

## PROGRAMME DU PREMIER TRIMESTRE 2026

### RANDO A LA ½ JOURNEE

Accompagnateurs à contacter pour : signaler votre participation, demande de précisions sur lieu du RDV, sur le parcours, retard exceptionnel, covoiturage etc....

ALEU Paulette 07 44 54 25 32 ; viviane Arbusa 06 44 78 27 18 ; Annie MILLAN 06 81 30 24 79 ;

Lucienne MILLERET 06 73 14 81 25 ;; Brigitte Goisset 06 72 03 77 43 Rose-Marie 06 47 79 83 04

Gilles Gilbert 06 79 63 87 51

Le vocabulaire des cotations			
Pénibilité		Technicité	
<b>P1</b>	Chemins ou sentiers plats, sur terrain souple et agréable.	<b>T1</b>	Sentier en balcon ou passant dans des rochers près d'escarpements.
<b>P2</b>	Longs trajets avec dénivellations fréquentes.	<b>T2</b>	Sentiers gravissant des ressauts rocheux faciles ou exposés, demandant un minimum d'attention.
<b>P3</b>	Longs trajets avec sentiers comportant des passages avec éboulis en descentes ou montées.	<b>T3</b>	Ressauts rocheux parfois longs et délicats, équipés de câbles et demandant une grande concentration.
<p>▼ Le programme des marches ci après est établi à titre prévisionnel. Des événements imprévus peuvent amener à des changements, pensez à vous renseigner au préalable. Les informations fournies pour se rendre sur le lieu de RDV ne correspondent pas toujours aux attentes de chacun. Il n'est donc pas interdit de consulter une carte routière pour s'y rendre. <u>En début de saison, bien vouloir fournir:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Un certificat médical autorisant la pratique de la marche ou bien l'attestation jointe.</li><li>• La déclaration jointe complétée.</li></ul>			

Vendredi 9 janvier 2026				
BOUC BEL Air : Bois communal de Bouc			Accompagnateurs	Brigitte
<b>RDV</b>	<b>lieu</b>	<b>Bouc</b>	Parking des Terres Blanches	<b>13H30</b>
	<b>Commentaires pour s'y rendre</b>			
<b>Caractéristiques du parcours</b>	<b>5.7km/7km 90m</b>	Vous verrez des maisons typiques. Vous surplomberez la ville de Gardanne, ses terrils, ses usines..... tout en profitant des senteurs de la forêt. Possible d'allonger le parcours jusqu'à 7 km environ en fonction de la forme du groupe.		

vendredi 16 janvier 2026				
VENTABREN : Acqueduc de Roquefavour			Accompagnateurs	Viviane
<b>RDV</b>	<b>lieu</b>	<b>Ventabren</b>	Parking chasseurs	<b>13h30</b>
	<b>Commentaires pour s'y rendre</b>	Traverser Ventabren vers l'acqueduc D64 et à 1.8km du centre village .chemin a G.		
<b>Caractéristiques du parcours</b>				

jeudi 22 janvier 2026				
<b>Puyricard : Après midi récréative</b>			<b>Accompagnateurs</b>	
<b>RDV</b>	<b>Lieu</b>	<b>Puyricard :</b>	Parking de la salle des fêtes.	<b>14H</b>
	<b>Commentaires pour s'y rendre</b>	Salle des fêtes		
<b>Caractéristiques du parcours</b>		Après-midi récréative avec un spectacle amateur du groupe les masques d'or de Venelles « une semaine à Paris ». Suivi d'une collation. Moment d'échange et de convivialité. Participation 16€.		

vendredi 23 janvier 2026				
<b>MIMET : dans les bois de Mimet</b>		<b>Accompagnateurs</b>	Paulette	
<b>RDV</b>	<b>lieu</b>	<b>Mimet</b>	Moulière Château bas parking Tennis.	<b>13h30</b>
	<b>Commentaires pour s'y rendre</b>		Aix→Gardanne→Biver→ Mimet→ 20m après Rond point D8/D58 A G Dir « Moulière » puis à D dir « château bas »	
<b>Caractéristiques du parcours</b>		Parcours à la discrétion de Paulette		

Vendredi 30 janvier 2026				
<b>BEAURECUEIL : Les bois</b>		<b>Accompagnateurs</b>	Annie & Lucienne	
<b>RDV</b>	<b>lieu</b>	<b>Beaurecueil</b>	Maison de retraite	<b>13H30</b>
	<b>Commentaires pour s'y rendre</b>	RDV maison de retraite de Beaurecueil et reprise des véhicules pour se rendre au départ.		
<b>Caractéristiques du parcours</b>		Circuit sans dénivelé de 2h environ		

Vendredi 6 février 2026				
<b>ROGNES : Caire Val</b>		<b>Accompagnateurs</b>	Viviane	
<b>RDV</b>	<b>lieu</b>	<b>Rognes</b>	Gare routière	<b>13h30</b>
	<b>Commentaires pour s'y rendre</b>	Entrée de Rognes, sur la droite, en venant d'Aix. Ensuite prise des voitures pour se rendre à Caireval		
<b>Caractéristiques du parcours</b>	<b>P1/T1 7 km Déniv : 180 m</b>	Balade dans le massif de la chaîne des côtes, principalement sur DFCI. 4km de montée régulière et sans difficulté.		

