

GVRando GARDANNE www.gvrando.com	DIMANCHE 19 MARS 2017		
LIEU	Balade sur les pentes du REGAGNAS	Le REGAGNAS	LE REGAGNAS - ERMITAGE ST JEAN DU PUY
ATTRAIT	Bois, vignes et vues sur la Ste Victoire	Point de vue à 360° sur la sainte Victoire et la sainte Beaume	Vue 360 ° du regagnas - ermitage
NIVEAU	1	1+	2+
DIFFICULTES	<p><u>Durée de marche effective</u> 3h15 environ</p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> : 170m</p> <p><u>Nature du parcours</u> : Pistes et chemins</p> <p><u>Particularités</u> : Aucune, circuit sans difficultés.</p>	<p><u>Durée de marche effective</u> : 4h</p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> : 350m</p> <p><u>Nature du parcours</u> : chemis et pistes et rocher</p> <p><u>Particularités</u> : rocailleux sur la fin du parcours</p>	<p><u>Durée de marche effective</u> : 6h 30</p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> : 630m</p> <p><u>Nature du parcours</u> : bons chemins jusqu'au pas de la couellepuis sentier plus raide avec un passage avec les mains</p> <p><u>Particularités</u> : LONGUEUR 17,5 km Déjeuner tardif <u>entre 13h et 13h30</u> <u>Allure soutenue</u></p>
RENDEZ VOUS	Piscine de Gardanne : 9h00 Départ 9h15	Piscine de Gardanne 8h30 départ 8H45	Piscine de Gardanne 8h15 départ 8H30
MATERIEL	Classique : chaussures montantes obligatoires, bâtons ; prévoir chaud, froid, soleil., votre trousse de secours	Classique : chaussures montantes obligatoires, bâtons ; prévoir chaud, froid, soleil., votre trousse de secours	Chaussures de randonnées obligatoires bâtons recommandés, prévoir LE FROID, trousse de secours personnelle, eau
CONSIGNES	Pas de chiens	Pas de chiens Une navette sera mise en place entre kirbon et le DFCI qui mène à l'ermitage (2.5km)	Pas de chiens Se regrouper dans les véhicules.
TRAJET ROUTIER SUGGERE	Gardanne, Trets. Arrivée à Trets suivre « Trets centre) Au 1 ^{er} feu rouge prendre à droite direction : KIRBON, St JEAN du PUY, St ZACHARIE. Regroupement 50m après le cimetière. Puis continuer sur Kirbon. 300m avant l'entrée de Kirbon, se garer à droite sortie du virage (panneau jaune « Miel nougat » Covoiturage : 50 km 7,5€ par véhicule	Gardanne, Trets. Arrivée à Trets suivre « Trets centre) Au 1 ^{er} feu rouge prendre à droite direction : KIRBON, St JEAN du PUY, St ZACHARIE. Regroupement 50m après le cimetière. Puis continuer sur Kirbon. Arrêt à Kirbon organisation de la navette voiture. Covoiturage : 55 km 8€ par véhicule	Gardanne, Trets, suivre « Trets centre) Au 1 ^{er} feu rouge prendre à droite direction : KIRBON, St JEAN du PUY, St ZACHARIE. Covoiturage 55 km 8€ par véhicule
TRAJET PEDESTRE Carte IGN 3344 OT	Kirbon côte 405, puis côtes 377,360,336,355,390,401,406,bergerie, côtes 443, 487, 505, 488, 421, 416, eolienne, côte 405, voitures	Kirbon,point coté 488, 505, 487, 497, 489, 528, 584, 645, 649, le régagnas, 649, 598, pas de la coelle, D12,511	Kirbon p oint côté 488, 487, 528, le Régagnas, pas de la couelle, jas de Mr Dumont, puits de la tuilière, ponts de Baboué, Kirbon
MATEURS	Marcel Bildé : 04 42 58 45 52/ 06 33 77 11 19 Michel Guidini : 04 42 51 44 47	JP Struzinski :04 42 58 14 94 Raymond Soriano : 04.42.58.93.02	Françoise Thouvenin 06 38 02 15 02- Claude Thouvenin 06 41 81 30 36 04.42.51.47.75

