



Site :  
[gvrando.com](http://gvrando.com)

## DIMANCHE 05 FEVRIER 2023

### BALADE SUR LES HAUTEURS DE SANARY ENTRE LE GROS CERVEAU ET Le PARKING DE LA GROTT DE GAROU

### BALADE SUR LES HAUTEURS DE SANARY ENTRE LE GROS CERVEAU ET Le PARKING DE LA GROTT DE GAROU

ATTRAIT	Panoramas de La Ciotat à Porquerolles au sud, et de la Ste Baume au Mont Caume au nord	Panoramas de La Ciotat à Porquerolles au sud, et de la Ste Baume au Mont Caume au nord
niveau	<b>Rando Douce</b>	<b>Rando Douce</b>
DIFFICULTES	<u>Durée de marche effective</u> : 3h environ <u>Dénivelée cumulée</u> : 220 m environ <u>Nature du parcours</u> : sur piste et une toute petite route (6km00 environ) en aller et retour <u>Particularités</u> : allure cool	<u>Durée de marche effective</u> : 3h environ <u>Dénivelée cumulée</u> : 220 m environ <u>Nature du parcours</u> : sur piste et une toute petite route (6km00 environ) en aller et retour <u>Particularités</u> : allure cool
RENDEZ VOUS	<b>Piscine de Gardanne : 8 h 30</b> départ : <b>8 h 40 précises</b>	<b>Piscine de Gardanne : 8 h 30</b> départ : <b>8 h 40 précises</b>
MATERIEL	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons, eau, trousse de secours personnelle, pique nique	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons, eau, trousse de secours personnelle, pique nique
CONSIGNES	<b>Pas de chien.</b>	
TRAJET ROUTIER SUGGERE	Gardanne > Bouilladisse > A 52 > A50 (direction Toulon) sortie13 direction Ollioules centre, 2me giratoire prendre à gauche direction Sanary, D11, chemin Raoul Coletta, chemin du Lançon, chemin du Gourg, suivre les panneaux gros cerveau jusqu'au parking sur la droite de la chaussée N 43°8'54.1" / E 5°48'10.3" 150 kms A/R <b>covoiturage indicatif 54€30/voiture (37,50 + autoroute 16.80)</b>	Gardanne > Bouilladisse > A 52 > A50 (direction Toulon) sortie13 direction Ollioules centre, 2me giratoire prendre à gauche direction Sanary, D11, chemin Raoul Coletta, chemin du Lançon, chemin du Gourg, suivre les panneaux gros cerveau jusqu'au parking sur la droite de la chaussée N 43°8'54.1" / E 5°48'10.3" 150 kms A/R <b>covoiturage indicatif 54€30/voiture (37,50 + autoroute 16.80)</b>
Trajet pedestre	Carte 3346OT Parking chemin du Gourg, p254, p311, p321, GR51, parking de la grotte de Garou et retour parking	Carte 3346OT Parking chemin du Gourg, p254, p311, p321, GR51, parking de la grotte de Garou et retour parking
ANIMATEURS	Marcel Bildé : 06 33 77 11 19	Marcel Bildé : 06 33 77 11 19