Démarrez l'année du bon pied ...

RANDO-DECOUVERTE

EN PAYS D'AIX ET AU-DELÀ

janvier à mi-avril 2024

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 : 250 € - Sept/Janv : 135 € - Fév/Juin : 135 €

Paiement à la sortie

½ journée : 10 € (adh MJC) – 12 € (passagers) Journée : 13 € (adh MJC) – 15 € (passagers)



MJC PRÉVERT

24, Bd de la République - Aix en Provence 04 42 26 36 50 / 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.

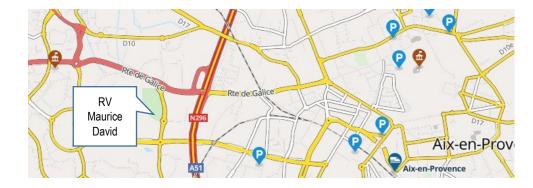
MATÉRIEL : - Chaussures de marche

- 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.

 $\begin{cases} \textbf{RENDEZ-VOUS} : a 9h, parking du stade Maurice David, \\ \end{cases}$ avenue Marcel Pagnol (ou à 8h45 à la MJC, 8 personnes maximum).



DATE	LIEU	DURÉE *	DÉNIVELÉ POSITIF
Mardi 9 Janvier	Autour de Grambois (Luberon)	3h	160 m
Jeudi 11 Janvier	L'aqueduc de Roquefavour (Ventabren)	3h	160 m
Mardi 16 Janvier	La crête de la montagne des Ubacs (Vauvenargues)	3h	200 m
Jeudi 18 Janvier	Le Mont Cruvelier (Gemenos)	3h	370 m
Mardi 23 Janvier	L'ermitage Saint Jean du Puy (Trets)	3h	250 m
Jeudi 25 Janvier	La rando des amis (Berre)	3h	50 m
Mardi 30 Janvier	Les curiosités de Saint Chamas	3h	200 m
Jeudi 1 Février	Les bories du Talagard (Salon de Provence)	3h	200 m
Mardi 6 Février	Le vallon des Glauges (Eyguières)	3h	110 m
Jeudi 8 Février	Du parc de Roque Hautes au refuge Cézanne	3h	300 m
Mardi 13 Février	Entre Pourrières et Puyloubier	3h	200 m
Jeudi 15 Février	La Quille au départ de Saint Canadet	3h	150 m
Mardi 20 Février	Le vieux Rougiers	3h	250 m
Jeudi 22 Février	Le temple romain et le vieux Vernègues	3h	200 m
Mardi 12 Mars	Autour de Peynier, les contreforts du Régagnas	3h	250 m
Jeudi 14 Mars	La citadelle et la Sinne (Vauvenargues)	2h45	150 m
Mardi 19 Mars	Le Montaiguet (Aix en Provence)	3h	200 m
Jeudi 21 Mars	Les barres du Saint Esprit (Aubagne)	3h	200 m
Mardi 26 Mars	La tour Cauvin (Sainte Baume)	3h	200 m
Jeudi 28 Mars	Journée : de Maussane aux Baux de Provence	4h30	200 m
Mardi 2 Avril	Autour du domaine des Pichauris	3h	300 m
Jeudi 4 Avril	Au pied de la Sainte Victoire, le domaine de Subéroque	3h	180 m
Mardi 9 Avril	Journée : entre Alleins et Vernègues	4h30	400 m
Jeudi 11 Avril	De Cadenet à Lourmarin	3h	150 m
Mardi 16 Avril	Le domaine de Branguier (Peynier)	3h	200 m
Jeudi 18 Avril	Les bories de Bonnieux	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