

 Site : gvrando.com	SAMEDI 24 MAI 2025		
	Sainte Baume La grotte	SAINTE BAUME	La Sainte Baume par la grotte des œufs
ATTRAIT	La grotte Marie Madeleine au sein du Massif de la Sainte Baume	Le saint Pilon et la crête jusqu'au Paradis	Découvrir la grotte des œufs, celle de l'ermite Elie et celle de Marie Madeleine, haut lieu de pèlerinage en Provence
NIVEAU	1 IBP 36	2 IBP 64	3 IBP 77
DIFFICULTES	<u>Durée de marche effective</u> : 3H30 environ <u>Dénivelée cumulée</u> : 300m environ <u>Nature du parcours</u> : belles pistes et sentiers pierreux, un raidillon pour la montée à la grotte <u>Particularités</u> : Accès à la grotte par une série d'escaliers	<u>Durée de marche effective</u> : 5h00 environ <u>Dénivelée cumulée</u> : 550 m <u>Nature du parcours</u> : Piste, crête en partie rocailleuse et « sentier merveilleux » <u>Particularités</u> : court passage en montée nécessitant les mains, légèrement vertigineux et passage délicat en descente nécessitant vigilance	<u>Durée de marche effective</u> : 6 h 00 environ <u>Dénivelée cumulée</u> : 870 m <u>Nature du parcours</u> : des pistes et sentiers rocailleux particulièrement sur la Crête de la sainte Baume. Quelques passages avec usage des mains <u>Particularités</u> : de la grotte des œufs à la grotte Sainte Marie Madeleine quelques passages délicats. Si vertiges, s'abstenir
RENDEZ VOUS	TRAJET EN CAR - rendez-vous 7 h 00 piscine de Gardanne Départ 7 h 15 très précises Inscriptions : le jeudi 22 Mai 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 recommandés, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle. Prévoir vêtement chaud	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons recommandés, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle. Prévoir vêtement chaud	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons fortement recommandés, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle.
CONSIGNES	Pas de chien,	Pas de chien,	Pas de chien
TRAJET ROUTIER SUGGERE	Coordonnées GPS : N43,20'09.11*/ E5. 45'23.34* Gardanne, Gréasque, Auriol, Plan d'Aups, parking de l'hostellerie de la sainte baume		
TRAJET PEDESTRE	Carte IGN 3345OT Parking de l'hôtellerie de la Sainte Baume, Giniez, chemin de Plan d'Aups à Signes, grotte Ste Marie Madeleine, réserve biologique de la sainte Baume, chemin des Roys, source de Ravel, monastère, parking	Carte 3345 OT Parking de l'Hostellerie, Saint Pilon, signal des Béquines, Le Paradis, sentier merveilleux, parking merveilleux	Carte IGN : 3345 OT Parking de l'hostellerie, croisement chemin des canapés et allée des rois, PC 679, grotte des œufs, grotte de l'ermite Elie, grotte Marie Madeleine, chapelle des Parisiens, col saint Pilon, croix des Biguines, Pas de l'Aï, sentier merveilleux, les 3 chênes, parking de l'hostellerie.
ANIMATEURS	Pascale Tanguy 06 48 43 69 80 Gilbert Detrie 06 87 40 22 74 La trace est à disposition auprès de l'animateur	Marie Coulangue : 06 84 18 84 19 Sylvie Plyer : 06 86 56 43 23 La trace est à disposition auprès de l'animateur	Ibrahima Diallo : 06 88 20 35 6i9 Thierry Leonardi: 06 83 89 40 98 La trace est à disposition auprès des animateurs