



Site :
gvrando.com

DIMANCHE 13 Octobre 2024

	Brégançon	Du Coté de Brégançon	Brégançon
ATTRAIT	Très belle randonnée, physique, avec le lac, de superbes points de vue et le sentier littoral alternant plages et pointes rocheuses	Superbe randonnée dont une bonne partie au bord de mer magnifiques plages : l'estagnol et cabasson le petit lac et barrage	Superbes plages du littoral entre la Loube, l'Estagnol et le fort de Brégançon et le le petit lac et son barrage
NIVEAU	1+ IBP 39	2 IBP 44	3 IBP 46
DIFFICULTES	<p><u>Durée de marche effective</u> :5h environ <u>Dénivelée cumulée</u> :280m <u>Nature du parcours</u> : pistes ,sentiers, rochers sur littoral <u>Particularités</u> : une pente à 20% sur 300m et plusieurs passages rocheux un peu délicats sur le sentier du littoral</p>	<p><u>Durée de marche effective</u> : 4 H 45 <u>Dénivelée cumulée</u> : 317M <u>Nature du parcours</u> : chemins et pistes agréables. <u>Particularités</u> : en fin de parcours une montée de 1km à 30% puis descente régulière.</p>	<p><u>Durée de marche effective</u> : 5 h 00 <u>Dénivelée cumulée</u> : 360 m <u>Nature du parcours</u> : beaux sentiers, et passage le long des plages de sables <u>Particularités</u> : Allure normale</p>
RENDEZ VOUS	TRAJET EN CAR- rendez-vous 7 h 15 piscine de Gardanne Départ 7 h 30 très précises Inscriptions : le jeudi 10 Octobre à 19h au bureau rue Deleuil – 8,00€ par personne ; chèque à l'ordre de GVRando Gardanne (2 inscriptions au maximum par personne = famille+ 1 ami qui sera inscrit sur liste d'attente) La priorité sera donnée aux personnes présentes physiquement. Les chèques seront détruits en cas d'annulation. En cas de manque de place, possibilité d'utiliser les véhicules personnels.		
MATERIEL	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons fortement recommandés, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle. Prévoir une paire de chaussure de rechange et chaussettes (pieds dans l'eau peut être le long de la plage)		
CONSIGNES	Pas de chien,	Pas de chien,	Pas de chien
TRAJET ROUTIER SUGGERE	Coordonnées GPS: N 43°06'52.6" E : 6°18'37.5" Trajet routier : Gardanne, A8, sortie Brignoles, D43, D14, D412, D12, D559a, Boulevard des commandos d'Afrique, avenue Henri Matisse, avenue Alphonse Daudet, D42a, château de Brégançon		
TRAJET PEDESTRE	Carte IGN 3446ET Château de Brégançon, piste du barrage, sentier, piste de Vincennes, c185, c136,D42d,plage de Cabasson, sentier littoral, plage Estagnol , château de Brégançon	Château de Brégançon, parc de l'estagnol, plage de l'estagnol, plage cabasson, château Malherbe, piste de conques, ravin, barrage, château de Brégançon	Carte IGN : Château de Brégançon, le barrage du petit lac, la piste de Conques, plage de Cabasson, plage de la Vignasse,, plage de l'Estagnol, plage de la Loube, chapelle de saint Georges, château la Loube et château de Brégançon
ANIMATEURS	Françoise Tenoux :06 04 14 77 55 Mauricette Buchet : 06 77 36 45 55 La trace est à disposition auprès de l'animateur	Georges Jacoup : 0669361215 Gilbert Detrie : 0687402274 La trace est à disposition auprès des animateurs	Thierry Leonardi : 06 83 89 40 98 Ibrahima Diallo : 06 88 20 35 6i9 La trace est à disposition auprès des animateurs