

## *Fiche d'Information Rando*

### **Présentation: Gineste - Mont Puget -Gateaux des rois Luminy**

Rando : Gineste -Mont Puget-Puits de Cancel-Gineste,

Niveau: P2/T2

Itinéraire :Col de la Gineste; Col Ricard;Cheminée Guillemain;Vallon de l'herbe;  
Puits de Cancel (pique-nique) ; Col Ricard ; Gineste

Itineraire aménagé pour ceux qui ne souhaitent pas monter la cheminée ,



### **Difficultés:**

Marche effective : 3h15

Nature du terrain: chemins ; sentiers caillouteux et rocheux

Difficultés particulières montée raide de 30% sur 500m

Longueur : 7km

Dénivelée : 240m

### **Rendez vous:**

**1er RdV:**Lieu et heure de rendez vous : Club 8h45 ; départ 9h00

Lieu de départ de la rando: Col de la Gineste

Heure de départ de la Rando : 9h 30

**2 ème RdV** : Maison de quartier Luminy : 15 h00

Programme : Gateaux des rois (fournis par le Club)

### **Matériel :**

Chaussures de randonnée

Vêtements adaptés à la météo

Nourriture : pique nique + eau

### **Consignes particulières:**

Bâtons :selon les habitudes de chacun

**Organisateurs** : J-Pierre

Tel : 06 23 29 25 50