



Site :
gvrando.com

DIMANCHE 22 DECEMBRE 2024

	ST PAUL LES DURANCE	MIRABEAU	MIRABEAU
ATTRAIT	Beau panorama sur la Durance	Panorama à 360° à la recherche des fossiles	Plaine de la Durance, beaux vallons
Niveau	1 IBP 39	2 IBP 64	3 IBP 81
DIFFICULTES	<p>Durée de marche effective : 4 h30 environ</p> <p>Dénivelée cumulée : 296m environ</p> <p>Nature du parcours : en boucle sur sentiers parfois caillouteux, piste et route en fin de parcours.</p> <p>Particularités : Accès interdit de la grotte, sauvegarde des chauves-souris</p>	<p>Durée de marche effective : 4h30</p> <p>Dénivelée cumulée : 500 m</p> <p>Nature du parcours : en boucle, sur piste et sentiers parfois caillouteux, et pentus</p> <p>Particularités : Un passage le long de la chaussée en fin de parcours qui méritera la vigilance de tous</p>	<p>Durée de marche effective : 6h00</p> <p>Dénivelée cumulée : 680 m</p> <p>Nature du parcours : en boucle, sur piste et sentiers caillouteux, et pentus</p> <p>Particularités : départ sur chaussée : vigilance. Echauffement et 300 m de dénivelée + en 1^{ère} partie de parcours</p>
RENDEZ VOUS	Piscine de Gardanne : 8h00 départ : 8h15	Piscine de Gardanne : 7h45 départ : 7h55	Piscine de Gardanne : 7h45 départ : 7h55
MATERIEL	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons pliables, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons pliables, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons pliables, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle
CONSIGNES	Pas de chien.	Pas de chien	Pas de chien
TRAJET ROUTIER SUGGERE	100km A/R : Gardanne, Aix en Provence A51, sortie pertuis, direction Meyrargues, Peyrolles, D952 sT paul les durance, prendre à droite direction parking du parcours sportif Coordonnées GPS N 43 68564° / E5.708877° Covoiturage indicatif : 25€ par voiture	100km : Gardanne, Aix en Provence, A51, sortie Pertuis, direction Meyrargues, Peyrolles, Continuer sur la D96 vers Saint Paul-lès-Durance, parking du pont de Mirabeau rive gauche après le rond-point Coordonnées GPS : N 43°41'21.6" / E 5°40'5.5" Covoiturage indicatif : 25€ par voiture	100km : Gardanne, Aix en Pce, A51 dir les Alpes, sortie Pertuis, Meyrargues, Peyrolles, prendre direction Gap sur la D96, parking environ 300 à gauche à partir du pont rive droite Coordonnées GPS : N 43°41'36" E 5°40'6" Covoiturage indicatif : 25€ par voiture
TRAJET PEDESTRE	Carte IGN 3243E Jas de l'aire, vallon de bigot, GR994, la neuve, la stèle, citerne, la daouste, la grotte, retour et à gauche prendre GR 994, Mourre de la Barque, retour sur la D11.	CARTE IGN 3243OT, 3244ET Le pont de Mirabeau, l'escaraçon, Les quatres tours, Vallon de la Campone, vallon du tuvé, Pin de l'Eigoune, La plaine de Saint Sépulcre, pt 589, Vallon du Candioum, Mirabeau, GR9, chapelle Ste madeleine, le pont de Mirabeau, parking.	Carte(s) IGN : Ref. 3243OT, 3244ET, 3342OT Parking, chapelle Ste Madeleine, pont de Mirabeau, retour rive droite chemin jaune, les 4 tours, Faro, La Plaine de St Sépulcre, pc521, vallon du Candioun, Pin de l'Eigoune, pc373, La Garcine, l'Ubac, Chante-Loube, les Grands Jardins, chapelle de la Garrigue, GR9, Baume, parking.
ANIMATEURS	Michel BERIDON 06 84 35 02 66 Marie Claude DELUY 06 89 31 16 69 La trace est à disposition auprès de l'animateur	Pascale TANGUY 06.48.43.69.80 Sylvie DESCHASEAUX 06.17.79.10.18 La trace est à disposition auprès de l'animateur	Luc TANGUY : 06 85 37 69 29 Ibrahima DIALLO : 06 88 20 35 69 Gilbert DETRIE : 06 87 40 22 74 La trace est à disposition auprès de l'animateur