

« Lambesc - Chaîne des Côtes »
Date mardi 16 novembre 2021

Association : *Amicopter*

Animateur	Alessio Patrick
Tél. portable	06 86 76 36 39
Tél. fixe	
Adresse messagerie	pmdg.alessio@orange.fr

Randonnée : Depuis la Chaîne des Côtes, belles vues sur la vallée de la Durance et les villages de Cadenet, Lauris, Mérindol. On rejoint plus tard les habitations troglodytes et la chapelle Ste-Anne de Goiron ainsi que le monument à la mémoire des résistants locaux.



IMPORTANT l'heure de départ est effective

Inscription obligatoire : **NON**

Recommandations particulières :

La veille, en cas de doute sur la météo, consultez votre messagerie ou téléphonez à l'Animateur.

Distance estimée	11 km
Dénivelée positive estimée	300 m
Durée marche estimée	4 h 30
Départ prévu à	10 h
Lieu de rendez-vous	A partir de Lambesc prendre la D67 puis la D67a vers La Roque-D'Anthéron aller (4km) jusqu'au sommet de la côte et juste avant la descente prendre le parking à droite.
Latitude	43° 41' 08,19 " N
Longitude	05° 16' 49,00 " E
Altitude au départ	429 m
Pause pique-nique	oui

Cotation	P1		T1	X	Niveau	Randonneur Débutant	
	P2	X	T2			Randonneur Moyen	X
	P3		T3			Randonneur Confirmé	

Les deux critères sont notés T1 à T3 pour la technique et P1 à P3 pour le physique

P1: Randonnée courte et facile, idéale pour un dimanche après-midi, même après un repas un peu lourd.	T1: Présence de rochers ou d'un pierrier. Pas de grande difficulté pour un débutant.
P2: Randonnée de 500 m, et plus restant faisable en une journée sans problème.	T2: Au moins un passage technique ou aérien (un échelle, un passage avec un câble).
P3: Randonnée longue (parfois sur deux jours) ou éprouvante physiquement (montées et descentes ou terrain pénible...)	T3: Randonnée aérienne ou comportant plusieurs passages difficiles pour les gens non habitués. Les gens sujets au vertige sont à assurer.

Rappel : la difficulté des randonnées est donnée à titre indicatif. De plus elle est indépendante des conditions météo et des conditions physiques ou psychologiques des randonneurs.