

Démarrez l'année du bon pied ...

# RANDO- DÉCOUVERTE

EN PAYS D'AIX  
ET AU-DELÀ

**JANVIER à MI-AVRIL 2023**

**mardi et jeudi**

**de 9h à 13h/14h** (et quelques journées)  
avec une accompagnatrice en montagne

**TARIFS :** Adhésion MJC annuelle : 15 €

**Forfait par périodes (mardi ou jeudi)**

Année : 245€ - Sept/Janv : 140€ - Fév/Juin : 120€

**Paiement à la sortie**

½ journée : 10 € (adh MJC) – 12 € (passagers)

Journée : 13 € (adh MJC) – 15 € (passagers)

**MJC  
PRÉVERT**

**MJC PRÉVERT**

24, Bd de la République - Aix en Provence  
04 42 26 36 50 / [www.mjc-aixenprovence.fr](http://www.mjc-aixenprovence.fr)



**NIVEAU :** Pas ou peu de difficulté technique mais être capable de marcher 3-4 heures sur des sentiers parfois caillouteux.

**PUBLIC :** Adultes.

**TRANSPORT :** Le transport jusqu'au lieu de départ des randonnées est sous la responsabilité des participants (possibilité de covoiturage). Minibus de 8 places mis à disposition par la MJC en sus.

**MATÉRIEL :**

- Chaussures de marche
- Bâtons de marche conseillés
- Coupe-vent
- Sac à dos et eau (1 litre minimum)
- « en-cas » et petit pique-nique

## ADHÉSIONS et INSCRIPTIONS :

L'adhésion à la MJC est obligatoire pour participer régulièrement à l'activité. Inscription aux sorties à la MJC ou par téléphone. Nombre de places limité pour le confort et la sécurité de tous. Le tarif « passagers » est réservé à une participation occasionnelle.

**RENDEZ-VOUS :** à 9h, rue Abbé de l'Épée derrière l'école primaire Château-Double (ou à 8h45 à la MJC, 8 personnes maximum).



<b>DATE</b>	<b>LIEU</b>	<b>DUREE *</b>	<b>DENIVELE POSITIF</b>
Mardi 3 janvier	l'aqueduc de Roquefavour (Ventabren)	3h	160 m
Jeudi 5 janvier	Autour de Grambois (Luberon)	3h	160 m
Mardi 10 janvier	Le fort de Niolon	3h	250 m
Jeudi 12 janvier	L'ermitage de Saint Jean du Puy (Trets)	3h	250 m
Mardi 17 janvier	La rando des amis (étang de Berre)	3h	50 m
Jeudi 19 janvier	Le circuit de la Pallière (Sainte Victoire)	3h	200 m
Mardi 24 janvier	Autour de Roques Hautes (Sainte Victoire)	3h	250 m
Jeudi 26 janvier	L'aire de la Mourre (Chaîne de l'Etoile)	3h	360 m
Mardi 31 janvier	Le tour de la couronne de Charlemagne (Cassis)	3h	300 m
Jeudi 2 février	La calanque des eaux salées (Ensues)	3h	240 m
Mardi 7 février	La tour Cauvin (Sainte Baume)	3h	200 m
Jeudi 9 février	Le circuit des Courbons (Cabrières d'Aigues)	3h	300 m
Mardi 28 février	Les bories du Talagard (Salon de Provence)	3h	200 m
Jeudi 2 mars	Le parc de Saint Pons et le sentier des blés (Gemenos)	3h	250 m
Mardi 7 mars	Le cabanon des Gardes (Roquefort la Bédoule)	3h	200 m
Jeudi 9 mars	La crête de la montagne des Ubacs (Vauvenargues)	3h	200 m
Mardi 14 mars	Les bories de Bonnieux	3h	250 m
<b>Jeudi 16 mars</b>	<b>Journée : Entre Alleins et Vernègues</b>	<b>4h30</b>	<b>400 m</b>
Mardi 21 mars	Le Pilon du Roi depuis le domaine des Marres	3h	300 m
Jeudi 23 mars	Sivergues et l'Aiguebrun	3h	200 m
Mardi 28 mars	La petite Camargue (La Roque d'Anthéron)	2h45	50 m
Jeudi 30 mars	Dans les collines de la Fare les Oliviers	3h	250 m
Mardi 4 avril	La forêt de Cèdres et la Roque des Bans (Luberon)	3h	180 m
Jeudi 6 avril	Le Brigou (Cuges les Pins)	3h	350 m
<b>Mardi 11 avril</b>	<b>Journée : La Borie du Mourre Blanc et l'abbaye Saint Hilaire</b>	<b>4h15</b>	<b>250 m</b>
Jeudi 13 avril	Les collines de Charleval	3h	250 m

**La durée s'entend non compris le temps de transport en voiture.  
Selon les randos le retour est prévu entre 13h et 14h30 environ (sauf journées).  
Le programme peut être modifié au dernier moment en fonction des conditions météo**