

<https://www.persoemy.fr/spip.php?article623>



**exploration, col de la gineste,
marseille, bouches du rhône,
col ricard, vallon mestrallet, mt
puget, col de la candelle, GR,
at, cap gros, vallon
de marthe**



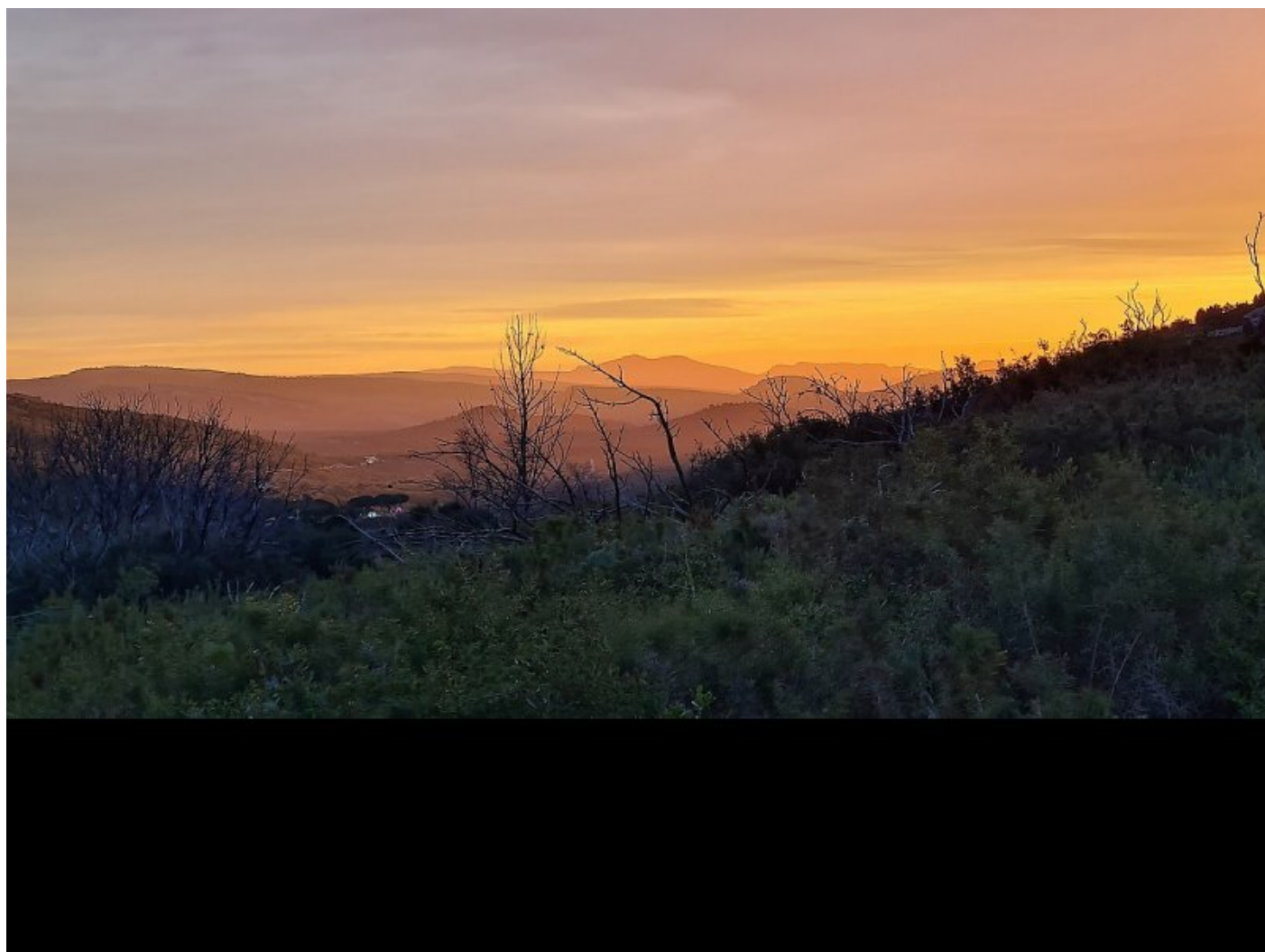
Date de mise en ligne : jeudi 12 janvier 2023
Date de dernière modification : 12 janvier 2023

- Randos

Copyright © persoREMY - Tous droits réservés

le circuit IGN

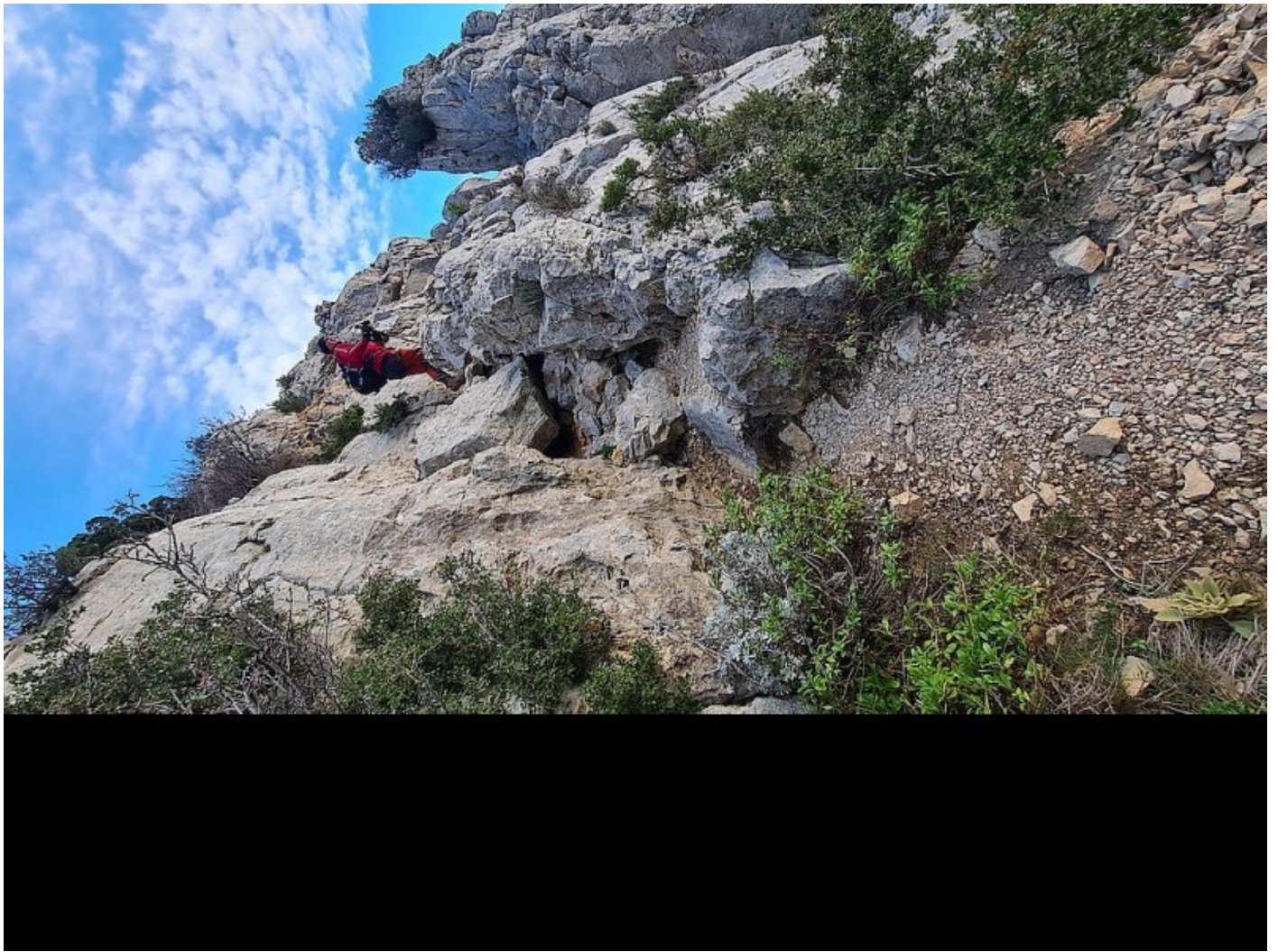
rando d'exploration par temps de mistral, et découverte sur 10kms800 en 4h15 et 472m de dénivelé, au départ du col de la ginestre, direction le col ricard, , puis la piste à gauche, et un sentier bien marqué à droite vers le vallon mestrallet bien tracé , baumes, défilé...puis la croix de puget, la crête puis un sentier à droite, bien marqué qui rejoint le sentier qui va vers le col de la candelle, on suit le GR, puis avant la montée du cap gros, le vallon du chat, pierrier, puis le pas ..., il faut mettre un peu les mains..on arrive près du puits, direction l'estret puis le vallon ste marthe, empierré, puis un petit pas , attention.., le puits et retour au parking

