

La Chaîne des Côtes et l'Abbaye de Silvacane

Le jeudi 16 octobre,

Balade de reprise proposée par la Commission Animations.

Ressortez vos chaussures, vos sacs et préparez votre pique-nique pour nous retrouver :

Rendez-vous : à 9 h 15 pour un départ impératif à 9 h 30 sur le parking de l'Abbaye de Silvacane à la Roque d'Anthéron (sur la D561a)

Distance : 12 km

Dénivelé : 300 m

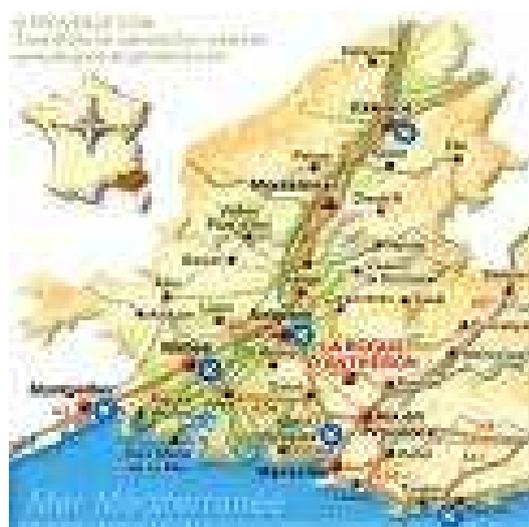
Durée prévue : 4h

Nous allons marcher environ 3h sur un sentier forestier large, confortable qui monte juste ce qu'il faut pour « mouiller la chemise ». Nous sommes dans un massif de pins et chênes, nous passerons le Canal de Marseille, c'est vraiment la balade sans difficulté, idéale pour se ressourcer et faire le plein d'oxygène. Par temps clair vous reconnaîtrez le Pilon du Roy, la Sainte Victoire, la Montagne du Lubéron.

La descente d' 1h environ se fera par le Vallon du Castellans . Nous emprunterons une sente qui serpente vers le vallon au milieu d'une végétation « aux senteurs typiquement méditerranéennes » ; le repas se prendra selon votre choix à l'ombre ou au soleil mais aussi en fonction du temps que nous aurons.

Nous devons quitter ce paradis vert pour une séance culturelle, nous avons réservé une visite guidée de l'abbaye à 15h15 (en cette saison la fermeture est à 17h).

Nous découvrirons l'abbaye de Silvacane, qui avec le Thoronet et Sénanque fait partie des trois abbayes cisterciennes de Provence, nous n'allons pas tout vous dévoiler sur ce lieu sinon la visite n'aurait plus d'attrait.



Tarif de la visite **5,30 €** par personne si nous arrivons à constituer **un groupe de 20 personnes**, sinon il nous en coûtera 6,50 € !

Nous vous demandons de prévoir l'appoint afin de nous éviter les soucis de monnaie.

La suite de notre programme :

Le jeudi 20 novembre : Balade suivie du Barbecue à St Jean du Puy
Précisions et modalité dans une prochaine communication