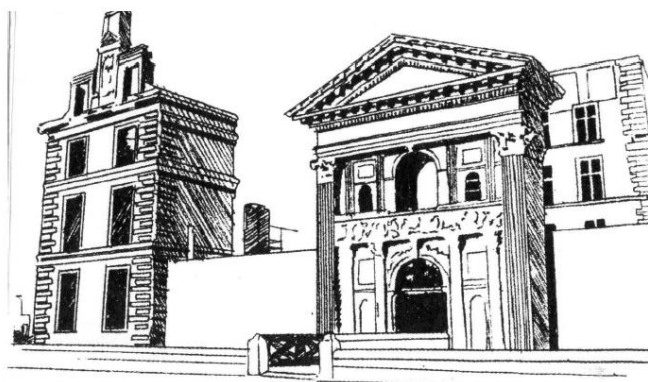


ARTS SPORTS ET LOISIRS

En PAYS D'AIGUES



SECTION RANDONNEE

Tel : 06 80 23 52 35

RANDONNEES PEDESTRES - 4ème trimestre 2017

TOUS LES DEPARTS SE FONT DE LA PLACE ST CHRISTOPHE A LA TOUR D'AIGUES ET LES DISTANCES SONT EVALUEES JUSQU'AU POINT DE DEPART RANDONNEE ET RETOUR

COTATIONS PAR DIFFICULTES : PENIBILITE

TECHNIQUE Rien si pas de technique

P1 SENTIER PLAT SUR TERRAIN AGREABLE

T1 SENTIER EN BALCON OU PASSANT DANS DES ROCHERS FACILES

P2 LONG TRAJET AVEC DENIVELLATIONS FREQUENTES

T2 SENTIER AVEC RESSAUTS EXPOSES

P3 SENTIER AVEC PASSAGES PENIBLES

T3 RESSAUTS ROCHEUX PARFOIS EQUIPES ET DELICATS

Participation de 0,05€ par km et par personne transportées pour le covoiturage (péage partagé en sus)

La participation de chacun aux randonnées proposées s'effectue sous sa propre responsabilité : la personne doit apprécier ses capacités personnelles et sa résistance physique afin d'être en adéquation avec la cotation de la randonnée, les sorties étant organisées par des accompagnateurs bénévoles, ceux-ci ne peuvent être tenus responsables.

DATE : SAMEDI 16 septembre 2017

DEPART : 8h00 - DUREE : 4h45 - LONGUEUR : 13 km - DISTANCE AR : 135 km - COVOITURAGE : 6,7 €

DENIVELLE : 465 m - COTATION : P2 T1 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CHABENAT 06 70 03 06 04

DESCRIPTION : **COTE BLEUE – LA REDONNE (13)** : Départ du parking avant la garde SnCF, port de la Redonne vers Mejean par la côte bleue, calanque de l'Everine, vallon de Perussier, puis St Antoine et retour au parking.

Pensez à amener votre maillot de bain pour ceux qui veulent se baigner à la calanque de l'Everine.

Carte IGN 31440T

DATE : DIMANCHE 24 septembre 2017

DEPART : 8h00 - DUREE : 4h00 + baignade - LONGUEUR : 12 km - DISTANCE AR : 300 km - COVOITURAGE : 15 €

DENIVELLE : 20 m - COTATION : P1 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 04 90 07 76 24

DESCRIPTION : **CAMARGUE - PLAGES DE LA COMTESSE ET PHARE DE LA GACHOLE (13)**

Parking au Pertuis de la Comtesse, cheminement le long de la plage (prévoir maillot, chaussures d'eau et serviette).

Retour par le phare de la Gacholle. Aucun dénivelé, piste et marche dans le sable. Grandes plages de sable et étangs de Camargue.

DATE : SAMEDI 30 septembre

DEPART : 8h00 - DUREE : 5h00 - LONGUEUR : 14 km - DISTANCE AR : 100 km - COVOITURAGE : 5 €

DENIVELLE : 200 m - COTATION : P1 T1 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CHABENAT 06 70 03 06 04

DESCRIPTION : **SALON DE PROVENCE – LES BORRIES (13)** :

Départ du parking avant la SPA – divers borries – les Gaussiers, la Postorale, Fouques – la tour de vigie avec vue sur Pelissanne, abbaye de St Croix et retour par le même chemin. Randonnée sur les hauteurs de Salon de Provence.