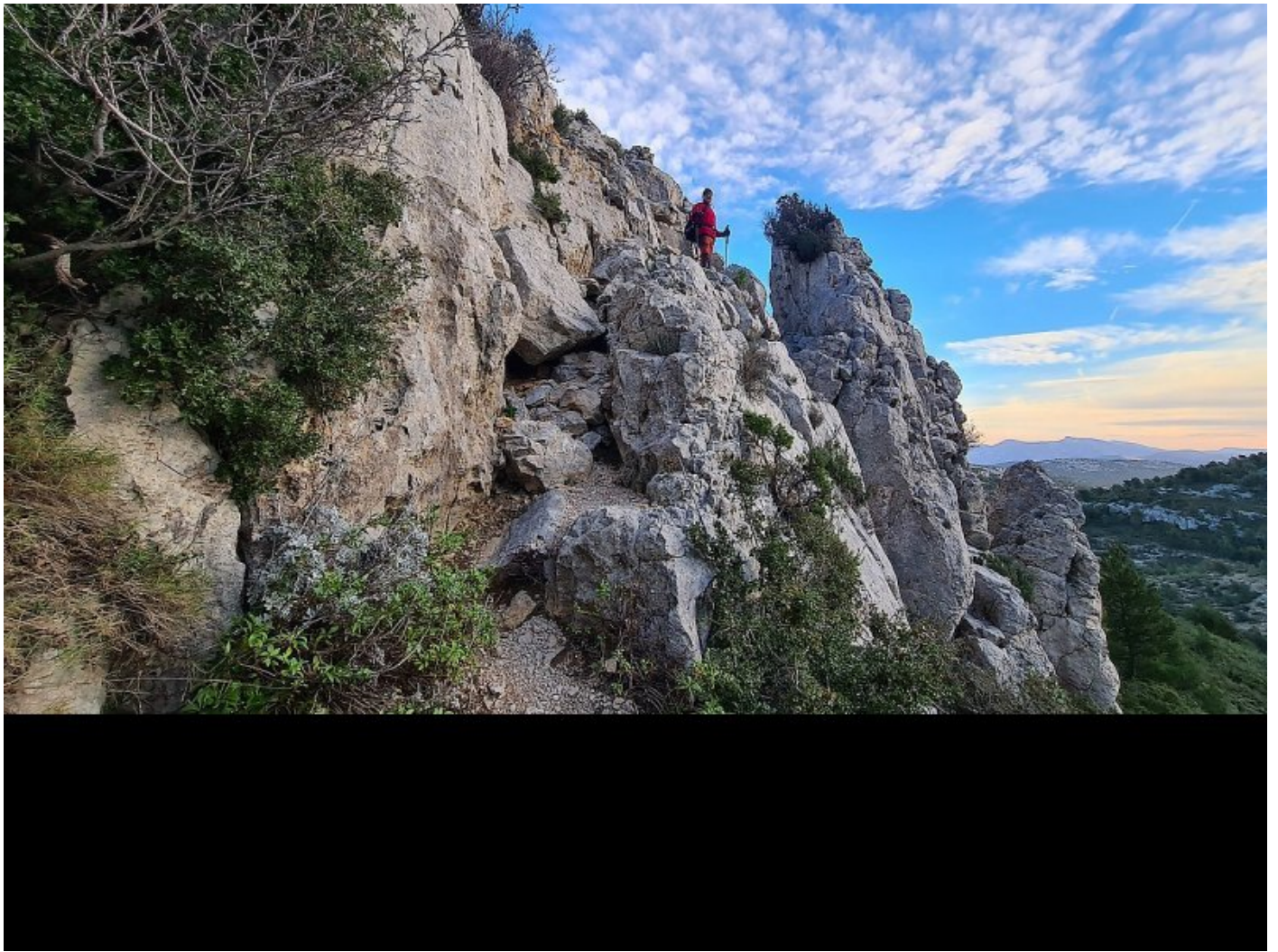


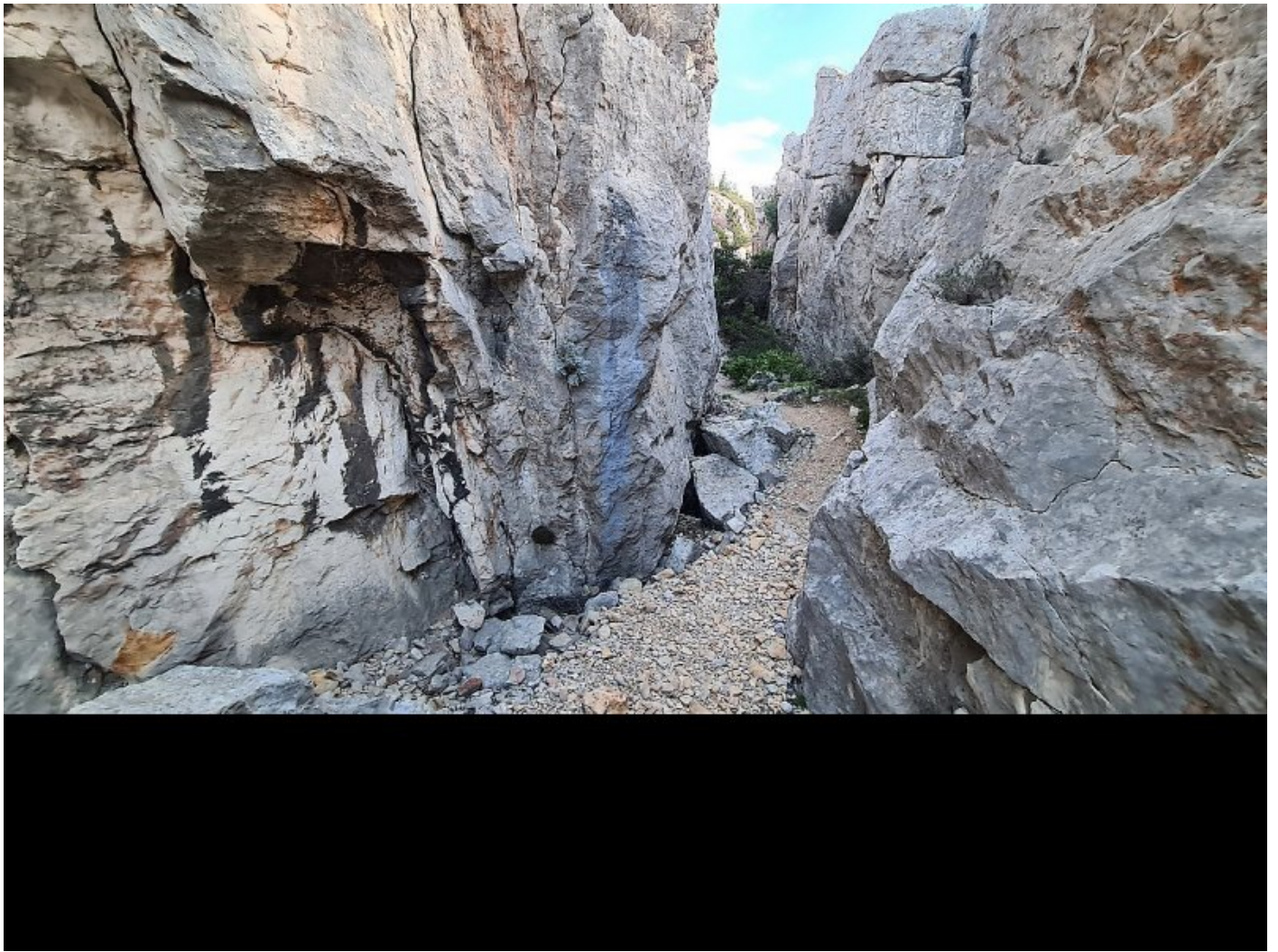




