

Fiche d'Information Rando

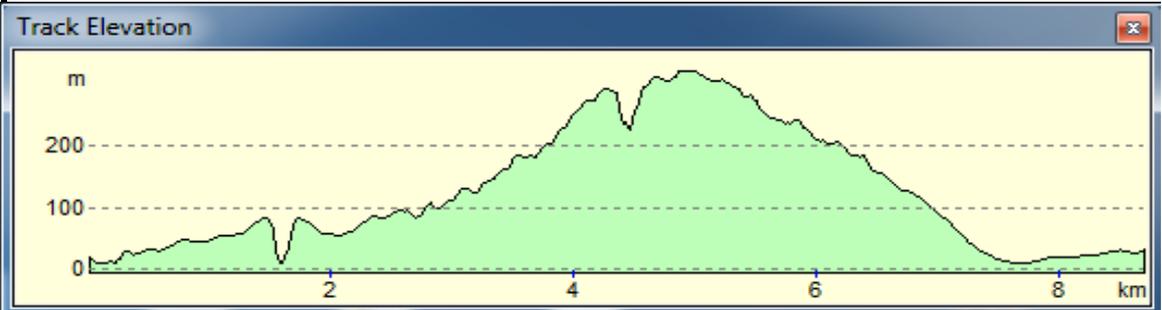
Présentation:

16/01/2017

LA CIOTAT AU DESSUS DE LA MER

Niveau : P1/T1

Itinéraire: Parking - Calanque de Figuerolles -La Chapelle Notre Dame de la Garde
Le Sémaphore-La Grande tête -La Chapelle ruinée de Sainte Croix Retour parking



Difficultés:

Marche effective : 4H

Nature du terrain : Voies urbaines puis sentier

Difficultés particulières : Aucune hormis le raidillon du départ

Longueur : 10Km

Dénivelée cumulée : 450m

Rendez vous:

Lieu et heure de rendez vous : 9h Saint Tronc /Départ 9h15

Lieu de départ de la rando : Parking de l'avenue des Falaises à La Ciotat

Heure de départ de la Rando : 10h00

Itinéraire: Se rendre à La Ciotat puis Les Calanques- Av du Mugel - 1ère à droite

Av des Myrtilles puis 1ère à droite Av des Falaises- Le parking **gratuit** est au bout

Matériel :

Chaussures : montantes

Vêtements :fonction de la météo

Température :

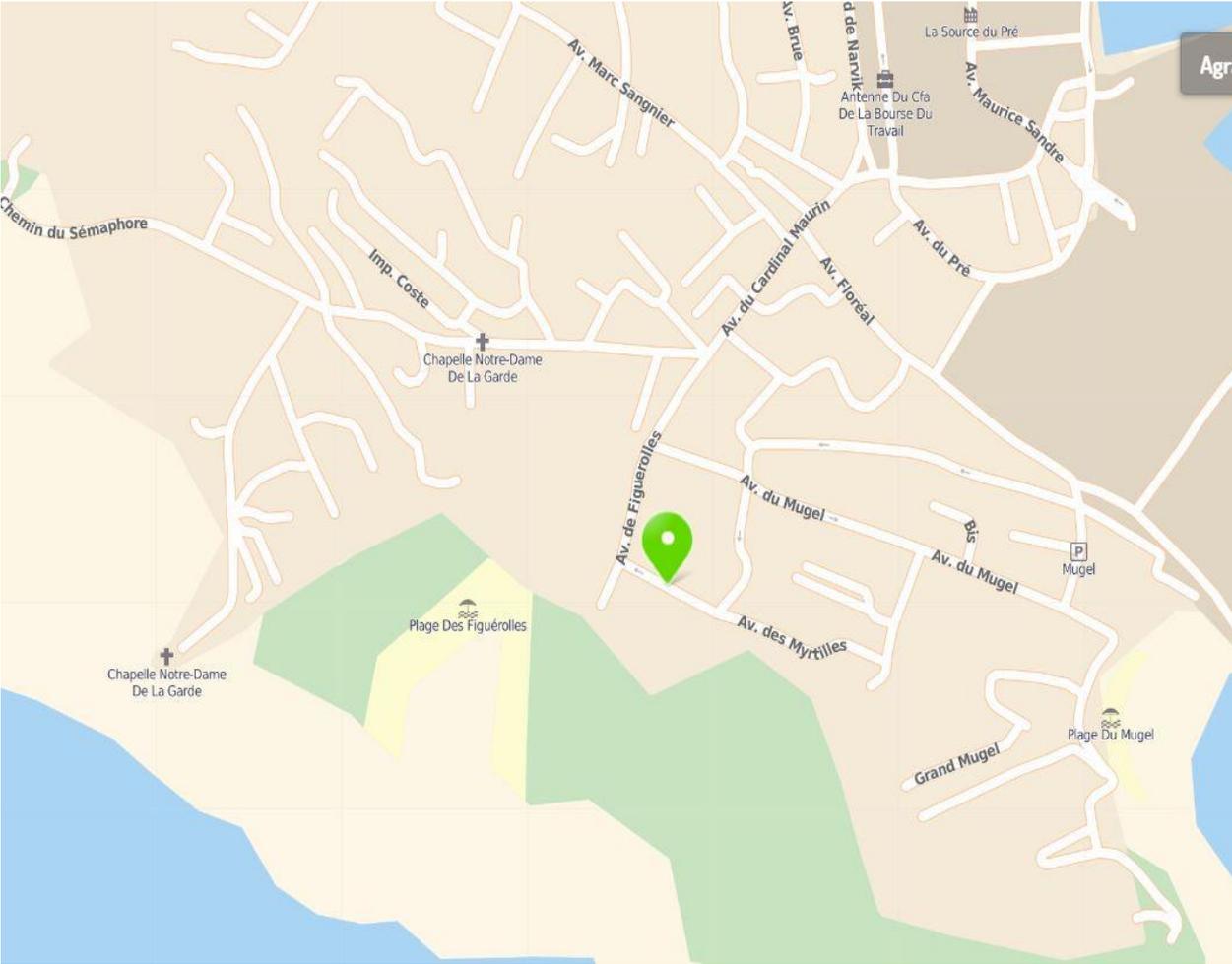
Nourriture : pique nique + boisson (1,5 l d'eau minimum)

Consignes particulières:

Organisateur : Gérald

Tel : 06 70 075 37 6

Parking La Ciotat



andir la

colfe c

