



APHRAP

Spécial 84 : Sainte-Victoire

Octobre 2013

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

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

Pic des Mouches, altitude 1010 m

Jeudi 10 octobre 2013

Distance : 9 km
Dénivelé : 400 m
Difficulté : ***

Rendez-vous : **9h15, pour un départ impératif à 9h30** ; parking du Puits d'Auzon - La Sinne, aménagé par le Conseil Général (coordonnées GPS : N 43°33' 00" E 5° 40' 25").

Itinéraires conseillés :

En venant d'Aix/Vauvenargues : suivre la D10 jusqu'au Col des Portes, le parking est à 600 m à droite après le col.
En venant de Pourrières : suivre la D23 direction Rians puis bifurquer à gauche sur la D223 direction Vauvenargues, après le panneau bleu (vous êtes dans les Bouches-du-Rhône) continuer encore 3 km, le parking se trouve sur votre gauche.

Souvenez-vous, c'était en mai 2004..... Oui déjà Nous avons crapahuté les pentes du Pic des mouches !
(Flash Infos n° 9 & 10 que vous pouvez retrouver sur notre site)

Cette année nous effectuerons la boucle en sens inverse mais le dénivelé reste le même.

Au départ, un échauffement d'environ 30mn sans difficulté pour mieux aborder la montée qui nous attend.

Oui c'est raide, il faudra grimper 400 m sur près de 4 km alors calculez.....

Le sentier avec de nombreux passages rocheux présente quelques plats pour reprendre le souffle. L'automne nous offrira ses couleurs ; au fur et à mesure de la montée le panorama se dégage et la vue sur toute la région nous incitera à faire quelques pauses.

Enfin, après 2h de grimpette la pente se fait moins dure ; nous passerons auprès du gouffre "Garagai de Cagoloup" et le sommet n'est plus très loin. Voici le Pic, ici c'est la garrigue, rien ne pousse seul le vent y habite mais quelle impression de liberté et quelle fierté d'y être parvenu ! La table d'orientation permettra à chacun de vérifier ses connaissances géographiques.

Enfin nous amorcerons la descente pour atteindre une partie plus boisée, c'est là que nous reposerons nos jambes fatiguées et prendrons quelques réconforts tirés du sac.

L'après-midi est une partie de plaisir, très agréable, sentier en sous-bois et descente guère prononcée. Passage devant l'oratoire de Malivert (XVII^{ème}) et nous voilà pratiquement au point de départ. Ceci nous prendra environ 1h30.

Important : Chaussures de marches obligatoires, apporter de l'eau il fait chaud en montant.... les bâtons de marche seront un plus pour vous aider.

Autre possibilité : Si certains ne veulent faire que la partie échauffement (30mn de marche), ils pourront s'installer sur le parking aménagé avec des tables et des bancs et passer également une journée de plein air (jouer aux boules ou aux cartes....). Le groupe les retrouvera vers 15h30.



Pour participer à cette journée, nous vous remercions par avance de vous inscrire auprès de l'Association, soit sur le site " Les Aphrapnautes ", soit auprès de :

Nadia ARPAJA : nadia.arpaja@orange.fr (04.42.04.84.11) ;
Jean-Marie PALUN : jmarie.palun@free.fr (04.42.73.93.74) ;
Gilbert ROLS : gilrols@aol.com (04.91.93.35.20) ;

Cliquez sur
Les Aphrapnautes

Siège : Les Aïrelles, 3 rue Courencq - 13011 Marseille
Tél. : 06.22.21.43.21 - E-mail : association.aphrap@laposte.net
Notre site internet : <http://www.aphrapnautes.fr/wordpress/>
Responsable de la publication : Gérard RIOU