



## LE GARLABAN (13) Le dimanche 19 octobre 2014

Non adhérents : bons marcheurs acceptés en sortie d'essai : appeler les animatrices

Départ : 7h45 stade Francis Turcan (Parking derrière le Théâtre) ou 8h45 à la Treille (prévenir les animatrices)

Trajet : Martigues - Marseille - Tunnel du Prado-carénage - sortie la Valentine (suivre les panneaux « La Valentine » et passer plusieurs rond-point jusqu'au panneau « La Treille ») il faudra se garer à la sortie du village.

Coût : 7€ à remettre au chauffeur de la voiture (trajet + péage tunnel)

Inscription auprès des animatrices : soit par téléphone, soit par e-mail

Cotation P1 5h de marche environ 12kms 600m de dénivellation

Randonnée : LE GARLABAN ( GARDIA : vigie, poste d'observation)  
( LABAN : grotte en provençal)

Le massif du Garlaban est calcaire et surplombe la ville et la plaine d'Aubagne, il était autrefois le repère des marins naviguant dans la baie de Marseille

La garrigue règne où de nombreux feus sont passés, mais on y trouve des pins d'Alep, des pins Sylvestre, des chênes verts et des chênes blancs.

Départ tranquille de la Treille à 9h par le vallon de passe temps. Nous partons sur la droite vers le vallon des Piches et après 250m de dénivelé nous faisons une pose à la très belle grotte de Manon. Nous repartons jusqu'à la croix de Garlaban qui culmine à 714m.

Du plateau de l'Aigle nous rejoignons le Puy du Murier et nous nous installons confortablement pour le pique-nique.

La descente ce fait par le vallon de Precatori et on rejoint les voitures par le vallon de passe temps.

Prévoir : Chaussures de randonnées  
Repas tiré du sac, gourde pleine (pas de point d'eau en route)  
Protection vent / pluie & vêtements chauds  
Pharmacie personnelle

Vos animatrices :

Marie-France GANDON 04 89 11 10 62 / 06 24 47 18 24 [mf-gandon@hotmail.fr](mailto:mf-gandon@hotmail.fr)  
Jackie FABRE 06 65 08 22 91 [jackiefabre@neuf.fr](mailto:jackiefabre@neuf.fr)

**Siège social :**

RSD - Randonnée Ski Découverte de Martigues  
Chemin du Stade de Croix Sainte - 13500 MARTIGUES

Courriel : [rsdmartigues@free.fr](mailto:rsdmartigues@free.fr)  
Site internet : <http://rsdmartigues.free.fr>  
Blog : <http://rsdmartigues.wordpress.com>

Affilié à la FFRandonnée N° 03254  
Agréé Jeunesse & Sports N° 439/S88  
SIRET N° 477 630 511 00012 - APE 9312Z

