

Dimanche 10 novembre 2024



Site :
gvrando.com

Siou Blanc

Méounes-les -Montrieux

LE SIOU-BLANC Aiguilles de Valbelle Les Bidouffles

ATTRAIT

Dans un paysage de calcaire tourmenté et d'avens, de beaux panoramas et toutes les traces d'une vie pastorale et forestière disparue.

Une balade qui traverse le site des Aiguilles de Valbelle et ses pitons rocheux qui surgissent de la forêt

Le Siou Blanc présente de belles dalles karstiques, trouées d'avens, de baumes, de grottes et offre de magnifiques curiosités géologiques (arche de Garoute, Aiguilles de Valbelle)

Niveau

1 + IBP 42

2 IBP 59

3 IBP 71

DIFFICULTES

Durée de marche effective : 4h30 environ

Dénivelée cumulée : 320 m environ

Nature du parcours Pistes et sentiers souvent caillouteux, au milieu des blocs calcaires et nécessitant de faire attention.

Particularités :

Durée de marche effective : **5h15**

Dénivelée cumulée : **454 m**

Nature du parcours : en boucle, la première partie du trajet se déroule sur un sentier caillouteux et rocheux qui impose d'être bien chaussé, deuxième partie sur piste descente agréable jusqu'au point de départ

Particularités : Dénivelé de 14% sur 3km sur la première partie, le reste belles pistes forestière quelques passages en sentier et la Chartreuse Notre-Dame de Montrieux (qui ne se visite pas).

Durée de marche effective : **6h00**

Dénivelée cumulée : **450 m**

Nature du parcours : en boucle, sur piste et sentiers caillouteux, et pentus

Particularités : 2 descentes pouvant être glissantes. Allure soutenue. Attention très peu de réseau sur le plateau du Siou Blanc

RENDEZ VOUS

Piscine de Gardanne : **7h50** départ : **8h00**

Piscine de Gardanne : **7h30** départ : **7h45**

Piscine de Gardanne : **7h15** départ : **7h30**

MATERIEL

Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle, prévoir le froid

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 / Prévoir un repas tardif

Pas de chien / Prévoir un repas tardif (après 13h)

TRAJET ROUTIER SUGGERE

130 km A/R- 1h15 : Gardanne, Gréasque, Roquevaire, Gémenos, Cuges, D2 vers Signes, Chemin du Siou Blanc, Parking abri du Siou Blanc
Coordonnées GPS : N 43°13'48.8" / E 5°55'16.2"
Covoiturage indicatif : 32€ par voiture

140 Km A/R – 1h30 : Gardanne, Gréasque, Roquevaire, Gémenos, Cuges D2 vers Signes, Méounes -les-Montrieux, Parking après avoir traversé le Gapeau fleuve)
Coordonnées GPS : N 43.263056° / E 5.963372°
Covoiturage suggéré : 35€ par voiture

130 km A/R- 1h15 : Gardanne, Gréasque, Roquevaire, Gémenos, Cuges, D2 vers Signes, Chemin du Siou Blanc, Parking abri du Siou Blanc
Coordonnées GPS : N 43°13'48.8" / E 5°55'16.2"
Covoiturage indicatif : 32€ par voiture

TRAJET PEDESTRE

Carte IGN N° 3345 OT
Parking, aven du Palan, GR 99, piste du Jas de Laure, carrefour du vent qui siffle, la Lébrière, l'abîme des morts, l'éléphant de pierre, Rouca Traouca, c/629, aven des 3 Marins, retour parking

Carte IGN 3345OT
Parking, carrefour de la boucle, piste cimentée vers le GR, GR 9, Aiguille de Valbelle carrefour PR, Point haut, Chartreuse Notre-Dame (Montreux-le-jeune), Parking

Carte IGN 3345OT.
Parking, GR51, Pc 600, Pc 605, Pc624, GR9, aiguilles de Valbelle, Pc549, arche de Garoute, pas du Pilon, barre des Bidouffles, Pc596, Pc611, Pc600, GR51, p Montreux-Parking.

ANIMATEURS

Annie GRACIA : 07 82 46 09 93
Françoise TENOUX : 06 04 14 77 55
la trace est à disposition auprès de l'animateur

Georges JACOUP : 06 69 36 12 15
Pierre BEDIKIAN : 06 15 41 91 78
La trace est à disposition auprès des animateurs

Sylvie DESCHASEAUX : 06 17 79 10 18
Ibrahima DIALLO : 06 88 20 35 69
La trace est à disposition auprès des animateurs

