



Spécial 26: Balades

Novembre 2009

Association des Anciens de Procida, Hoechst, Roussel, AgrEvo, ProdeTech
diffusion limitée

RAPPEL IMPORTANT : Toutes les activités proposées par GALA (Groupe Activités Loisirs de l'APHRAP) en 2009, sont strictement réservées aux membres à jour de leur cotisation et à leur conjoint. Concernant nos conjoints (non anciens), s'ils ne l'ont déjà fait, ils doivent donc adhérer à l'APHRAP moyennant une cotisation de 5 € (chèque distinct SVP) pour pouvoir se joindre à ces sorties.

Balades autour de Garlaban

Pour cette fin d'année nous partirons dans les collines où Garlaban domine, d'abord nous le verrons de loin en novembre puis nous le gravirons en décembre, pour faire plaisir à une habituée de nos sorties qui n'est plus allée sur Garlaban depuis qu'elle était écolière



Jeudi 19 novembre : Saint Jean de Garguier, avec "en prime" un barbecue

Distance : 8 km (Aller/Retour)

Dénivelé : 300 m

Difficulté : **

Rendez-vous: 9h 30, au parking de la chapelle de Saint Jean de Garguier.

Pour vous y rendre à partir de la D96 entre Aubagne et Roquevaire, prendre la D43d en face de l'INTERMARCHE situé à l'entrée de Roquevaire en venant d'Aubagne. Continuer la route jusqu'au panneau indiquant St Jean de Garguier commune de Gèmenos, la chapelle est tout près sur la droite. De l'intersection D96/D43d jusqu'à la chapelle, il y a exactement 3,25 km.



L'échauffement se fera rapidement avec une montée assez raide, d'abord sur une route entre des maisons, puis nous passerons à une large piste. Au détour d'un virage, un sentier au milieu des romarins grimpe vers les ruines de la chapelle Saint Clair il nous faudra environ 1h pour y arriver. Nous reprendrons la piste qui serpente dans un décor de roches blanches et de végétation rase, après 1h de marche le contraste est vraiment surprenant quand on arrive dans ce havre de verdure et de calme. La bergerie de Tuny est là, blottie dans son écrin qui nous accueille avec ses prairies plantées de toutes sortes d'arbres. A l'extérieur une grande table en bois pour déguster nos grillades mais s'il fait froid nous pourrions nous installer à l'abri à l'intérieur, également équipé de tables et chaises, à côté de la cheminée. Un vrai coin de paradis qui sera très animé avec notre joyeuse équipe. Le retour sera plus rapide 1h 30, car nous laissons la chapelle sur son pic et c'est de la descente jusqu'au parking.

Comme les années précédentes nous avons besoin de savoir combien nous serons pour acheter les grillades, alors répondez nous vite vite si vous venez ! Le vin sera également pris en charge par les organisateurs alors vous n'avez plus que le pain et les spécialités de chacun à apporter sans oublier le café. Une participation de l'ordre de 5 € / personne pour couvrir les frais, vous sera demandée le jour même.

Date limite d'inscription le 15 novembre

Faites vous inscrire aux adresses habituelles :

nadia.arpaja@wanadoo.fr Tél. 04 42 04 84 11
gilrois@aol.com Tél. 04 91 93 35 20
riougerard@orange.fr Tél. 04 42 72 40 41



Spécial 26: Balades

Novembre 2009

Association des Anciens de Procida, Hoechst, Roussel, AgrEvo, ProdeTech
diffusion limitée

Pour aller au lieu où nous ferons le barbecue, nous avons la possibilité d'y accéder en voiture mais un seul véhicule pourra monter (piste pentue et nombre de places assises limitées).
Nous demandons aux personnes intéressées par le transport de se faire connaître rapidement.



Jeudi 10 décembre : Sur les sentiers de Marcel Pagnol et Garlaban

Distance : 12 km

Dénivelé: 400 m +100 m pour le sommet de Garlaban

Difficulté: ***

Rendez-vous : 9h, au parking de la Font de Mai situé sur la D44 entre Aubagne et Eoures, en face de la clinique St Michel (anciennement Manon des Sources cela rappellera des souvenirs à certains !)



Le sentier part de la Font de Mai, domaine agricole entièrement rénové et aménagé en ferme pédagogique, écomusée. C'est une montée tranquille jusqu'au « Puits de Raimu » et la « maison d'Angèle », en haut nous apercevons les ruines du village « d'Aubignane » tous ces noms chantent la Provence, mais le chemin qui nous conduit à la grotte du Plantier ou « grotte de Manon » nous fera un peu plus souffrir. Il faut compter 3h pour arriver au pied de Garlaban, le dernier 1/4h est un passage un peu délicat sur des rochers qui forment des marches mais ce dernier effort sera récompensé par un solide pique-nique pris sous les pins.

La montée de Garlaban est facultative, les plus téméraires grimperont le gros caillou pendant que ceux qui restent en bas prépareront l'apéritif !

L'après midi, c'est 1h30 de descente qui nous attend, avec d'abord une large piste puis un sentier confortable dans sa première partie, qui devient ensuite caillouteux et accidenté.

A quelques jours de Noël, dans ce décor de crèche nous verrons peut être surgir le ravi, pistachier et les autres santons d'argile..... nous rentrerons pour terminer les préparatifs de cette fête avec des idées plein la tête.



Pour ces deux journées, il est conseillé de s'équiper de bonnes chaussures de marche, prévoir de l'eau et s'habiller chaudement surtout si le Mistral est de la partie !

Nos prochaines rencontres

Assemblée Générale de notre Association en Février 2010

Siège : Le Parc aux Fontaines, Bât.5 - 38 boulevard du Redon - 13009 Marseille - Tél. : 06.22.21.43.21

E mail : association.aphrap@laposte.net

Responsable de la communication : Jean Michel VIGLIANO

Chargé de la Lettre

: Jacques BARD

Responsable de la publication : Bernard LACHAMP