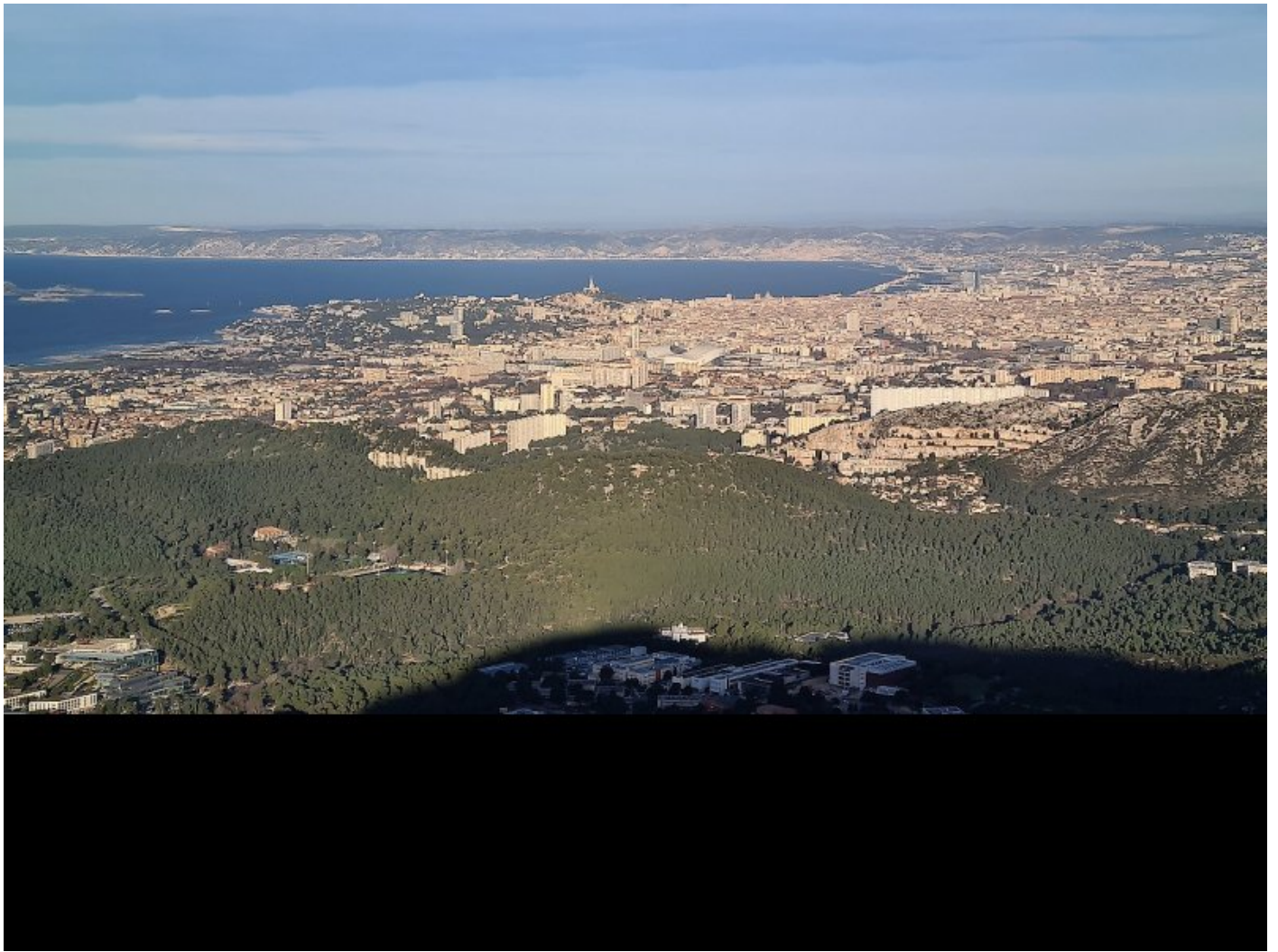




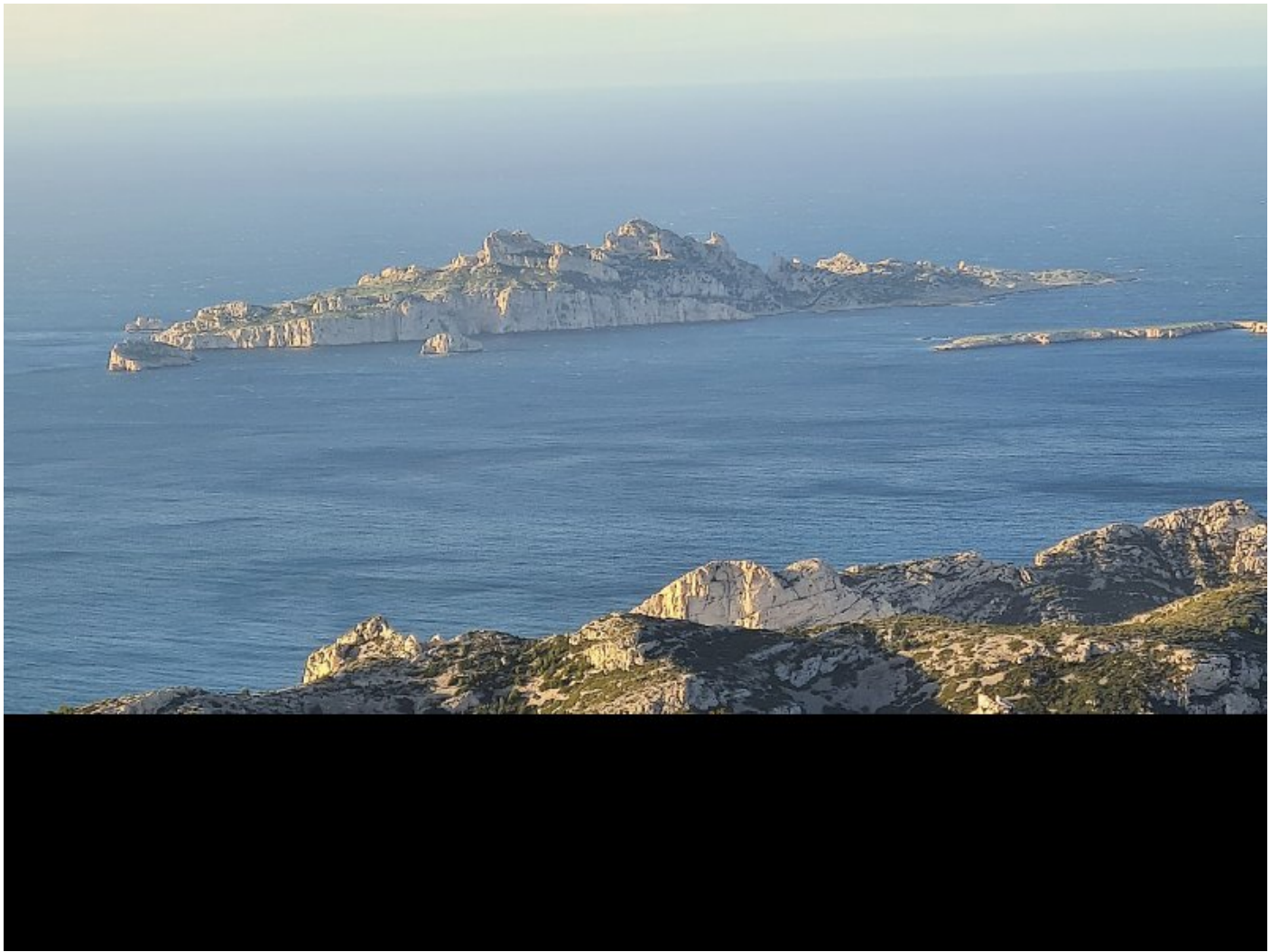