Carte IGN 31430T

DATE : DIMANCHE 8 OCTOBRE 2017

DEPART : 8h00 - DUREE : 5h10 - LONGUEUR : 13 km - DISTANCE AR : 132 km - COVOITURAGE : 6,5 € + péage

DENIVELLE : 595 m - COTATION : P2 T1 - ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 80 23 52 35

DESCRIPTION : **SAINTE BAUME SUD – LE PETIT TUNY (13)**

Départ du Prieuré de ST Jean de Garguier près de Gemenos, passage dans le vallon des Seignors, ensuite montée un peu raide jusqu'aux crêtes qui permettent d'avoir une vue dégagée sur le Galaban, la vallée de l'huveaune et le pic de Bertagne. Pique-nique au soleil au cabanon du Tunny et retour par un autre vallon, celui de St Clair.

En résumé, une boucle originale évitant les pistes et passant par des sentiers non balisés pour une rando non proposée jusqu'à présent.

DATE : DIMANCHE 15 OCTOBRE 2017

DEPART : 8h00 - DUREE : 5h00 - LONGUEUR : 13 km - DISTANCE AR : 130 km - COVOITURAGE : 6,5 € + péage

DENIVELLE : 516 m - COTATION : P2 T1 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 04 90 07 76 24

DESCRIPTION : **LE GRAND CAUNET – LE VIEUX ROQUEFORT ET LA CHAPELLE ST ANDRE (13)**

Départ du parking du Grand Caunet – GR 51 et 98, puis vestiges du vieux Roquefort, château de Roquefort, chapelle st André et retour par le Moutonnier, promenade aérienne. Du vieux Roquefort, magnifique panorama sur la chaîne de l'Etoile, le Galaban, la Ste Victoire, la barre du Cengle, les dents de Roque Forcade et la Ste Baume.

Du Moutonnier, vue sur cap Sicié, et ile des Embiez.

DATE : DIMANCHE 22 OCTOBRE 2017

DEPART : 8h00 - DUREE : 5h00 - LONGUEUR : 15 km - DISTANCE AR : 150 km - COVOITURAGE : 7,5 €

DENIVELLE : 400 m - COTATION : P2 T1 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 04 90 07 76 24

DESCRIPTION : **MAZAUGUES – SAINTE BAUME – GLACIERE PIVAUT (83)**

Départ de Mazaugues en bout de St Baume – le prés d'Oremus - clos de l'Héritière – glacière Pivaut – retour par Venelle.

Belle randonnée conduisant à la glacière Pivaut (datant de 1880) magnifiquement restaurée.

CARTE IGN

DATE : DIMANCHE 29 OCTOBRE 2017

DEPART : 8h00 - DUREE : 5h40 - LONGUEUR : 12 km - DISTANCE AR : 210 km - COVOITURAGE : 10,5 € + péage

DENIVELLE : 714 m - COTATION : P2 T2 - ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 80 23 52 35

DESCRIPTION : **MONT CAUME ET SON TOUR (région nord de Toulon) (83).**

La randonnée permet de visiter le Mont Caume, le plus haut sommet dominant la rade de Toulon ainsi que toute une batterie de fortifications. Ce sommet très aride à 784 m jouit d'une vue exceptionnelle, la randonnée partira certainement du col du corps de Grade près d'Evenos, passera par le sommet par une montée en sous-bois, une grande visite des fortifications et un retour par l'est et le sud en passant par Le Revest des eaux.

A ma connaissance, n'a pas été proposée.

DATE : DIMANCHE 5 NOVEMBRE 2017

DEPART : 8h00 - DUREE : 5h00 - LONGUEUR : 14 km - DISTANCE AR : 100 km - COVOITURAGE : 5 €

DENIVELLE : 400 m - COTATION : P2 T1 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 04 90 07 76 24

DESCRIPTION : **MONTS DU VAUCLUSE – LIOUX et la FALAISE de la MADELEINE (84)**

Départ du Moulin de Lioux – plan des Yves – chapelle St madeleine – croix de la Lave – combe de Font Jouvale, retour par les crêtes de la Madeleine. Beaux panoramas sur les massifs du plateau de Vaucluse.

