

PROGRAMME DU DEUXIÈME TRIMESTRE 2026

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

Gilles Gilbert 06 79 63 87 51 Chapel André 06 79 60 97 13 Claude Berthoumieux 06 88 91 04 98

Vincent Del Guidice 06 73 21 12 59 Jean-louis Vitale 06 77 93 98 54 Viviane Pardo 06 86 91 81 00 ,

Christian Mori 04 42 20 38 44 ou 06 89 30 15 35 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.
▼ 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.			

Vendredi 3 avril 2026				
St ZACHARIE : Les sources de l'Huveaune			Accompagnateurs	Vincent & Jean-Louis
RD	Lieu Pas de Peyruis	St Zacharie	Bordure D480	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	Dans le centre de St Zacharie au niveau d'une pizzeria (à gauche) prendre sur la droite la direction Plan D'Aups et la D 480. Le parking se trouve à 4,8 km environ.		
Caractéristiques du parcours	Dist. 9km Déniv : 350m	Parcours sur sentier agréable. Une partie GR9 et GRP boucle de la Sainte Baume. Accès grotte Castelette plus difficile, mais aller retour facultatif. Pour les amateurs prendre une lampe. Montée sur rive droite et descente sur rive gauche, et ensuite parcours commun.		

Vendredi 10 avril 2026				
MARTIGUES : Le mur de la méditerranée			Accompagnateurs	Claude & Vincent
RDV	lieu	St pierre commune de Martigues	Parking après le boulodrome. N43°21'58.864" E5°3'9.925"	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	Aix → Plan de Campagne, Martigues. Direction plage de La Couronne. Sortir à La Couronne et en bas de la bretelle prendre à droite la D49 direction Martigues. Rouler 3 ou 4km arrivés à un rd point prendre à gauche panneau : St Pierre, Les Laurons, la plage, Lavera. Entrée dans ST Pierre, commune de Martigues à un Rd Point aller à gauche Dir le cimetière. On passe un groupe scolaire sur la gauche et on va se garer sur le parking du boulodrome du cercle St Roch.		
Caractéristiques du parcours	P1/T1 Km 12 km Déniv : 200m	Sous-bois, garrigue et vue sur la mer...La balade en pays martégal se fait leçon d'histoire avec les fortifications de la seconde guerre mondiale. C'est ici que commence le mur de la méditerranée édifié entre 1942 et 1944 par les Allemands.		

vendredi 17 avril 2026				
Le castellet : les 4 frères			Accompagnateurs	Jean-Louis & Vivianne
RDV	Lieu	Le Castellet	Parking : maison de la nature, sur la D402	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	(50mn par autoroute 75km) Aix en Pce → Aubagne-> Cuges → le camp, dépasser le circuit du Castellet et le complexe hôtelier, au RP, prendre la 2eme sortie (d402) , prendre immédiatement une petite route sur la droite (ignorer le sens interdit) parcourir environ 1,2km parking sur la gauche,		
Caractéristiques du parcours	P2/T1 11,5Km Déniv :290m	Parcours très agréable et souvent boisé. Visite d'un four à cade, d'un four à chaux et d'une charbonnière. en option pour les plus courageux, la visite du gouffre de maramouyé dont il est difficile de voir le fond.		

Vendredi 24 avril 2026				
MAUSSANE : Le Rocher des Baux			Accompagnateur	Christian & Claude
RDV	Lieux	MAUSSANE les Alpilles	Parking de l'AGORA	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	(50mn 72km) A Maussane : Route des Baux, tourner à G au niveau du camping des Romarins. Parking à 250m à D		
Caractéristiques du parcours	P1/T1 12Km Déniv : 200m	parcours sur pistes et routes sans aucune difficulté qui passe à proximité de propriétés de rêve et de mas authentiques, traverse de nombreuses oliveraies et le golf des Baux		