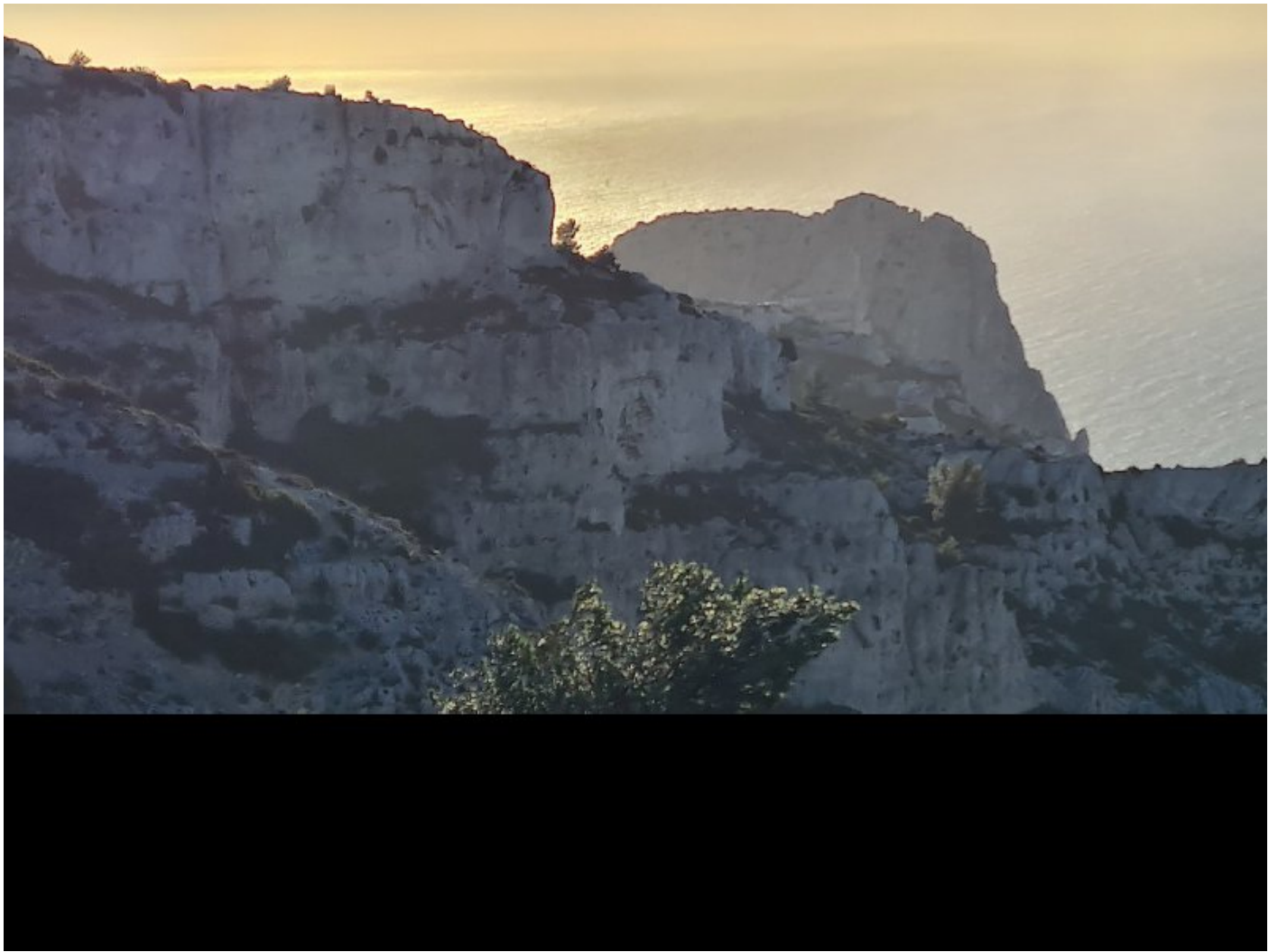


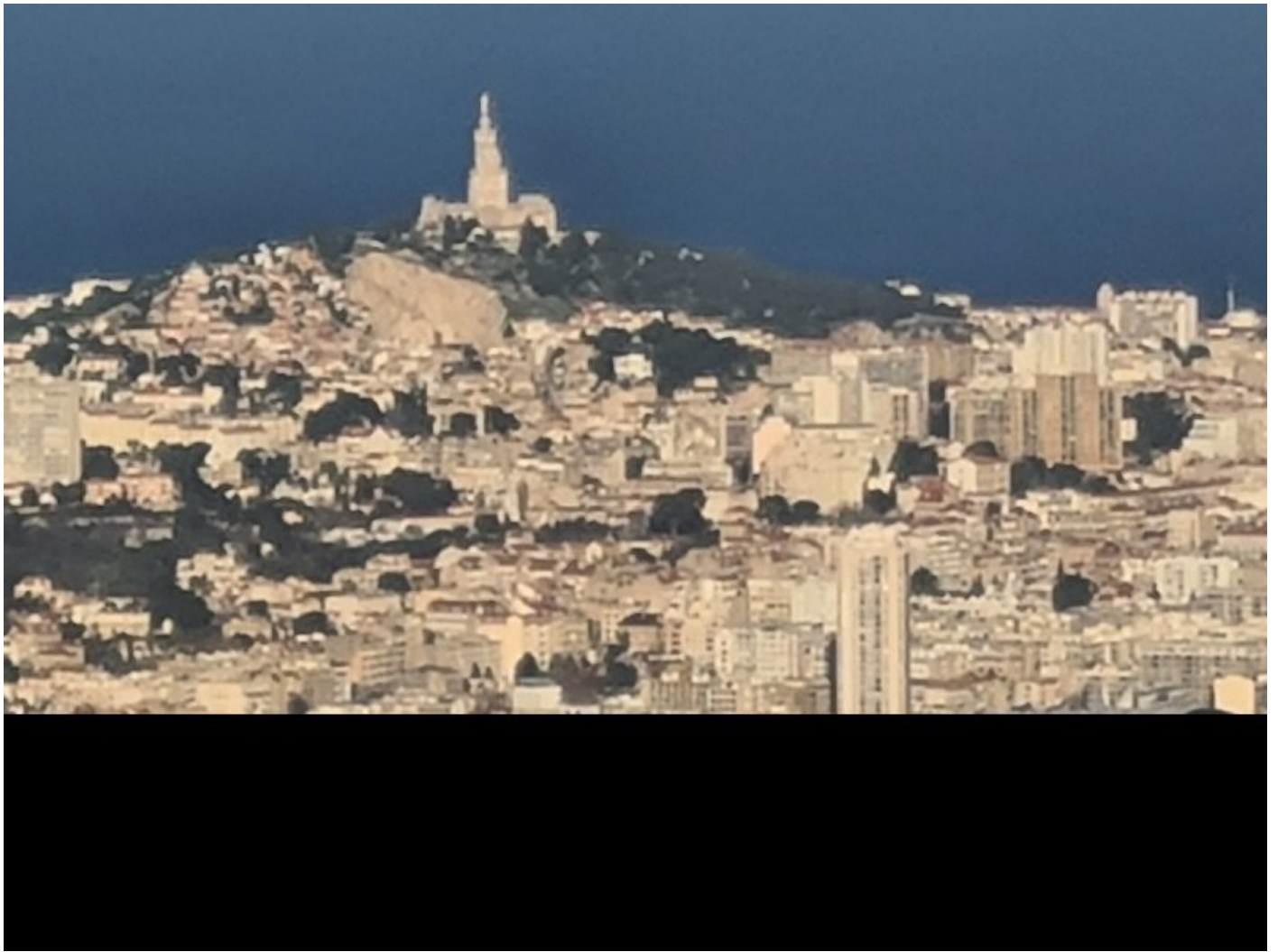


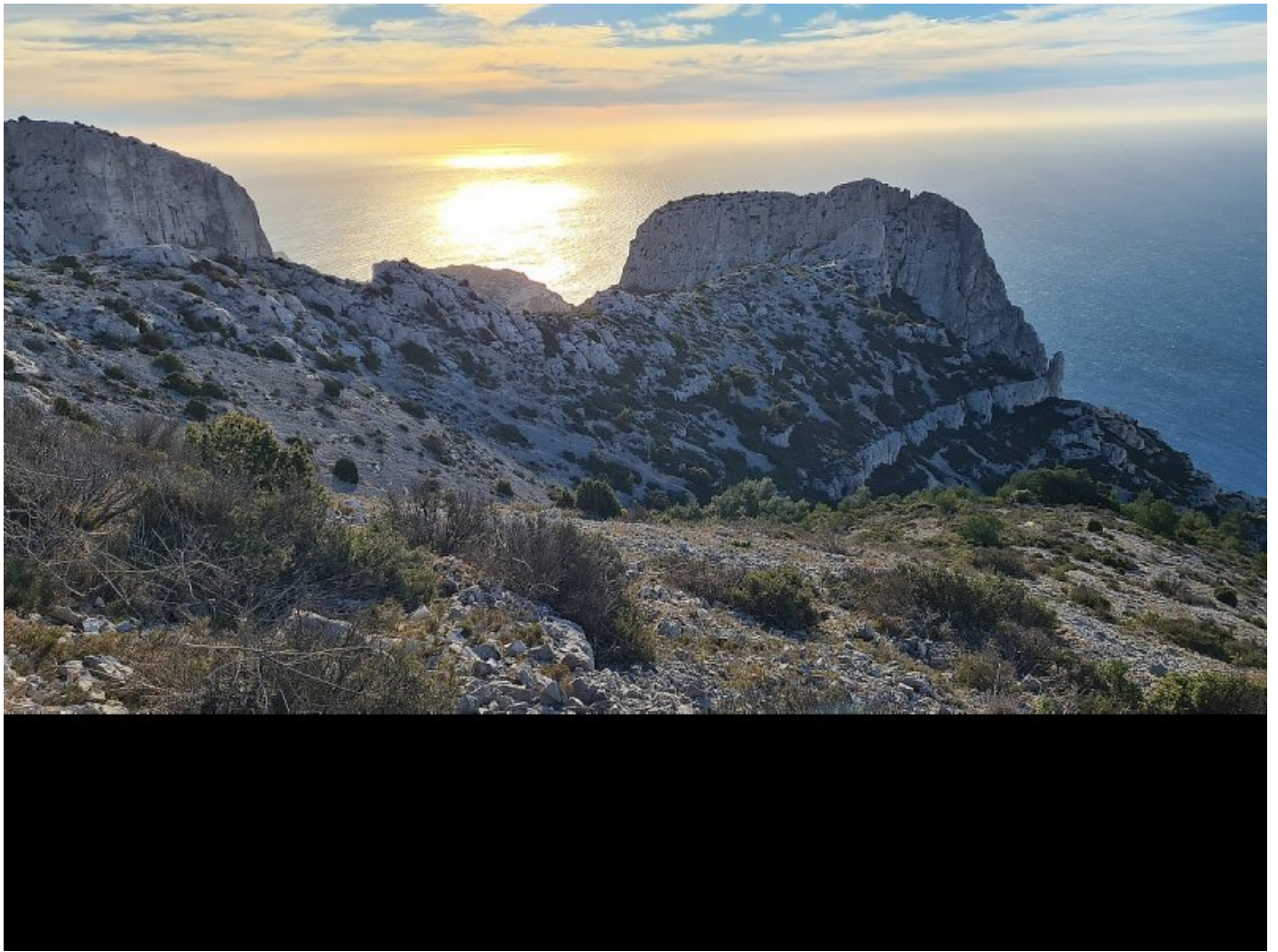




