

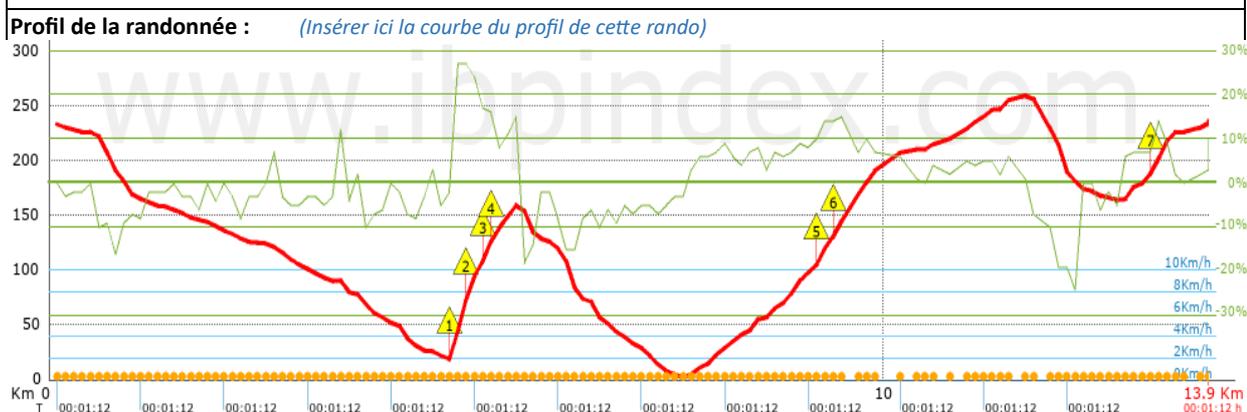
# Fiche Informations Rando

Fir\_Fusion

Par soucis de la préservation de nos arbres, merci de n'imprimer que le strict minimum

<b>Rando :Ravin Gorgue longue /Port Pin(calanques)</b>	<b>Date :17 février 2025</b>
Niveau :IBP 56 / P2/T1	Carte IGN 1/25000e :3245ET et carte calanques
Itinéraire de la rando :Ravin gorgue longue /Pas des marmots /Port pin/La Fontasse/la Gardiole	

<b>Difficultés :IP56</b>	Durée de marche effective : 6h30	Distance:13,9km	Dénivelé cumulé+:470m
Nature du terrain :Sentiers pierreux et rocheux			
Difficultés particulières :Montée de 10 à 29% et Descente 10 à 19%			



<b>Rendez-vous :</b>
Parcours suggéré pour se rendre au départ de la rando :De Marseille parking route de la gineste à droite après hôtel Restaurant Les Volets Rouge et inversement venant de Cassis
Participation covoit :
Lieu départ rando : parking <span style="float:right">GPS:43.233323N et 5.513549E</span>
Heure rdv au parking : 8h45 <span style="float:right">Heure de départ de la randonnée : 9h (au départ des voitures)</span>
Heure de retour (approximativement aux voitures) : 16h30

<b>Matériels :</b>
Chaussures : Chaussures de randonnées (hautes ou basses)
Vêtements : Adaptés à la météo
Nourritures et boissons : Pique-Nique et 1l à 1.5l d'eau
Divers : Batons conseillés

**Consignes particulières :Très pierreux /Montée à 29%**

**Organisateur / Accompagnateur : Didier REALINI /Patrick DHERS**  
**Contact: s'inscrire auprès de Didier REALINI – Tél: 07 77 23 24 26 - Email : didier.realini@sfr.fr**

Rappel des cotations utilisées : Indice IBP :56 Effort , Technicité , Risque	Pénibilité : P1 : Sentier facile P2 : Dénivellations fréquentes P3 Eboulis, pentes importantes	Technicité : T0 : rien de technique..... T1: En balcon + Rochers T2 : Ressauts rocheux T3 : Câbles et /ou Chaines
--	---	--