

PROGRAMME DU DEUXIEME TRIMESTRE 2024

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 06 44 08 74 14 ACEDO Annie 06 31 79 75 ARBUSA Viviane 06 44 78 27 18 GOISSET Brigitte 06 72 03 77 43 Gilles Gilbert 06 79 63 87 51 Luc Moschen 06 78 10 25 89

Le vocabulaire des cotations			
Pénibilité		Technicité	
P1	Chemins ou sentiers plats, sur terrain souple et agréable.	T1	Sentier en balcon ou passant dans des rochers près d'escarpements.
P2	Longs trajets avec dénivellations fréquentes.	T2	Sentiers gravissant des ressauts rocheux faciles ou exposés, demandant un minimum d'attention.
P3	Longs trajets avec sentiers comportant des passages avec éboulis en descentes ou montées.	T3	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. En début de saison, bien vouloir fournir:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Un certificat médical autorisant la pratique de la marche ou bien l'attestation jointe. • La déclaration jointe complétée. 			

vendredi 5 avril 2024				
GREASQUE : Le Puits Bonnaventure			Accompagnateurs	Paulette
RDV	lieu	Greasque	Complexe sportif	13h30
	Commentaires pour s'y rendre			
Caractéristiques du parcours		Balade en forêt de Gréasque à la découverte des vestiges du puits Bonnaventure.		

Vendredi 12 avril 2024				
BEAURECUEIL : Balade en forêt			Accompagnateurs	Annie Acedo
	lieu	Beaurecueil	Parking après la maison de retraite	13H30
	Commentaires pour s'y rendre			
	P1 / T1 Km Dénivelé m	Annie vous fera découvrir un circuit plat inédit de 2H environ à travers bois.		

Vendredi 19 avril 2024				
MEYRARGUES : Le pas de l'étroit			Accompagnateurs	Viviane A
<i>RDV</i>	<i>lieu</i>	Meyrargues	Parking du cimetière	13h30
	<i>Commentaires pour s'y rendre</i>	Aix → autor susteron → 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 26 avril 2024				
SIMIANE COLLONGUE : Le chemin de Bedouffe			Accompagnateurs	Brigitte
<i>RDV</i>	<i>lieu</i>	Simiane Collongue	Chemin de Bedouffe	13h30
	<i>Commentaires pour s'y rendre</i>			
<i>Caractéristiques du parcours</i>		A la discrétion de Brigitte & Paulette		

Vendredi 3 mai 2024				
MIMET : La tête du grand Puech			Accompagnateurs	Paulette
<i>RDV</i>	<i>lieu</i>	Mimet	Parking du col ste Anne	13h30
	<i>Commentaires pour s'y rendre</i>	Aix → Gardanne → Mimet. Avant le village dans une large courbe prendre à droite le chemin de la glacière puis le chemin de pignatelle. Parking avant la barrière.		
<i>Caractéristiques du parcours</i>		Environ 6.8 km AR. Circuit défini par Paulette		

Vendredi 17 mai 2024				
VITROLLES : La source de l'Infernet			Accompagnateurs	Luc
<i>RDV</i>	<i>lieu</i>	Aix les Milles	Parking supermarché Carrefour au poste à essence	13h30
	<i>Commentaires pour s'y rendre</i>			
<i>Caractéristiques du parcours</i>		Du parking de Carrefour covoiturage jusqu'au départ de la rando. Parcours plat et très ombragé le long de la rivière jusqu'à l'endroit où jaillit la source. Prévenir Luc au plus tard le jeudi soir afin qu'il puisse s'organiser.		

Vendredi 24 mai 2024				
BOUC BEL Air : Bois communal de Bouc			Accompagnateurs	Brigitte
RDV	lieu	Bouc	Parking des Terres Blanches	13H30
	Commentaires pour s'y rendre	Dans Bouc suivre les panneaux indiquant cette salle de spectacle		
Caractéristiques du parcours	5.7km 90m	Vous verrez des maisons typiques. Vous surplomberez la ville de Gardanne, ses terrils, ses usines..... tout en profitant des senteurs de la forêt.		

Vendredi 31 mai 2024				
VENELLES : Ancien canal du Verdon			Accompagnateurs	Viviane
RDV	lieu	Venelles	Parking complexe sportif (premier parking)	13H30
	Commentaires pour s'y rendre	Sortie venelles. À droite et immédiatement à G comme pour reprendre l'autoroute vers Sisteron. Voie à D avant de s'engager sur l'autoroute.		
Caractéristiques du parcours				

vendredi 7 juin 2024				
Carro : vers la Anse de Laurons			Accompagnateurs	Paulette
RDV	lieu	Carro	Parking du Port Marché aux poissons	8H45
	Commentaires pour s'y rendre	Autoroute de Martigues. Stie Carry Sausset et aller jusqu'au bout à Carro.		
Caractéristiques du parcours		Balade en bordure de mer jusqu'à la Anse de Laurons. Pique-nique sur l'aire devant la plage		

Jeudi 13 juin 2024				
VENELLES : Pique-nique			Accompagnateurs	
RDV	lieu	Venelles	Parking du parc des sports	11h30
	Commentaires pour s'y rendre	Sortie venelles. À droite et immédiatement à G comme pour reprendre l'autoroute vers Sisteron. Voie à D avant de s'engager sur l'autoroute		
Caractéristiques du parcours		Apero offert par l'ANR. Pique nique avec Barbecue. AM détente pétanque ou autres		