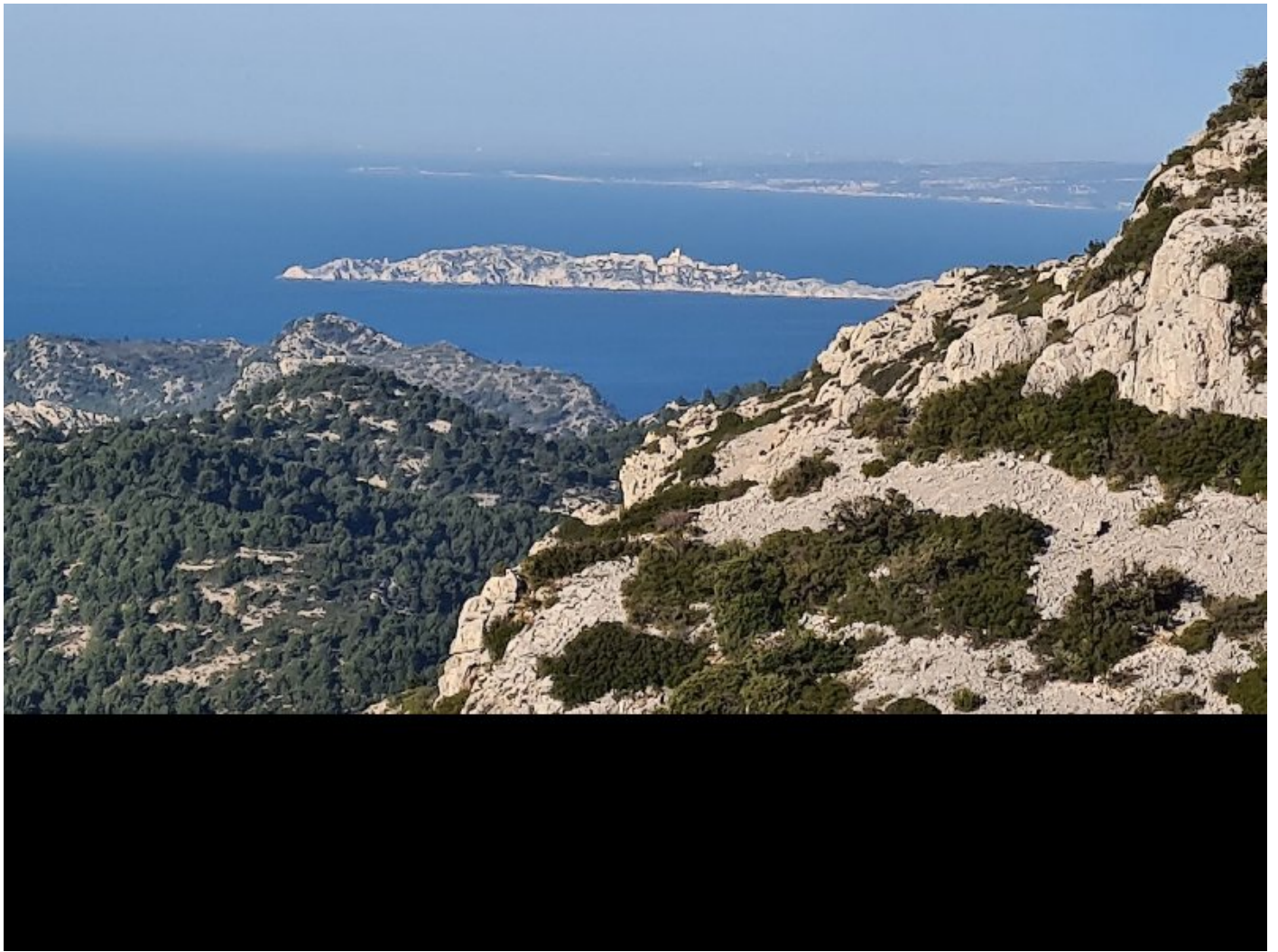




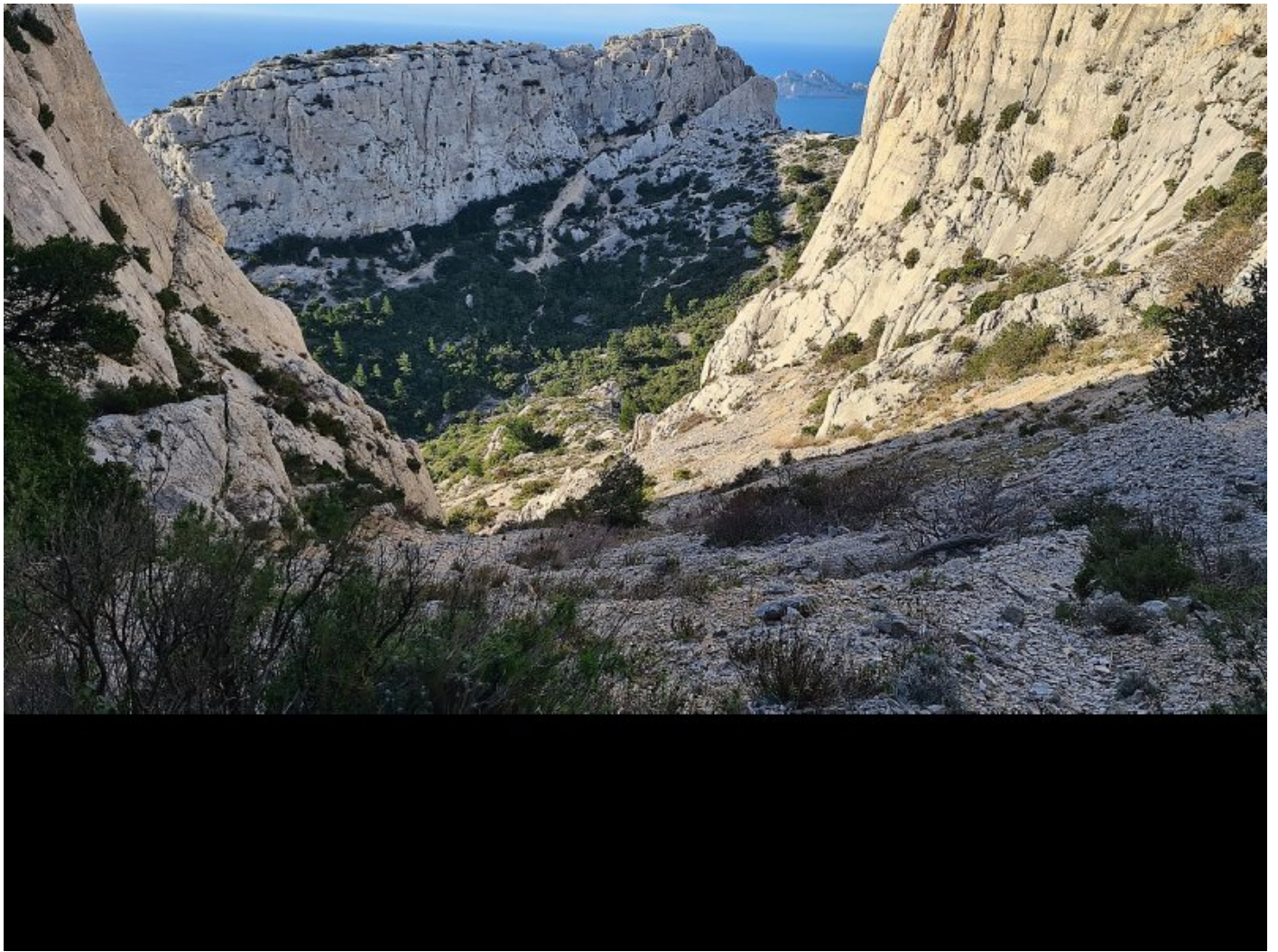




