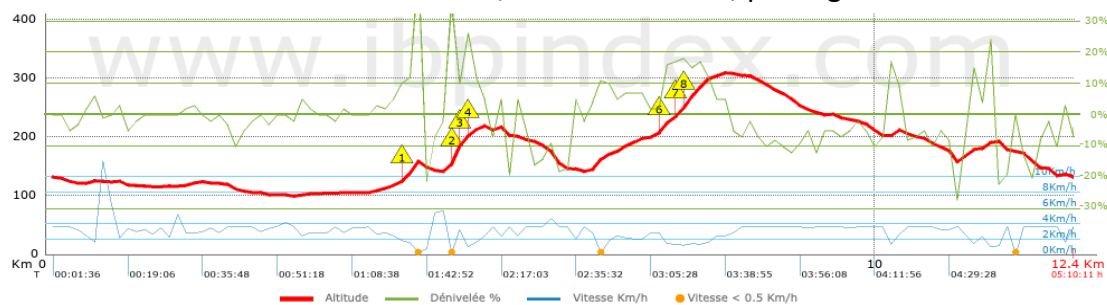


Fiche d'Information Rando du 30/3/2026

Présentation:

Rando Itinéraire

Lamanon, Roquemartine, Crête du Defens, Grottes de Calès
Chemin de la source, château de Roquemartine
Crête de Défens, Grottes de Calès, parking



Difficultés:

IBP: 53 Technicité: 2 Risque: 1

P2/T1

Marche effective 5 heures de marche
Nature du terrain Sentiers pierreux, chemins
Difficultés particulières Aucune
Longueur 12.40 km
Dénivelé 420m

Rendez vous:

Lieu de RDV Parking GPS: 43.70843N 5.08429 E
Parcours: A7, sortie 26 Senas, Lamanon par D538, Chemin de la source
Parking Chemin de la source à Lamanon, voir plan ci-après
Covoiturage: 150Km, participation club 15E, soit 7E/pers
A noter que le covoiturage s'entend à 3 pers min par voiture
Heure de RDV 9h30h, arrivée vers 16h
Heure départ rando 9h45, arrivée vers 16h30

Matériel :

Bâtons : Conseillés
Chaussures Chaussures pour randonnée
Vêtements Vêtements adaptés météo
Nourriture Pique nique et 1l et 1.5 l

Consignes particulières:

Organisateur: Robert: florence.acalet@wanadoo.fr ou tel 0649076427

PARKING Chemin de la source



Vue du Château de Roquemartine



Vue des Grottes de Calès

