
	<b>19 décembre 2019</b>
	<b>Le grand sanguin</b>
<b>ATTRAIT</b>	Vue à 360° sur la rade de Marseille, l'étang de Berre , la Sainte Victoire et le Luberon.
<b>NIVEAU</b>	<b>1+</b>
<b>DIFFICULTES</b>	<b><u>Durée de marche effective :</u></b> 4h <u>30</u>
	<b><u>Dénivelée cumulée :</u></b> 360 m
	<b><u>Nature du parcours :</u></b> en aller retour, sur piste parfois caillouteuse
	<b><u>Particularités :</u></b> 2 courtes pentes à 20% à mi parcours
<b>RENDEZ VOUS</b>	Piscine de Gardanne: <b>8h50</b> départ : 9h00
<b>MATERIEL</b>	Chaussures de rando montantes, bâtons, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle
<b>CONSIGNES</b>	Pas de chien
<b>TRAJET ROUTIER SUGGERE</b>	24 km – : Gardanne , voie rapide jusqu'au rond point des Chabauds, prendre direction Plan de campagne , au rond point prendre direction Septèmes , après le collège Marc Ferrandi prendre à gauche direction les caillols, la chevrerie communale , puis à droite vallon de Fréguyères, se garer au parking à gauche Coordonnées GPS : N 43° 24' 16.2"/ E 5° 22' 34.3" Covoiturage indicatif : 6 €/ voiture
<b>TRAJET PEDESTRE</b>	Vallon de Fréguyères, pt 292, pt 297, pt 317, pt 414, le grand sanguin, pt 525, Jas de Feraud,, vallon de Fréguyères, parking
<b>ANIMATEURS</b>	Françoise Tenoux 06 04 14 77 55 Françoise Teste 06 71 11 70 07

	<b>19 décembre 2019</b>
	<b>Le grand sanguin</b>
<b>ATTRAIT</b>	Vue à 360° sur la rade de Marseille, l'étang de Berre , la Sainte Victoire et le Luberon.
<b>NIVEAU</b>	<b>1+</b>
<b>DIFFICULTES</b>	<b><u>Durée de marche effective :</u></b> 4h <u>30</u>
	<b><u>Dénivelée cumulée :</u></b> 360 m
	<b><u>Nature du parcours :</u></b> en aller retour, sur piste parfois caillouteuse
	<b><u>Particularités :</u></b> 2 courtes pentes à 20% à mi parcours
<b>RENDEZ VOUS</b>	Piscine de Gardanne: <b>8h50</b> départ : 9h00
<b>MATERIEL</b>	Chaussures de rando montantes, bâtons, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle
<b>CONSIGNES</b>	Pas de chien
<b>TRAJET ROUTIER SUGGERE</b>	24 km – : Gardanne , voie rapide jusqu'au rond point des Chabauds, prendre direction Plan de campagne , au rond point prendre direction Septèmes , après le collège Marc Ferrandi prendre à gauche direction les caillols, la chevrerie communale , puis à droite vallon de Fréguyères, se garer au parking à gauche Coordonnées GPS : N 43° 24' 16.2"/ E 5° 22' 34.3" Covoiturage indicatif : 6 €/ voiture
<b>TRAJET PEDESTRE</b>	Vallon de Fréguyères, pt 292, pt 297, pt 317, pt 414, le grand sanguin, pt 525, Jas de Feraud,, vallon de Fréguyères, parking
<b>ANIMATEURS</b>	Françoise Tenoux 06 04 14 77 55 Françoise Teste 06 71 11 70 07