Jeudi 30 Avril 2026				
LACOSTE : Autour de Lacoste			Accompagnateurs	Luc & André
RDV	lieu	Lacoste	Parking Au cimetière du village	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	(1h 54km) Aix → Rognes, Cadenet, Lourmarin, Bonnieux, Lacoste A Bonnieux, prendre direction APT Cavaillon la D194 sur 3 km environ. A l'intersection avec la D108 prendre à gauche vers Lacoste. A l'entrée du village se garer sur la Pkg du cimetière		
Caractéristiques du parcours	P1 T1 Km 12 / 14 Déniv : 300 m	Parcours souvent ombragé, accessible à tous pour cette superbe balade pleine de découvertes. Nous pourrions voir au fil de l'eau de magnifiques maisons en pierres (Un détour pourra être effectué pour découvrir le lieudit St Véran et ses belles bâtisses). Puis, découverte de la chapelle du même nom. Une boucle de deux Km environ nous permettra de voir de jolies Bories. Si nous ne sommes pas trop pressés de manger, nous pourrions ensuite découvrir une Borie exceptionnelle de plusieurs pièces. C'est là que nous pourrions nous restaurer, voire faire une petite sieste en fonction du temps. Au retour, nous pourrions en option découvrir l'Abbaye de Saint Hilaire avant de profiter des superbes sculptures du château de Lacoste ancienne propriété du Marquis de Sade. La balade se terminera par la visite du village de Lacoste.		

Jeudi 7 mai 2026				
JOUQUES : ND de la Consolation.			Accompagnateurs	André & Christian
RDV	lieu	JOUQUES	Parking Cimetière/Eglise	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	Aix→Peyrolles→Jouques. A l'entrée du village sur la Gauche après avoir franchi le pont sur le ruisseau de st Bachi		
Caractéristiques du parcours	P1/ T1 10.6km Déniv 260m	Au départ petite déambulation dans le village pour ensuite passer par ND de la Roque avec une vue à 360°. Nous rejoindrons ND de la consolation édifice roman du 12° siècle par Bèdes. Nous prendrons notre repas à ND. Vue sur la vallée de la Durance. Nous redescendrons vers Jouques l'après midi.		

Vendredi 15 mai 2026				
Manosque: Col de la mort d'imbert foret et château de Pélissier			Accompagnateurs	Viviane & Vincent
RDV	lieu	Manosque	Parking col de la mort d'imbert	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	1h d'Aix → Autoroute Sisteron stie Manosque. Prendre la direction « Dauphin » D5. (GPS conseillé). Le parking se trouve après le passage au sommet du col (30m). Prendre immédiatement sur la Gauche petite route et de suite à droite. (Ne pas prendre l'impasse). Le parking se trouve à 300m en contrebas.		
Caractéristiques du parcours	P1/T1 9km 230m	Circuit très agréable dans la forêt de Pelissier mi-ombragé sous les pins noirs d'Autriche, pins d'aleps et chênes. Le parcours s'effectue principalement sur sentier souple et DFCI. le repas sera pris dans le « parc » de la bâtisse de Pélissier.		

Vendredi 22 mai 2026				
SALERNES : Les cascades de la Bresque et de Sillans			Accompagnateurs	Jean-Louis & Gilbert
RDV	lieu	Salernes	Parking fléché « baignade municipale »	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	Environ 1H20 à 1H30 d'Aix. Soit Autoroute de Nice sortie Brignoles et dir Carces, Entrecasteaux Salernes. Soit sortie St Maximin dir Barjols Salernes. Soit par la nationale, Jouques Rians Esparon Tavernes Sillans Salernes		
Caractéristiques du parcours	P1/T1 12.9Km Déniv : 300m	La Bresque est une rivière qui présente les mêmes caractéristiques que la source de l'Huveaune. De belles vasques et une eau d'un vert incomparable. Le départ s'effectue sur une chaussée un peu raide mais heureusement assez courte. La suite sur sentier très ombragé chemine à proximité du cours d'eau que l'on abordera aux abords de la cascade de Sillans. Une splendeur ! Le repas sera pris soit au milieu d'une oliveraie soit en bordure de la rivière. Le retour fera un détour en descendant au belvédère où l'on pourra admirer cette magnifique cascade de 40m. La suite sera effectuée en descente sur une ancienne voie ferrée.		

Vendredi 29 mai 2026				
ORGON : ND de Beauregard		Accompagnateurs	Luc & Vincent	
RDV	lieu	ORGON	Parking d'intermarché	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	A Orgon traverser le village, parking d'intermarché.		
Caractéristiques du parcours	P1/T1 Km 12.1 Déniv : 270m	Départ par la traversée du vieux village d'Orgon puis ascension du chemin de croix pour arrivée au purgatoire de ND de Beauregard. Visite du site de ND. On redescend vers le lac et le camping pour cheminer sur le plateau et longer les falaises. Sur le retour visite possible du musée Urgonia (en visite commentée 2.5€/pers)		

