

 Site : gvrando.com	Jeudi 6 JUIN 2024
	COTIGNAC
ATTRAIT	Plus beau village avec sa cascade de Tuff, sanctuaire de Notre Dame de Grâce et Monastère St Joseph
NIVEAU	1 IBP 38
DIFFICULTES	<p><u>Durée de marche effective</u> : 4h00 environ</p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> 250m</p> <p><u>Nature du parcours</u> bons chemins, petites routes goudronnées, petits sentiers un peu caillouteux, marches pour la descente au village.</p> <p><u>Particularités</u> : boucle et une possibilité de visite du rocher en fin de rando pour les personnes le désirant et non sujettes au vertige entrée 2€</p>
RENDEZ VOUS	Piscine de Gardanne : 8h00 départ : 8h10
MATERIEL	Chaussures de rando montantes obligatoires, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle, prévoir protection soleil
CONSIGNES	Pas de chiens
TRAJET ROUTIER SUGGERE	170 km A/R–Trets, St Maximin, Brignolles, Le Val, Montfort sur Argens, D22 et D13 Cotignac parking du cimetière Coordonnées GPS : N 43°31'39.3" / E 6°8'54" Covoiturage indicatif : 42€ par voiture
TRAJET PEDESTRE	Parking du cimetière, le cours, Ferailon, ND de Grâce, St Bernard, Macao, Monastère St Joseph, St martin, Les deux tours, le rocher, retour parking
ANIMATEURS	<p>Pascale Tanguy : 06 48 43 69 80 Mauricette Buchet : 06 77 36 45 55 Gilbert Détrie : 06 87 40 22 74</p> <p>La trace est à disposition auprès de l'animatrice</p>

 Site : gvrando.com	Jeudi 6 JUIN 2024
	COTIGNAC
ATTRAIT	Plus beau village avec sa cascade de Tuff, sanctuaire de Notre Dame de Grâce et Monastère St Joseph
NIVEAU	1 IBP 38
DIFFICULTES	<p><u>Durée de marche effective</u> : 4h00 environ</p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> 250m</p> <p><u>Nature du parcours</u> bons chemins, petites routes goudronnées, petits sentiers un peu caillouteux, marches pour la descente au village.</p> <p><u>Particularités</u> : boucle et une possibilité de visite du rocher en fin de rando pour les personnes le désirant et non sujettes au vertige entrée 2€</p>
RENDEZ VOUS	Piscine de Gardanne : 8h00 départ : 8h10
MATERIEL	Chaussures de rando montantes obligatoires, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle, prévoir protection soleil
CONSIGNES	Pas de chiens
TRAJET ROUTIER SUGGERE	170 km A/R–Trets, St Maximin, Brignolles, Le Val, Montfort sur Argens, D22 et D13 Cotignac parking du cimetière Coordonnées GPS : N 43°31'39.3" / E 6°8'54" Covoiturage indicatif : 42€ par voiture
TRAJET PEDESTRE	Parking du cimetière, le cours, Ferailon, ND de Grâce, St Bernard, Macao, Monastère St Joseph, St martin, Les deux tours, le rocher, retour parking
ANIMATEURS	<p>Pascale Tanguy : 06 48 43 69 80 Mauricette Buchet : 06 77 36 45 55 Gilbert Détrie : 06 87 40 22 74</p> <p>La trace est à disposition auprès de l'animatrice</p>