


GVRando GARDANNE http://www.gvrando.com	Dimanche 8 mars 2020		
	LES DENTELLES DE MONTMIRAIL		
ATTRAIT	Couleurs printanières, vues sur la vallée du Rhône, les Monts d'Ardèche, le massif du Ventoux, belvédère	Les Superbes dentelles	La crête des dentelles sarrasines
NIVEAU	1+ (le + pour la distance : 11,2 km)	2	3
DIFFICULTES	<u>Durée de marche effective</u> : 4h30 environ <u>Dénivelée cumulée</u> : 400 m environ <u>Nature du parcours</u> : pas de difficultés, chemins et pistes, quelques descentes raides et pierreuses (bâtons utiles)	<u>Durée de marche effective</u> : 5h30 environ <u>Dénivelée cumulée</u> : 560 m environ <u>Nature du parcours</u> : dénivelé concentré <u>Particularités</u> : quelques ressauts rocheux nécessitant les mains, passage en balcon	<u>Durée de marche effective</u> : 5h <u>Dénivelée cumulée</u> : 650 m <u>Nature du parcours</u> : ondulé sur piste, sentier +/- pierreux et en crête <u>Particularités</u> : sur la crête passages rocheux nécessitant les mains et de ne pas être sujet au vertige
RENDEZ VOUS	TRAJET EN CAR- Rendez-vous 7h00 piscine de Gardanne Départ 7h15 très précises Inscriptions : le jeudi 5 mars 2020 à 19h au bureau rue Deleuil - 8,00€ par personne ; chèque à l'ordre de GVRando Gardanne La priorité est donnée aux personnes présentes, elles ne peuvent inscrire que leur conjoint, les mineurs attachés à leur licence familiale et sur la liste d'attente une seule autre personne. Les chèques seront détruits en cas d'annulation. En cas de manque de place, possibilité d'utiliser les véhicules personnels.		
MATERIEL	Chaussures de randonnée montantes , bâtons, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle.		
CONSIGNES	Pas de chien. Prévoir un en-cas, le repas pouvant être que vers 12h30 12h45 (ceci pour terminer les côtes avant le repas)	Pas de chien. Prévoir un en-cas, Repas tardif	Pas de chien. Prévoir un en-cas, Repas tardif Bâtons recommandés pliables
TRAJET ROUTIER SUGGERE	Gardanne, autoroute direction Avignon, sortie 23 Avignon Nord, direction Carpentras par voie rapide D942, sortie de la voie rapide à la D31 Monteux Sarriars, Sarriars, Vacqueyras, puis D7 Gigondas rester sur la D7 route de Carpentras puis suivre D80 Gigondas Les Florets direction vieux village. Parking devant le gîte d'étape 163 rue de la Libération. 240km A et R Pége 13,60€ A et R soit coût ducovoiturage suggéré : 73,60€		
TRAJET PEDESTRE	Carte IGN 3040 ET Parking, le village, chemin de la canal, Gr de Pays tour des Dentelles, la Grande Montagne, Pas de l'Aigle, Vallat de Fenouillet, col du Cayron, rocher du Midi, le Rieu, st Jean , le village, Parking	Carte IGN 3040 ET Parking du gîte, le village, Rocher du Midi, dentelles, rocher du Turc, col du Cayron, Point 585, Pas de l'aigle, GR du pays tour des dentelles de Montmirail, la fouillé, le village, parking du gîte	Carte IGN 3040 ET Parking, le village, Rocher du Midi, dentelles, col d'Alsau, vallat de l'Aiguille, Cassan, crête dentelles Sarrasines, Rocher du Midi, Gigondas
ANIMATEURS	Marcel Bildé : 06 33 77 11 19 Michel Béridon : 06 84 35 02 66	Pascale Tanguy : 06 48 43 69 80 Ibrahima Diallo : 06 88 20 35 69	Claude chauvet 06 13 83 78 98 Eliane Siligoni 06 81 70 32 68