DATE : SAMEDI 11 NOVEMBRE 2017

DEPART : DUREE : LONGUEUR : km DISTANCE AR : km COVOITURAGE €

DENIVELLE : m COTATION : ACCOMPAGNATEUR :

A voir si proposition

DATE : SAMEDI 18 NOVEMBRE 2017

DEPART : 8h00 - DUREE : 4h30 - LONGUEUR : 14 km - DISTANCE AR : 94 km - COVOITURAGE : 4,7 €

DENIVELLE : 400 m - COTATION : P2T1 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CHABENAT 06 70 03 06 04

DESCRIPTION : **COLORADO RUSTREL (84)**

Départ du parking du camping, circuit en boucle - croix de Cristol – Pourras – le Grand Plan – Barriès – colorado de Rustrel – Bouvène puis retour au parking.

Carte IGN 3242OT

DATE : DIMANCHE 26 NOVEMBRE 2017

DEPART : 8h30 - DUREE : 5h30 - LONGUEUR : 15,5 km - DISTANCE AR : 80 km - COVOITURAGE : 4 €

DENIVELLE : 550 m - COTATION : P2T1 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 04 90 07 76 24

DESCRIPTION : **PETIT LUBERON – FONT DE L'ORNE ET ROCHER CROIX DE FER (84)**

Parking de Font de L'Orne, montée par la combe de l'Euse, rocher Croix de fer, descente Jas de Boudillon, Peyre plate, excursion jusqu'au vieux Mérindol et retour par le GR.

Belle randonnée ou la vue sur la vallée de la Durance est magnifique.

DATE : DIMANCHE 3 DECEMBRE 2017

DEPART : 8h00 - DUREE : 5h00 - LONGUEUR : 10,6 km - DISTANCE AR : 144 km - COVOITURAGE : 7,2 €

DENIVELLE : 769 m - COTATION : P3T3 - ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 80 23 52 35

DESCRIPTION : **CALANQUES LUMINY – ŒIL DE VERRE – CANDELLE (13) :**

Départ du parking de Luminy - cheminement facile sur le plateau jusqu'à la corniche qui passe sous la Candelle, ensuite chemin dégradé en légère descente jusqu'à la mer et la magnifique Calanque des Pierres Tombées. Se présente le magnifique passage à l'œil de verre qui a été fermé plusieurs années et rééquipé (chaîne), puis une montée raide dans le val vierge très sauvage avec une partie haute où il faut s'aider des mains sur 2 passages dans la cheminée du Diable. Les difficultés sont terminées en arrivant au col des Charbonniers. Pique-nique, puis fin de montée tranquille vers le col de la Candelle.

La partie finale se fera par la descente sur un chemin très caillouteux mais tranquille vers Luminy.

En résumé, randonnée sportive avec deux passages plus délicats. Il n'y a pas de gros danger dans les passages, simplement déconseillés aux personnes n'ayant pas le pied sûr et la montée est assez exigeante. Par contre les vues et les décors sont à la mesure de l'effort.

DATE : SAMEDI 9 DECEMBRE 2017

DEPART : 8h00 - DUREE : 4h30 - LONGUEUR : 13 km - DISTANCE AR : 68 km - COVOITURAGE : 3,4 €

DENIVELLE : 430 m - COTATION : P2T1 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CHABENAT 06 70 03 06 04

DESCRIPTION : **ROSCALIERE – SAIGNON (84)**

Départ du parking du Plateau de Roscalière – la Batie - neuve, visite des 4 Bories, Roudaret, Saignon, Roscalière et retour au parking
Carte IGN 3242ET

Pour ceux qui ne sont pas encore inscrits, merci de penser à le faire.

Pour les nouveaux, attention de choisir un itinéraire en adéquation avec vos possibilités et attention la randonnée n'est qu'une question d'entraînement régulier.

Pour ceux qui reprennent une activité après un long arrêt, attention de s'entraîner un peu avant de refaire des randonnées sur la journée.