



SPORTS LOISIRS & CULTURE MARTIGUES

SECTION RANDONNEE PLEIN AIR

Avenue Calmette et Guérin

13500 MARTIGUES

☎ 06 73 43 40 31

Email : slcrandonnee@hotmail.fr

<http://slcrandonnee.wifeo.com>

RANDONNEE DU 20 SEPTEMBRE 2020

LE PIC SAINT LOUP (Hérault)

Départ : 7 h30 de la Halle de Martigues.

Durée : 5h30

Dénivelé cumulé : 440 mètres

Cotation : P2- T1

Carte : IGN 1/25000^e 2742 Est

ATTENTION : PAS D'ARRÊT PAIN ET CAFE (pensez à prévoir votre pain)

Le départ de notre randonnée se fera du parking qui se trouve à proximité du petit village de Cazevieille par le GR60 en direction du Nord-Ouest, GR que nous quitterons dès le premier croisement pour prendre un sentier balisé normalement en jaune en direction de l'Est et au Nord du Pic Saint Loup. Nous cheminerons sur un sentier entre chênes verts et rochers. La vue du Pic Saint Loup côté Nord ne manque pas de charme et tout le long de notre parcours nous aurons la crête d'Hortus en point de mire. Puis nous nous dirigerons vers un col que nous franchirons, pour redescendre en direction du Sud et reprendre le GR60 qui nous mènera au château de Montferrand, malheureusement cette année il ne sera pas possible de le visiter car il a été fermé au public pour la sécurité, mais nous pourrions quand même apercevoir la vue sur la vallée qui vaut bien le détour. Il sera temps de faire la pause repas.

L'après-midi, nous reviendrons sur nos pas pour affronter le sommet du Pic Saint Loup, par l'ancien chemin de croix qui monte à l'ermitage. De là-haut la vue embrasse toute la région, la mer, au-delà la plaine, aux contreforts du Massif Central et des Pyrénées aux Alpes. Le Pic Saint Loup est connu des amateurs d'escalade qui ont ouvert de nombreuses voies dans sa face Nord, mais cette falaise est aussi un haut lieu de vol à voile, parfois les dimanches les planeurs virevoltants et sifflants en un étourdissant ballet autour du sommet constituent un spectacle inoubliable.

Ensuite, nous regagnerons le parking par un sentier pour rejoindre le bus. Le sentier que nous emprunterons ne présente pas de difficultés techniques mais quelques passages caillouteux peuvent être fatiguant surtout en fin de randonnée dans la descente et demandent une attention particulière, donc il ne faudra pas se relâcher jusqu'à l'arrivée et avoir de bonnes chaussures ainsi que 2 litres d'eau.

EN RAISON DES MESURES SANITAIRES :

- Tous les randonneurs devront porter un masque dans le bus et tout le long du trajet (obligatoire).
- Pour cette randonnée nous aurons 2 animateurs Brevetés comme l'exige le nombre de participants Georges qui dirigera la randonnée et Marcel.
- Si le groupe est trop important nous essaierons d'espacer un peu en 2 groupes
- Respecter la distanciation physique le plus possible.

Recommandations :

- * Une trousse de secours individuel et une pharmacie personnelle.
- * Chaussures de marche tiges hautes Recommandée, **nous serons sur des sentiers très caillouteux.**
- * Bâtons de marche utiles
- * 1,5 litre d'eau minimum par personne.
- * Divers : appareil photo, jumelles...
- * Suivre l'animateur de tête
- * Respecter les consignes et faire preuve de prudence

Animateurs : Georges : 06 87 16 93 72, Dany