



Ce Spécial est envoyé par courrier ou courriel à toute personne intéressée ou concernée, et par extension à tous les internautes.

Le Brigou

Jeudi 16 janvier 2020

Distance : 10 km ou 11 km
Dénivelé : 250 m ou 400 m
Difficulté : ** ou ***
Rendez-vous : 9h30 parking du col de l'Ange sur la D8N, à gauche, en direction de Cuges-les-Pins.
(GPS N 43° 15' 57'' / E 5° 40' 12'').



Première sortie de l'année pour se retrouver et éliminer les excès des fêtes de fin d'année.....

Cette journée débute par une large piste, puis un sentier sans difficulté, mais avec une montée régulière pratiquement jusqu'au refuge du Brigou, c'est-à-dire une grande partie de la matinée.

Nous allons grimper et découvrir au fur et à mesure de la montée la plaine de Cuges-les-Pins. De nombreuses haltes sont prévues pour récupérer et admirer le paysage. Arrivés au sommet les plus sportifs prendront le sentier qui monte au Mont Cruvelier, tandis que les autres continueront sur la piste. Sur cette partie du parcours, nous avons une vue surprenante sur la Sainte-Baume avec le Pic de Bertagne, le Saint-Pilon, les Dents de Roque Forcade, nous verrons même jusqu'à Marseille, puis de l'autre côté de la montagne Gémenos se dévoilera.

Enfin c'est la descente vers le refuge du Brigou, ancienne bergerie restaurée sommairement. Nous pourrions peut-être rentrer si la place n'est pas déjà prise par un autre groupe, ce lieu est très prisé par les randonneurs.... Pas de soucis l'endroit est assez étendu et nous pourrions nous installer à l'extérieur pour le pique-nique et reprendre des forces.

L'après-midi sera plus facile puisque ce sera de la descente.

Tout au long de cette balade (sur le GR98) nous rencontrerons des cabanons, plus ou moins bien entretenus, qui devaient servir autrefois aux gens qui cultivaient sur les restanques. C'était sans doute un abri où ils pouvaient passer une ou plusieurs nuits pour éviter de redescendre au village de Cuges-les-Pins ou Gémenos.

En fin de parcours vous reconnaîtrez une partie du chemin que nous avons grimpé le matin, avant de regagner le parking.

Nous serons fatigués mais quelle belle journée nature !!!

Pour participer à cette journée, nous vous remercions par avance de vous inscrire auprès de l'Association, soit sur le site "[Les Aphaapnautes](http://www.aphrapnautes.fr)", soit auprès de :

Nadia ARPAJA : nadia.arpaja@orange.fr (06.14.34.58.36)
Jean-François HUGONNET : hugonnetjf@orange.fr (04.42.04.68.86)
Gérard RIOU : riougerard@orange.fr (06.14.84.46.44)