



Pourcieux (83)
Mont Aurélien
Dimanche 1^{er} mai 2016

Non adhérents : PAS de sortie d'essai

Départ : 8h00 stade Francis Turcan (Parking Théâtre) – Retour vers 17h30
ou 9h00 à Pourcieux, parking de la gare (prévenir les animateurs)

Trajet suggéré : Martigues – Gardanne – Trets – Pourcieux (72km)

Covoiturage : 7,00 €

Cotation : P1

Parcours : 17km, 750m de dénivelé & 6h00 de marche
Indice de difficulté : 78

Au programme : la découverte des panoramas offerts par ce promontoire entre les plaines de Trets et St Maximin la Sainte Baume.

Du parking, traversée du village de Pourcieux, avant de franchir la RN7 et rejoindre le vallon du ruisseau de la Baume. Tout d'abord par de bonnes pistes dans les vignes, puis un agréable sentier en sous bois. Nous rejoindrons ainsi le « Chemin des Contrebandiers », le Collet Redon et enfin nous déboucherons sur le « plateau » à proximité du Pas des lfs.

Nous suivrons cette crête vers l'ouest par un très agréable sentier en bordure de plateau, Pas de la Croix, Pas de Titet et enfin l'Olympe, point culminant de la journée et lieu idéal pour notre pique nique.

Pour l'après midi, une bonne descente nous conduira aux abords des « Rochers de 11h », pour emprunter une piste qui nous ramènera, en cheminant au pied du plateau, à Pourcieux. En cours de route nous ferons une petite visite aux ruines du château de Pourcieux.

Tout au long de cette journée nous aurons en face de nous, la Sainte Victoire, la Sainte Baume, le Mont Olympe et le Regagnas.

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

Vos animateurs : Julien COILLARD 04 42 07 37 63 – 06 82 03 13 96
Marie France GANDON 04 89 11 10 62 – 06 24 47 18 24

Siège social :

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

Courriel : 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

