



Randonnée Mercredi Après-midi

Saison 2018-19

Janvier à mars 2019

Date	Lieu de Rendez-vous	Nom de la Sortie	Type de terrain
9 janvier	Terminus du bus 21, Luminy	Mt de Luminy et Escampons	Pistes larges, pente modérée
16 janvier	L'Estaque, bus 35 arrêt Riau	Fort de Figuerolles	Pistes larges et petits sentiers
23 janvier	Bus 23, arrêt Jarre devant l'hypermarché	AR au col de la Selle	Petits sentiers caillouteux escarpés
30 janvier	La Fève, terminus bus 142, puis le Terme	Mt Julien	Piste large sauf 100m à la fin
6 février	Terminus bus 22, Baumettes puis Morgiou	Vers le Cap Morgiou !	Sentiers caillouteux
27 février	Terminus bus 12, Eoure, puis cimetière	Tour des Barres de St Esprit	Pistes et bons sentiers
6 mars	Supermarché Casino Aubagne Pin Vert, sortie n°7 A501 vers Aix/Nice, pré-rdv 13h15	Lascours : vallon du Marseillais et son balcon	Sentiers très caillouteux
13 mars	Bus 15, 40 ou 50 arrêt Millière-Solitude, parking au panneau MARSEILLE, intersection Bd de la Millière et Traverse de la Solitude	Vallon des Escourtines	Route, piste et sentier facile
20 mars	Bus 19, arrêt Grotte Roland, devant entrée parc	Vers Béouveyre	Sentier raide et caillouteux
27 mars	Parking du col de la Gardiole, pré-rdv à 13h15 au rond point avant Luminy	Crêtes de l'Estret	Pistes caillouteuses

Horaires : **départ** à 13h45, retour vers 16h45

Guide : Jean-Bernard Letemple : 06 68 69 04 50

Ne pas oublier : sac à dos, chaussures de marche à semelles crantées, veste (pluie-vent) et/ou pull, gourde, réconfortants (fruits secs, barre céréalière,...), protection solaire (lunettes, chapeau, crème solaire)

Marc BELLON ZOUMAÏ www.zoumai-randonnée-provence.com

14 impasse des Cèdres – 13390 AURIOL – marc.bellon@free.fr – 06 83 44 33 63

N°SIRET : 752 121 053 00017 – Membre d'une association de gestion agréée par l'administration fiscale acceptant à ce titre le règlement des honoraires par chèque libellé à son nom