

 <a href="http://gvrando.com">Site : gvrando.com</a>	<b>Jeudi 17 Novembre 2022</b>
	<b>SEPTEMES ET LES SANGUINS</b>
<b>ATTRAIT</b>	<b>Vue splendide sur tous les massifs environnants</b>
<b>NIVEAU</b>	<b>1</b>
<b>DIFFICULTES</b>	<u>Durée de marche effective</u> : 4h00 environ <u>Dénivelée cumulée</u> 250 m <u>Nature du parcours</u> : Pistes <u>Particularités</u> : 1 montée 130m à 19%
<b>RENDEZ VOUS</b>	Piscine de Gardanne : <b>9h00</b> départ : 9h10
<b>MATERIEL</b>	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle masques
<b>CONSIGNES</b>	<b>Port du masque recommandé en voiture, au départ et pendant les pauses. Respecter les distances et les gestes barrières. Gel – pas de chiens</b>
<b>TRAJET ROUTIER SUGGERE</b>	30kms : Gardanne, Septèmes Les Vallons, rondpoint Intermarché prendre à gauche direction La Rougière jusqu'au centre d'enfouissement, parking à proximité de la déchèterie Coordonnées GPS : N 43°23'18.1" / E 5°23'23.3" Covoiturage indicatif : 7€50 par voiture
<b>TRAJET PEDESTRE</b>	Parking Déchèterie, Collet Redon, p414, Le Grand Sanguin, la Petite Etoile, le Petit Sanguin, p435, p414, p338, retour parking
<b>ANIMATEURS</b>	<b>Pascale TANGUY : 06 48 43 69 80</b> <b>Mauricette BUCHET : 06 77 36 45 55</b> la trace est à disposition auprès de l'animateur

 <a href="http://gvrando.com">Site : gvrando.com</a>	<b>Jeudi 17 Novembre 2022</b>
	<b>SEPTEMES ET LES SANGUINS</b>
<b>ATTRAIT</b>	<b>Vue splendide sur tous les massifs environnants</b>
<b>NIVEAU</b>	<b>1</b>
<b>DIFFICULTES</b>	<u>Durée de marche effective</u> : 4h00 environ <u>Dénivelée cumulée</u> 250 m <u>Nature du parcours</u> : Pistes <u>Particularités</u> : 1 montée 130m à 19%
<b>RENDEZ VOUS</b>	Piscine de Gardanne : <b>9h00</b> départ : 9h10
<b>MATERIEL</b>	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle masques
<b>CONSIGNES</b>	<b>Port du masque recommandé en voiture, au départ et pendant les pauses. Respecter les distances et les gestes barrières. Gel – pas de chiens</b>
<b>TRAJET ROUTIER SUGGERE</b>	30kms : Gardanne, Septèmes Les Vallons, rondpoint Intermarché prendre à gauche direction La Rougière jusqu'au centre d'enfouissement, parking à proximité de la déchèterie Coordonnées GPS : N 43°23'18.1" / E 5°23'23.3" Covoiturage indicatif : 7€50 par voiture
<b>TRAJET PEDESTRE</b>	Parking Déchèterie, Collet Redon, p414, Le Grand Sanguin, la Petite Etoile, le Petit Sanguin, p435, p414, p338, retour parking
<b>ANIMATEURS</b>	<b>Pascale TANGUY : 06 48 43 69 80</b> <b>Mauricette BUCHET : 06 77 36 45 55</b> la trace est à disposition auprès de l'animateur