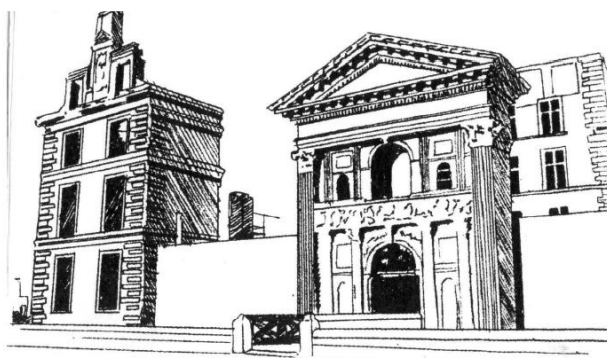




ARTS SPORTS ET LOISIRS

SECTION RANDONNEE

EN PAYS D'AIGUES

Valérie 06 51 63 70 33

René 06 74 55 97 11

RANDONNEES PEDESTRES 1er trim 2026

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 pour responsables.

DATE : DIMANCHE 11 JANVIER 2026

DEPART : 8h30 DUREE : 5h30 LONGUEUR : 17 km DISTANCE AR : 95 km COVOITURAGE : 4,5 €

DENIVELE : 300 m COTATION : P1 T1 ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : Entre Allemagne-en-Provence et Montagnac-Montpezat (Alpes de Haute-Provence)

Départ du parking du château d'Allemagne-en-Provence. Une boucle vers Montagnac en passant par la chapelle Saint-Marc, le plateau de Puberclaire, Montagnac que l'on visite, et retour par le plateau au-dessus de l'ubac du vallon de Montagnac. Circuit sans difficulté technique.

Référence Visorando 13852813 pour détails

DATE : DIMANCHE 18 JANVIER 2026 / Rando Buffet annuel en extérieur

C'est l'occasion de tous se retrouver en extérieur pour notre buffet annuel participatif. J'ai trouvé l'aire de Font Blanche (entre Roquefort et Cuges) dotée d'un grand parking en forêt avec des tables et la possibilité de faire 2 boucles, la boucle de l'après-midi étant plus longue, je verrai s'il y a lieu de la raccourcir, et elle ne sera pas obligatoire pour ceux qui veulent participer au buffet, et qui s'estiment trop justes pour l'après-midi.

DEPART : 8h00 DUREE : 3h + 4h00 LONGUEUR : 8,2 + 12,6 km DISTANCE AR : 150 km

COVOITURAGE : 7,5€ + péage

DENIVELE : 241m + 431 m COTATION : P1 T1 et P2 T1 ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 74 55 97 11

DESCRIPTION : 2 boucles au départ de l'aire de Font Blanche (Roquefort la Bédoule) (13)

La première boucle du matin se nomme : Tour des Barres de Font Blanche : parcours en forêt avec beaux panoramas face sud Ste Baume plutôt facile.

La deuxième boucle l'après-midi se nomme : le Montounnier au départ de Font Blanche : passage à la belle chapelle St André puis au sommet du Montounnier avec très belles vues vers la Ciotat, et le sud Ste Baume plutôt moyen.

L'association fournit les boissons et la Galette des Rois, nous comptons sur vous pour garnir le reste du buffet en salé ou en sucré.

DATE : DIMANCHE 25 JANVIER 2026

DEPART : 8h30 DUREE : 4h30 LONGUEUR : 13,1 km DISTANCE AR : 65 km COVOITURAGE : 3,3 €

DENIVELE : 370 m COTATION : P1-P2 T1 ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 74 55 97 11

DESCRIPTION : boucle des Crêtes Vautubières au départ de Rians (83). Cette rando programmée au trimestre précédent n'avait pas pu être faite.

Rando très agréable avec de belles vues sur les massifs provençaux et une belle plaine agricole cachée. Le départ se fait à proximité de Rians (départ inhabituel pour cette rando) niveau facile à moyen.

DATE : DIMANCHE 1 FEVRIER 2026

DEPART : 8h00 DUREE : 5h00 LONGUEUR : 14 km DISTANCE AR : 150 km COVOITURAGE : 7,5 €

DENIVELE : 700 m COTATION : P3 T2 ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : Marseilleveyre et Malvallon Sud depuis la Fontaine de Voire (Calanques Marseille)

Parking boulevard Louis Pierotti à Marseille. Randonnée très sportive offrant de belles vues aériennes ainsi qu'un cheminement dans la sinuosité des vallons. La Fontaine de Voire et la Fontaine de Bres sont les uniques sources de l'ensemble du massif. Nous pique-niquerons au belvédère de Titou Ninou. Circuit exigeant. Bons marcheurs.

DATE : DIMANCHE 8 FEVRIER 2026

DEPART : 8h30 DUREE : 6h00 LONGUEUR : 15 km DISTANCE AR : 70 km COVOITURAGE : 3,50 €

DENIVELE : 500 m COTATION : P2 T1 ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : **Autour de BONNIEUX** (Luberon)

Randonnée principalement sous les chênes, au départ de Bonnieux, jalonnée de murs de pierres, vestiges d'une occupation passée. Nous cheminerons sur un pont à coquille, dans la combe de Lourmarin, puis sous la Tour Philippe (un utopiste), proche d'un village gaulois, et toujours avec des vues sur le Mourre Nègre, le Ventoux, la Sainte Victoire.

Aucune difficulté technique.