Vendredi 13 février 2026				
MIMET : Col ste Anne domaine verrerie			Accompagnateurs	Paulette
RDV	lieu	Mimet	Parking de la pignatelle/col ste Anne	13H30
	Commentaires pour s'y rendre	Aix Mimet		
Caractéristiques du parcours		Circuit de 2h environ.		

vendredi 20 février 2026				
ROGNES : Bassin de st Christophe vallon du Ru			Accompagnateurs	Rose-Marie
RDV	lieu	Rognes	Au nord de Rognes : parking en face du bassin de st Christophe	13h30
	Commentaires pour s'y rendre	Par Rognes ou bien par Le Puy ste Réparade dir La Roque d'Antheron		
Caractéristiques du parcours	7.8km 260m	circuits uniquement sur DFCI. Ct visorando 31848395		

Vendredi 27 février 2026				
St Marc de Jaumegarde : les 2 barrages			Accompagnateurs	Paulette
RDV	lieu	St Marc	Barrage de Bimont	13H30
	Commentaires pour s'y rendre			
Caractéristiques du parcours	7.6km P1T1	Départ par le barrage de Bimont et après une belle descente sur Zola on remonte pour longer les falaises où coule en bas la rivière de « la Cause ».		

Vendredi 6 mars 2026				
MEYRARGUES : Le pas de l'étroit			Accompagnateurs	Annie & Lucienne
	lieu	Meyrargues	Parking du cimetière	13h30
	Commentaires pour s'y rendre	Aix → autor sisteron → stie Meyrargues → premier RP à D → en entrant dans le village route à droite qui monte au château. Parking en redescendant 50m sur la D.		
	P1 / T1 6.4 Km Dénivelé 150 m	Superbes vues sur le château dominant le village, sur la vallée de la Durance, le Luberon, la Sainte Victoire et au loin les Alpes enneigées. Vues qu'il faudra mériter par un départ dont la pente est assez prononcée, mais après que du bonheur !		

Vendredi 6 Mars 2026				
TRETS St jean du Puy vers mont Piveau			Accompagnateurs	Gilbert & André
RDV	lieu	Trets St jean du Puy	Parking au bas du prieuré	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	Aix→N7 vers Nice→Trets dir St Zacharie D12 . Passer Kirbon et au monument des légionnaires sur la G prendre le DFCI carrossable. continuer 2.2km jusqu'au parking de St Jean. <i>(ne pas monter au prieuré en voiture)</i>		
Caractéristiques du parcours	P1/T1 6Km Déniv : 120 m IBP	Petit parcours le matin dans les bois et les vignes principalement sur DFCI. Le midi repas pieds-paquets préparés par Claude (participation demandée). Nos amis marcheurs <b>nés en Nov Dec Janv &amp; Fev</b> fêteront leur année de plus en vous offrant l'apéro et les desserts. Chaises, tables, seront sur place à l'ermitage mis à notre disposition. (Pour ceux qui n'aiment pas les pieds-paquets, le barbecue sera à disposition.) <u>Inscription obligatoire une semaine avant auprès de Claude.</u>		

Vendredi 13 mars 2026				
MIMET : La vigie du grand Puech			Accompagnateurs	Paulette
RDV	lieu	Mimet	Parking de la pignatelle/col ste Anne	13H30
	Commentaires pour s'y rendre	Aix Mimet		
Caractéristiques du parcours	6.5km 240m	Circuit sur DFCI uniquement sans difficulté. Belles vues sur la ste Victoire et la ste Baume		

Vendredi 20 mars 2026				
LAMBESC : suferchoix			Accompagnateurs	viviane
RDV	lieu	Lambesc	Avenue du 8 mai 45	13H30
	Commentaires pour s'y rendre	Au premier RP en rentrant dans Lambesc. Sur la D. (caserne des pompiers. Puis reprise des véhicules pour se rendre au départ		
Caractéristiques du parcours		??		

Vendredi 27 mars 2026				
SIMIANE COLLONGUE : Le chemin de Bedouffe			Accompagnateurs	Brigitte
RDV	lieu	Simiane Collongue	Chemin de Bedouffe	13h30
	Commentaires pour s'y rendre			
Caractéristiques du parcours		A la discrétion de Paulette & Brigitte		