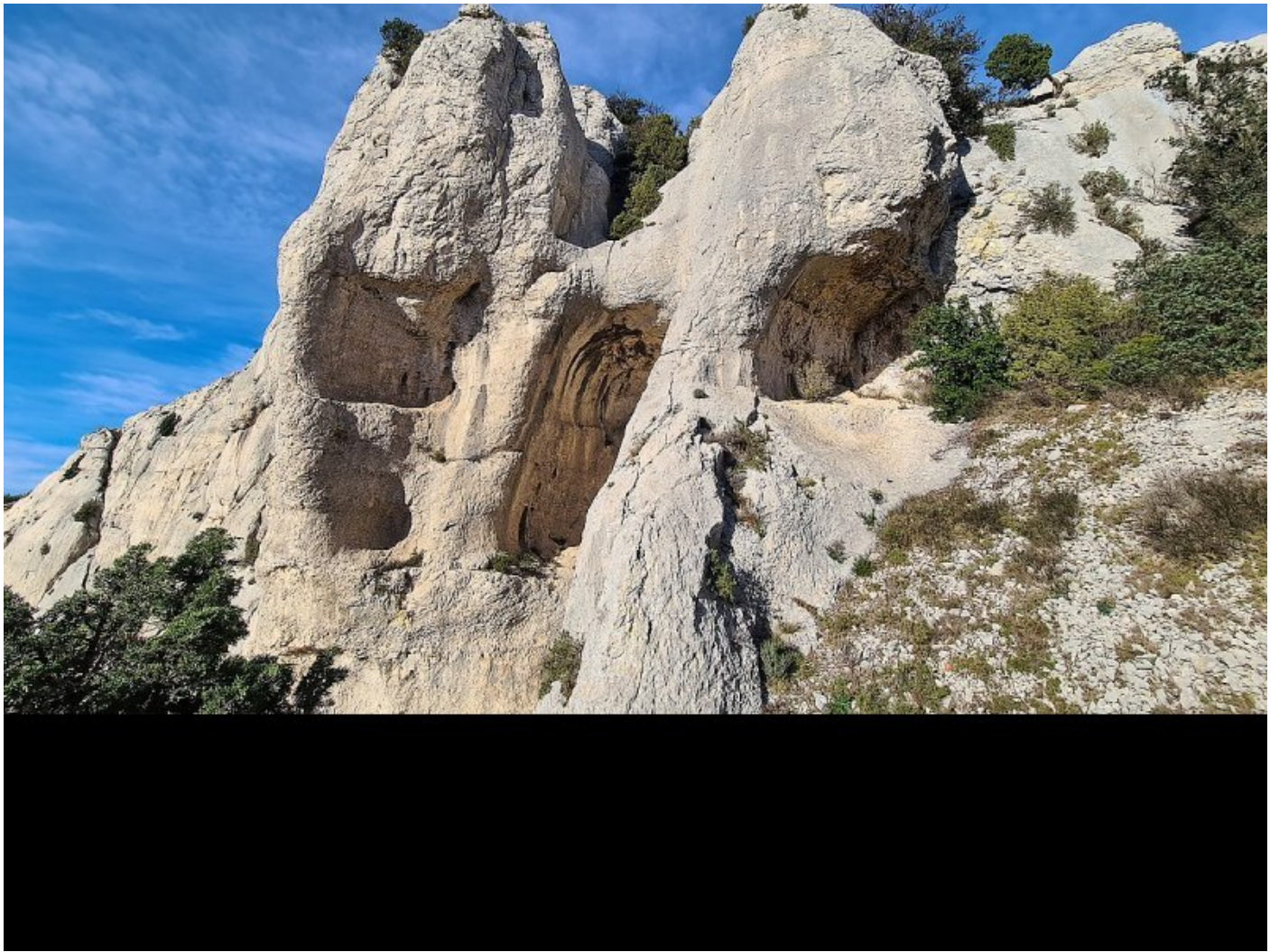


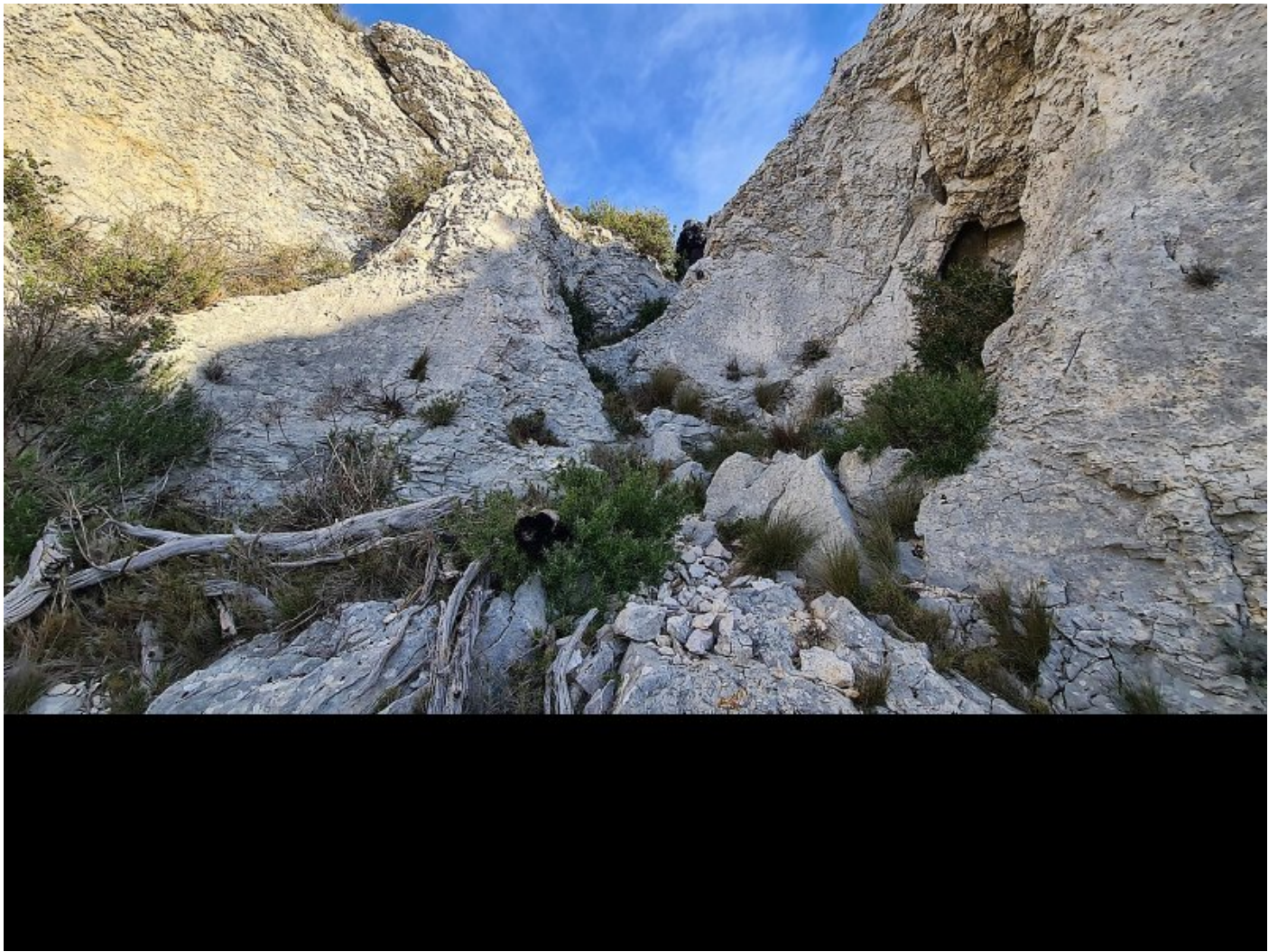








