



Site :  
gvrando.com

## DIMANCHE 15 SEPTEMBRE 2024

### SAINTE VICTOIRE

ATTRAIT	Du Tholonet à Bibemus		LES 4 BARRAGES DE LA CAUSE		
Niveau	1	IBP 37	2	IBP 52	3 IBP 72
DIFFICULTES	<p><u>Durée de marche effective</u> : <b>4h environ</b></p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> : <b>290m</b></p> <p><u>Nature du parcours</u> : Boucle sur pistes et sentiers</p> <p><u>Particularités</u> : 500m de pente supérieure à 15%</p>		<p><u>Durée de marche effective</u> : <b>5h00 environ</b></p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> : <b>430 m</b></p> <p><u>Nature du parcours</u> : en boucle, sur pistes et sentiers par endroits caillouteux,</p> <p><u>Particularités</u> : 3 grimpettes sur 250m à 17/20%</p>		<p><u>Durée de marche effective</u> : <b>5H30 ENVIRON</b></p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> : <b>680M</b></p> <p><u>Nature du parcours</u> : Boucle sur pistes et sentiers caillouteux</p> <p><u>Particularités</u> : hautes marches, passages à plus de 30%, crête accidentée.</p>
RENDEZ VOUS	Piscine de Gardanne : <b>8h30</b> départ : <b>8h45</b>		Piscine de Gardanne : <b>8h30</b> départ : <b>8h45</b>		Piscine de Gardanne : <b>8h00</b> départ : <b>8h15</b>
MATERIEL	Chaussures de rando montantes obligatoires, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle, bâtons, (prévoir la chaleur suivant météo)		Chaussures de rando montantes obligatoires, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle, bâtons, (prévoir la chaleur suivant météo)		Chaussures de rando montantes obligatoires, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle, bâtons, (prévoir la chaleur suivant météo)
CONSIGNES	Pas de chien.		Pas de chien		Pas de chien
TRAJET ROUTIER SUGGERE	20km A/R Gardanne, Plan de Meyreuil, Pont de Bayeux, N7, D64e, Le Tholonet Coordonnées : N 43°31'20.2" E 5°30'34.0 Coût par voiture suggéré : 5€		15km – 25mn Gardanne, Plan de Meyreuil, pont de Bayeux, Beaucueil, Parking Roques Hautes <b>DMS N 43°31'20" / E 5°32'49"</b> Coût par véhicule suggéré 7€50		50km A/R Gardanne, Pont des trois Sautets, Aix en Provence, Saint marc de Jaumegarde, direction Vauvenargues, parking des venturiers Cabassols <b>Coordonnées : N 43°33'14" / E 5°34'44.9"</b> Coût par véhicule suggéré 12€50
TRAJET PEDESTRE	Carte IGN 3244ET Parking Le Tholonet, moulin de Cézanne, C330/300, barrage Zola, C287/346, Bibemus, C287/213, D17, parking		Carte IGN 3244ET Roques Hautes, aqueduc de Doudon, barrage romain, petite remontée en AR de la Cause, remontée sur sentier de crête, barrage Zola, pc 269, GR 653A, barrage Bimont, Roques Hautes		Carte IGN 3244ET Parking des Cabassols, vallon du delubre, sentier des plaideurs, col de Suberoque, GR9, Le signal, Le Garagai, le Prieuré, Chemin des venturiers, parking des Cabassols
ANIMATEURS	Luc Tanguy 06.85.37.69.29 Françoise Tenoux 06 04 14 77 55 La trace est à disposition auprès de l'animateur		Claude Chauvet 06.13.83.78.98 Georges Jacoup 06 69 36 12 15 La trace est à disposition auprès de l'animateur		Pascale Tanguy 06.48.43.69.80 Gilbert Détrié 06 87 40 22 74 La trace est à disposition auprès de l'animateur