Vendredi 5 juin 2026				
VENELLES : Les beaumes fontaine atade		Accompagnateurs	André & Luc	
RDV	lieu	VENELLES	Parking des Cigalons	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	Sortie autoroute « Venelles centre » au stop prendre à D la D13a vers le sud et faire exactement 1.84km pour arriver à un croisement. Prendre à G la D63b et faire exactement 1.53km. Le parking est à D.		
Caractéristiques du parcours	P1/T1 11km Déniv : 215m	<u>Anniversaires pour les mois de Mars avril mai & juin</u> Parcours dans la forêt venelloise du collet blanc et du collet redon. Le repas sera pris au niveau du parc des sports de Venelles, permettant à ceux qui ne pourront pas randonner de nous rejoindre en voiture. Le retour s'effectue uniquement en descente vers le parking de départ.		

Vendredi 12 juin 2026				
St Victoret : Musée de l'aviation et rando des paluns			Accompagnateurs	Gilbert & Claude
RDV	lieu	St Victoret	Parking du musée : 147 bd Barthelemy Abbdie. RDV devant l'entrée du musée. Possibilité de parking.	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	30mn d'Aix. Aix RD 9 Vers Marignane st Victoret. Il est fortement conseillé de mettre son GPS.		
Caractéristiques du parcours	P1/T1 8Km Déniv : 0m	Visite accompagnée par un ancien pilote à partir de 9h45. 5€/pers. A l'issue de la visite 2 possibilités : repas au restaurant à proximité 20€, (buffet hors d'œuvre, aioli ou pieds paquets ou couscous suivant le vendredi, fromage, dessert, vin & café compris). Inscription obligatoire auprès de l'accompagnateur avant le mardi soir précédent. Ou pique nique sur aire dédiée à proximité du musée. A l'issue du repas départ en voiture pour se rendre au départ de la rando (à 13h30) , route de Martigues (RD 568). Parking de la station d'épuration. Premier RP après avoir traversé le canal de Marseille au Rhône, premier rte à D, puis à nouveau à D chemin des macreuses. Aller jusqu'au bout (1.5km qui longe le canal de Marseille). Circuit dans les paluns qui longent l'étang de Bolmon. Prendre les jumelles pour observer la faune. 2 observatoires sur le parcours.		

Jeudi 18 juin 2026				
VENELLES : Pique-nique ANR			Accompagnateurs	
RDV	lieu	Venelles	Piscine parc des sports	11h30
	Commentaires pour s'y rendre	Autoroute Sisteron sortie Venelles. Au stop prendre à D et immédiatement à G dir autoroute Sisteron. Prendre à D avant de rentrer sur l'autoroute.		
Caractéristiques du parcours		l'apéro et le vin offert par l'ANR. le pique-nique tiré du sac. L'AM concours de pétanque (Primé), jeux de cartes ou Bla bla bla		

Vendredi 19 juin 2026				
Vauvenargues col de Porte : Forêt de palliere et du puits d'Auzon			Accompagnateurs	Jean-Louis & Viviane
RDV	lieu	Vauvenargues	Parking 300m après le col de Porte sur la droite ,	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	Au départ d'Aix, prendre Vauvenargues, suivre la D10, dépasser le col des Portes de 300m environ		
Caractéristiques du parcours	P1T1 11.7km Déniv :230m	Le matin montée de 1.8km environ, pour ensuite redescendre dans la forêt de Pallière, sur le chemin de Malivert et le vallon de Ballayre où le repas pourra être pris au niveau de la stèle. Retour sans difficulté dans la forêt du Puy d'Auzon de 3.4km jusqu'au parking.		

Vendredi 26 juin 2026				
VERNEGUES : Boucle dans le passé antique de Vernègues			Accompagnateurs	Claude & Christian
RDV	Lieux	CAZAN	Chapelle St Symphorien	9H15
	Commentaires pour s'y rendre	Aix→DN7. à Cazan prendre D22B sur la G dir Vernegues. Chapelle sortie du hameau sur la D.		
Caractéristiques du parcours	P1/T1 13Km Déniv : 240m	Outre la chapelle du XI siècle dédiée à st Symphorien qui guérit malades et infirmes vous rentrerez dans le site gallo- romain érigé un siècle Avant JC où se trouve le temple de Diane, la chapelle St Cezaire. Vous passerez devant le luxueux pavillon de Ste Victoire propriété du caveau de château bas. On rejoint ensuite le nouveau village de Vernegues, sans oublier de passer ensuite par les ruines du château et de l'ancien village détruit en grande partie par le tremblement de terre du 11 juin 1909.		