Référence Visorando 263530 pour détails

DATE : DIMANCHE 15 FEVRIER 2026

DEPART : 8 h30 DUREE : 5h00 LONGUEUR : 14 km DISTANCE AR : 74 km COVOITURAGE : 3,70 €

DENIVELE : 220 m COTATION : P1 T1 ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : **Boucle entre LACOSTE et MENERBES** (Luberon Nord 84)

Randonnée facile sur des chemins assez inhabituels des communes de LACOSTE, GOULT et MENERBES. Un survol de près de 10 siècles entre la chapelle Saint Véran, le quartier des Bories avec la grande Borie de Mourre Blanc, les abords des carrières de Soubeyran et ceux de l'ancienne abbaye Saint Hilaire (beau panorama sur le petit Luberon nord). Retour sur Lacoste par le château du marquis de Sade.

Référence Visorando 19163238 pour détails.

DATE : DIMANCHE 22 FEVRIER 2026

DEPART : 8H00 DUREE : 5H30 LONGUEUR : 15 km DISTANCE AR : 100 km COVOITURAGE : 5€

DENIVELE : 600 m COTATION P2 T2 ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : **LE VALLON DE COMBRES au départ d'OPPEDE LE VIEUX** (Petit Luberon)

Départ du village médiéval d'Oppède. Montée du vallon dans une forêt de majestueux cèdres de l'Atlas entre les falaises, passage d'un éboulis pour atteindre une courte corniche, progression par quelques passages escarpés vers la route de crêtes. Descente assez raide par le Mourre de Flamarin, puis cheminement par de petites montées et descentes successives le long de jolis mas jusqu'au village.

Référence Visorando 27820 pour détails

DATE : DIMANCHE 1er MARS 2026

DEPART : 8 h00 DUREE : 6h00 LONGUEUR : 15 km DISTANCE AR : 150 km COVOITURAGE : 7,5 €

DENIVELE : 700 m COTATION : P3 T2 ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : Plateau de Castel Vieil et belvédère d'En Vau. (Calanques Cassis)

Départ du Parking de Carpiagne. Col de la Gardiole, descente sur la calanque d'En Vau, remontée au plateau de Castel Vieil, on en fait le tour et on monte au belvédère d'En Vau. Retour par le col de l'Oule. Des vues extraordinaires et un circuit exigeant typique des calanques. Circuit exigeant. Bons marcheurs. Je ferai une reconnaissance avant, il est donc possible que je modifie quelque peu. Je vous tiendrai au courant.

DATE : DIMANCHE 8 MARS 2026

DEPART : 8 h00 DUREE : 5h30 LONGUEUR : 12 km DISTANCE AR : 135 km COVOITURAGE : 6,5 €

DENIVELE : 600 m COTATION : P3 T3 ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 74 55 97 11

DESCRIPTION : Rando aventure Calanques : Tête Homme, col de l'Ui l'Ai en passant par les crêtes de Sormiou (13)

Très belle Rando inédite et physique pour marcheurs étant habitués aux Calanques et terrains escarpés, sur sentiers parfois non balisés, il n'y a pas de grand vide mais il faut parfois mettre les mains pour des passages escarpés, le départ et retour se font à partir des Baumettes.

DATE : DIMANCHE 15 MARS 2026

DEPART : 8h00 DUREE : 6h00 LONGUEUR : 18,2 km DISTANCE AR : 50 km COVOITURAGE : 2,5 €

DENIVELE : 373 m COTATION : P1 T1 ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 74 55 97 11

DESCRIPTION : boucle autour de Vernegues (13)

Rando agréable avec de bons commentaires dans une boucle de proximité au départ de Vernègues entre chapelles et château. Il n'y a aucune difficulté sauf que la rando est un peu plus longue qu'habituellement.

DATE : DIMANCHE 22 MARS 2026

DEPART : 8H00 DUREE : 6H55 LONGUEUR : 16,5 km DISTANCE AR : 109 km COVOITURAGE : 5,50 €

DENIVELE : 770 m COTATION : P2 T2 ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : **Boucle du MONT AURELIEN par le Rocher de Onze Heures et MONT OLYMPE** (Pourrières 83)

Randonnée en sous-bois et en crête passant par le rocher de Onze Heures, l'Olympe et le Mont Aurélien avec une vue dégagée sur la Sainte-Victoire, la Sainte Baume, le Regagnas.

DATE : DIMANCHE 30 MARS 2026

DEPART : 8H00 DUREE : 5H30 LONGUEUR : 14km DISTANCE AR : 128 km COVOITURAGE : 6,40 €

DENIVELE : 450 m COTATION : P2 T2 ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : **COMBE DE CAPELLAN** (VENASQUE 84)

Visite de la Combe de Capellan rocheuse et aérienne, puis de la Combe de la Fontaine du Rupt, boisée et plus humide. Points de vue sur le Comtat et bien sûr l'inévitable Ventoux. En fin de randonnée, possibilité de visiter le village de Venasque, merveille médiévale.

Référence Visorando 93085 pour détails

Nous vous présentons tous nos meilleurs vœux pour cette nouvelle année et nous sommes impatients de vous retrouver sur les chemins le 11 janvier 2026 !

N'oubliez pas la Rando Buffet annuel pour tous (il faudra s'inscrire par mail 1 semaine avant, afin d'évaluer le nombre de présents).

N'oubliez pas Le WEEK-END PENTECOTE organisé par Valérie 06 51 63 70 33

DATE : 23-24-25 MAI 2026. A retenir !

Et pour le week-end Champsaur organisé par René les 13 et 14 juin 2026, il reste encore 7 places !