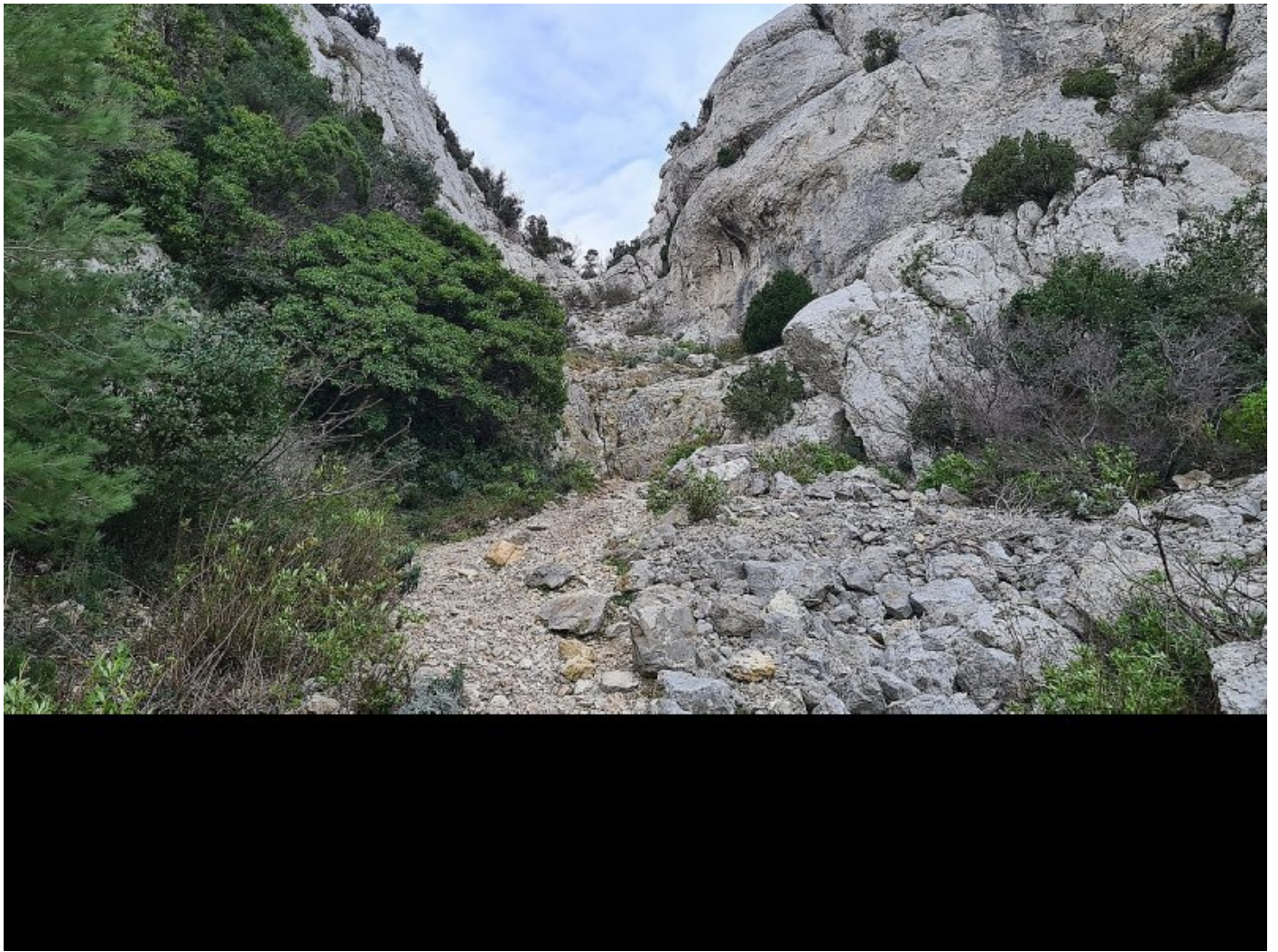




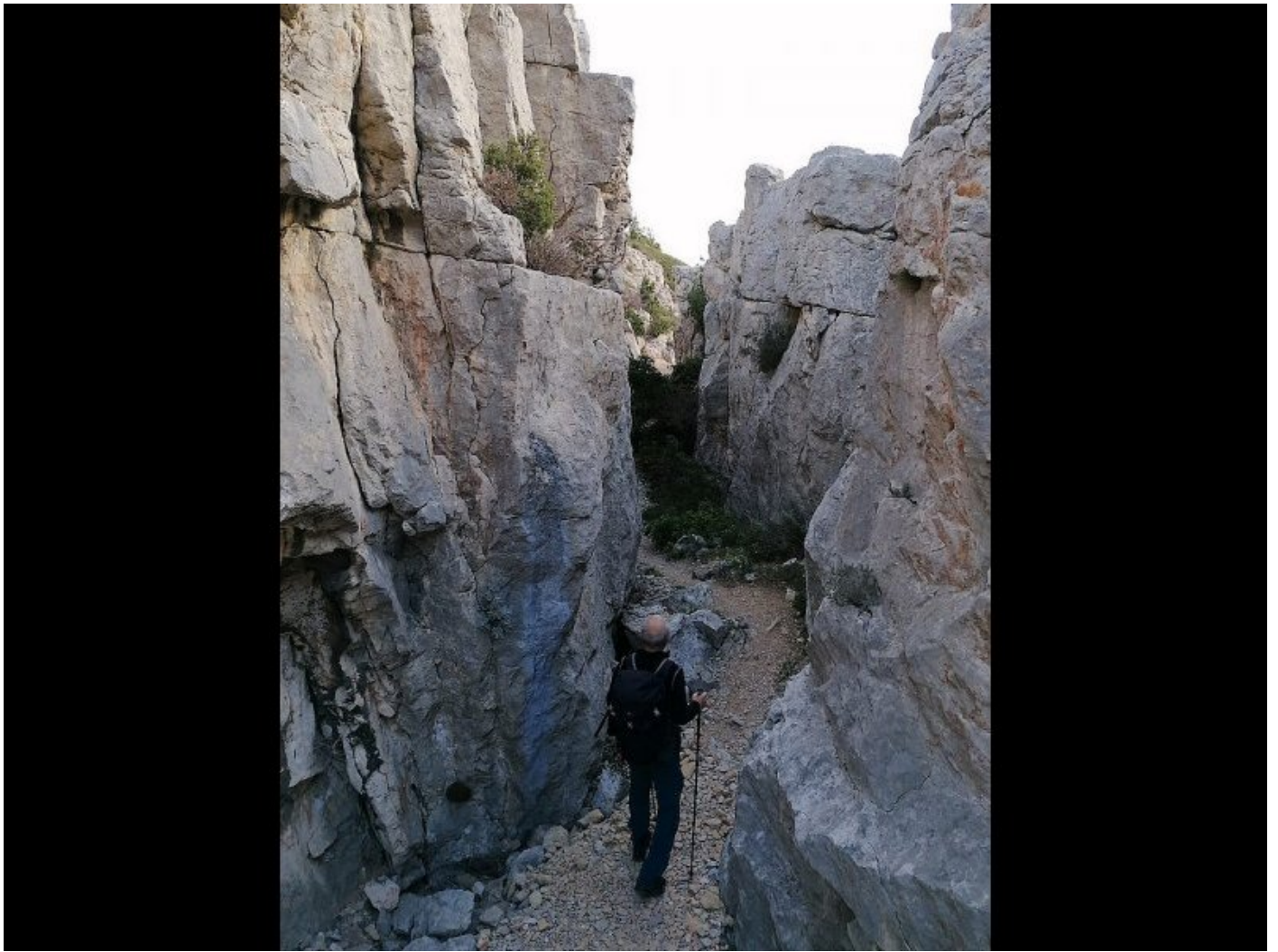


