



Site :
gvrando.com

DIMANCHE 5 DECEMBRE 2021

	Boulbon et St Michel de Frigolet	De Boulbon à l'Abbaye de Saint-Michel du Frigolet	L'abbaye Saint Michel du Frigolet
ATTRAIT	Le village, le château et l'abbaye	Chapelles Saint-Marcellin, saint Julien ; Moulin de Bonnet Abbaye de Frigolet château de Boulbon ; panorama sur le Rhône et la Montagnette	Château de Boulbon, Panoramas, Abbaye Saint-Michel du Frigolet, Chapelle Saint-Julien
	1	2	3
DIFFICULTES	<p><u>Durée de marche effective</u> : 4h environ</p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> : 200m</p> <p><u>Nature du parcours</u> : sentiers caillouteux, pistes</p> <p><u>Particularités</u> : Visite animée village et château REPAS TARDIF POSSIBLE</p>	<p><u>Durée de marche effective</u> : 5h 00</p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> : 310 m</p> <p><u>Nature du parcours</u> : en boucle sur bonnes pistes et sentiers parfois rocheux et caillouteux</p> <p><u>Particularités</u> : une montée env. 30% sur 200 m bâtons très utiles. Prévoir un vêtement chaud rando en plein vent</p>	<p><u>Durée de marche effective</u> : 6h00</p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> : 460 m</p> <p><u>Nature du parcours</u> : en boucle, sur piste et sentiers rocheux, caillouteux parfois pentus</p> <p><u>Particularités</u> : passage délicat : une forte descente (30%) sur 150 m</p>
RENDEZ VOUS	<p>TRAJET EN CAR- rendez-vous 7h15 piscine de Gardanne Départ 7h30 très précises</p> <p>Inscriptions : le <i>Jeudi 2 décembre</i> à 19h au bureau rue Deleuil - 8,00€ par personne ; chèque à l'ordre de GVRando Gardanne (2 inscriptions au maximum par personne = famille+ 1 ami) La priorité sera donnée aux personnes présentes physiquement. Les chèques seront détruits en cas d'annulation. En cas de manque de place, possibilité d'utiliser les véhicules personnels.</p> <p>Port du masque obligatoire aux lieux de rendez-vous et tout le long du trajet</p>		
MATERIEL	Chaussures de rando montantes, bâtons recommandés, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle. Prévoir vêtement chaud	Chaussures de rando montantes, bâtons recommandés, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle. Prévoir vêtement chaud	Chaussures de rando montantes, bâtons pliables, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle, prévoir le froid
CONSIGNES	Pas de chien, Respect des gestes barrières Covoiturage déconseillé	Pas de chien, Respect des gestes barrières Covoiturage déconseillé	Pas de chien, Respect des gestes barrières Covoiturage déconseillé
TRAJET ROUTIER SUGGERE	Gardanne, Aix-en-Provence, A8 sortie Avignon Nord, Les Angles, Boulbon GPS : Dépose car à Boulbon : N 43°51'40,7'' E 4°41'33,1'' Reprise car à l'Abbaye : N 43°51'30,2'' E 4°43'39,7''	Gardanne, Aix-en-Provence, A8 sortie Avignon Nord, Les Angles, Boulbon GPS : Dépose et reprise car à Boulbon : N 43°51'40,7'' E 4°41'33,1''	Gardanne, Aix-en-Provence, A8 sortie Avignon Nord, Les Angles, Boulbon GPS : Dépose et reprise car à Boulbon : N 43°51'40,7'' E 4°41'33,1''
TRAJET PEDESTRE	Le village, le château, le moulin Bonnet, chapelle St Marcellin, le village, Roque Canine, le vallon St Michel, intersection de chemins, rochers de Raous, Abbaye de Saint Michel de Frigolet.	Parking ; chapelle St Marcellin ; Moulin de Bonnet ; chapelle St Julien ; Abbaye de Frigolet ; Roque canine ; château ruiné de Boulbon ; Parking	Place Gilles Leontin, canal, mas de Raousset et ses taureaux, citerne 122, sentier San Salvador, Abbaye Saint-Michel du Frigolet Chapelle Saint-Julien, Chapelle Saint-Marcellin, place Gilles Leontin
ANIMATEURS	Michel Beridon : 06 84 35 02 66 Pascale et Luc Tanguy : 06 48 43 69 80	Robert Guillaso : 06 69 03 19 78 Pierre Bedikian : 06 15 41 91 78	Georges Jacoup : 06 69 36 12 15 Ibrahima Diallo : 06 88 20 35 69