

**Rando :** *Encanaux\_Glacière\_Coutrone\_Pas de l'Aups*      **Date :** 6/février/2017

**Niveau :** P2 / T1 (Voir système de cotation au pied de la FIR)      **Carte IGN 1/25000 :** **3344 OT**

**Itinéraire de la rando :** Parking Encanaux (route de la Ste Baume)  
Aller : Encanaux, Glacière, Coutrone, Adrets, Pas de l'Aups,  
Puis retour en bouclant par : La Lare, Les Hélianthes, sentier des chèvres, Encanaux

## Difficultés :

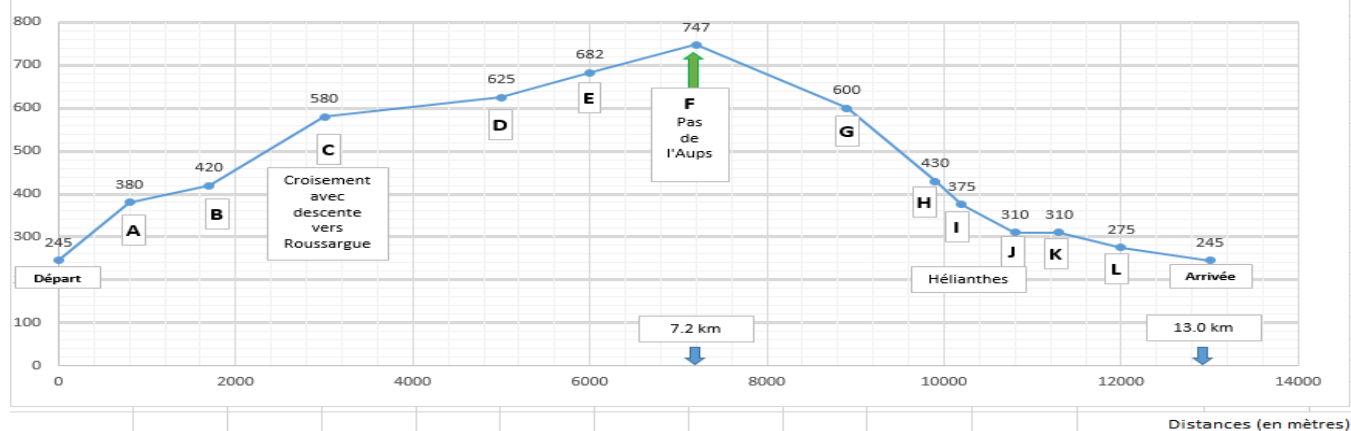
**Durée de marche effective :** **4h30**      **Longueur :** **13,0 km**      **Dénivelé cumulé + :** **500 m**

**Nature du terrain :** DFCI caillouteux et Sentier caillouteux

**Difficultés particulières :** RAS (montée environ 3h00 → repas vers 12h30)

**Profil de la randonnée :**

Profil de la randonnée en fonction des points du tableau de marche (Automatique)



## Rendez-vous :

**Lieu et heure du rdv :** Club GR St Tronc **8h45**      **Départ des véhicules :** **9h00**

**Parcours suggéré pour se rendre au départ de la randonnée :**

Autoroute Est, Pont de l'Etoile, Auriol, Route Ste Baume, Parking des Encanaux

**Lieu de départ de la randonnée :** **Parking des Encanaux (Route Ste Baume)**

**Heure de départ de la randonnée :** **9h30** (au départ des voitures)

**Heure de retour de la randonnée :** **15h30** (approximativement aux voitures)

## Matériel :

**Chaussures :** Chaussures de randonnée tiges hautes

**Nourriture et boissons :** Pique-Nique + environ 1 à 1,5 litres d'eau

**Vêtements :** Adaptés à la saison et à la météo + Casquette, etc ...

**Divers :** Bâtons de marche vivement conseillés

## Consignes particulières :

Randonnée sans difficultés techniques particulières sur DFCI et sentiers balisés, mais P2 pour un bon dénivelé et une montée d'environ 3h00. Bonne humeur et entrain (recommandés) !

**Organisateur(s) :** Jean Paul

**Téléphone :** 06 72 91 25 50

**Téléphone :**

**Rappel des cotations utilisées :**

**Pénibilité**

P1 : Sentier facile

P2 : Dénivellations fréquentes

P3 : Eboulis, Pentas importantes

**Technicité**

T1 : En balcon + Rochers

T2 : Ressauts rocheux

T3 : Câbles ou Chaines