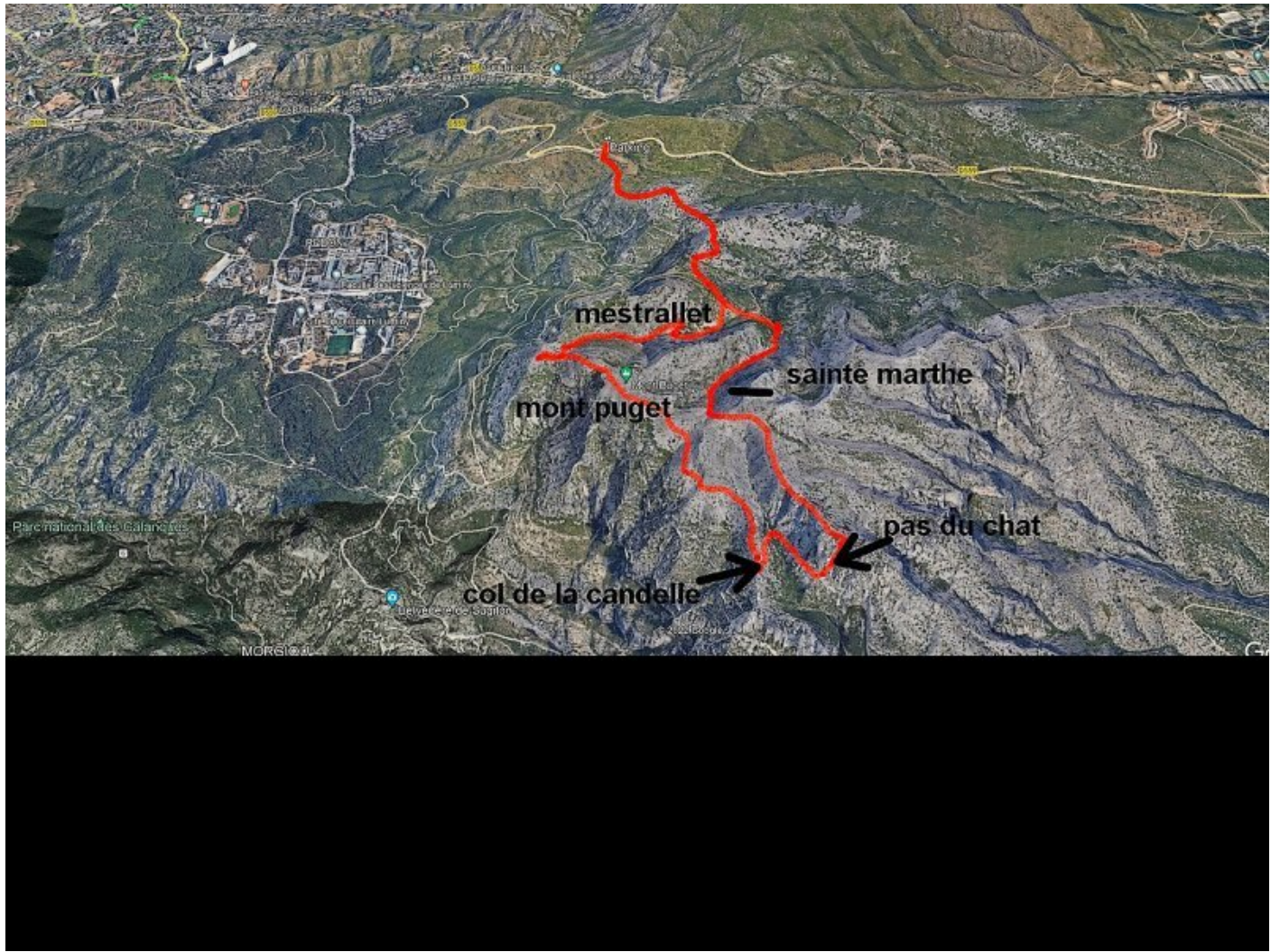




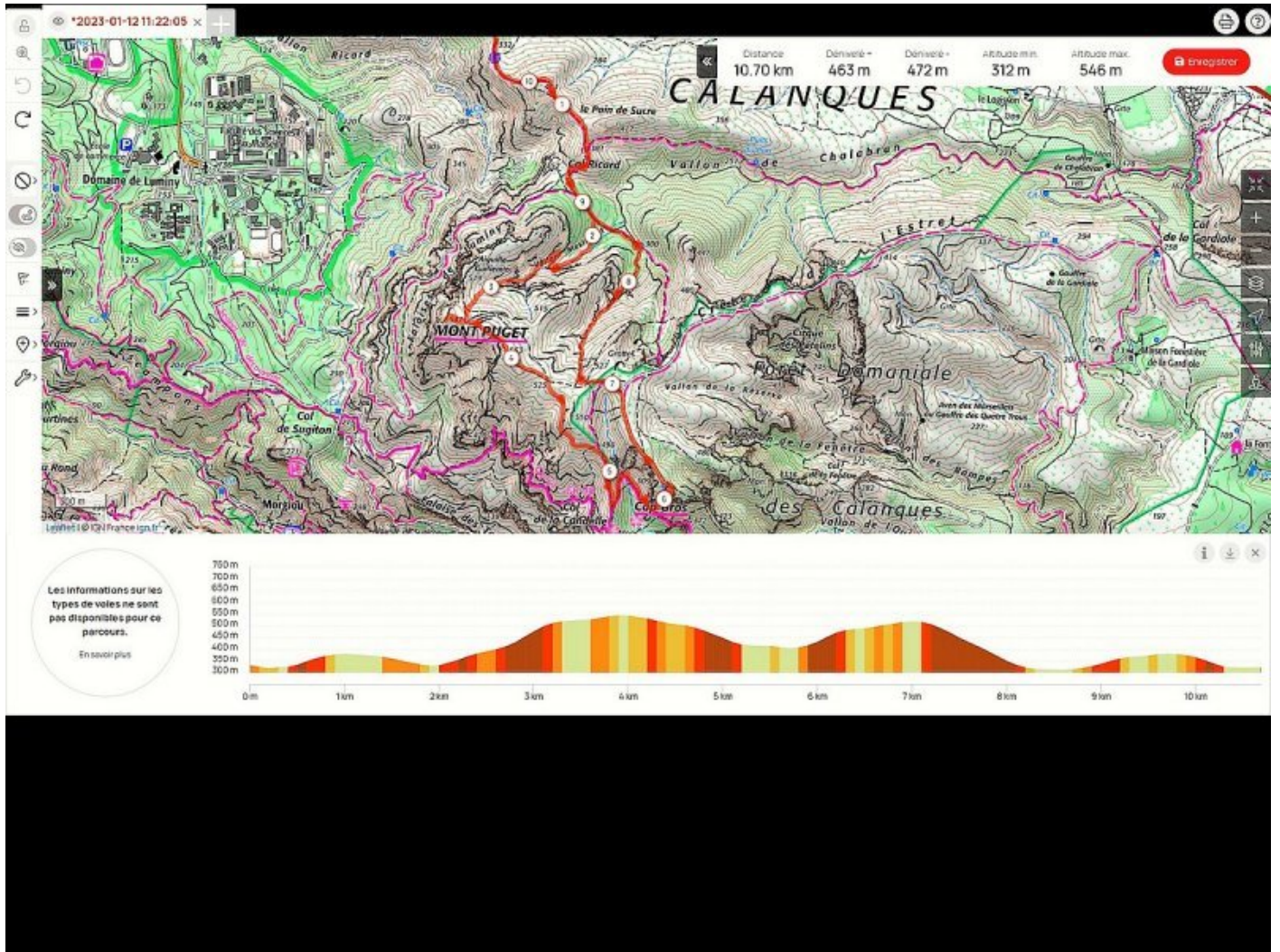








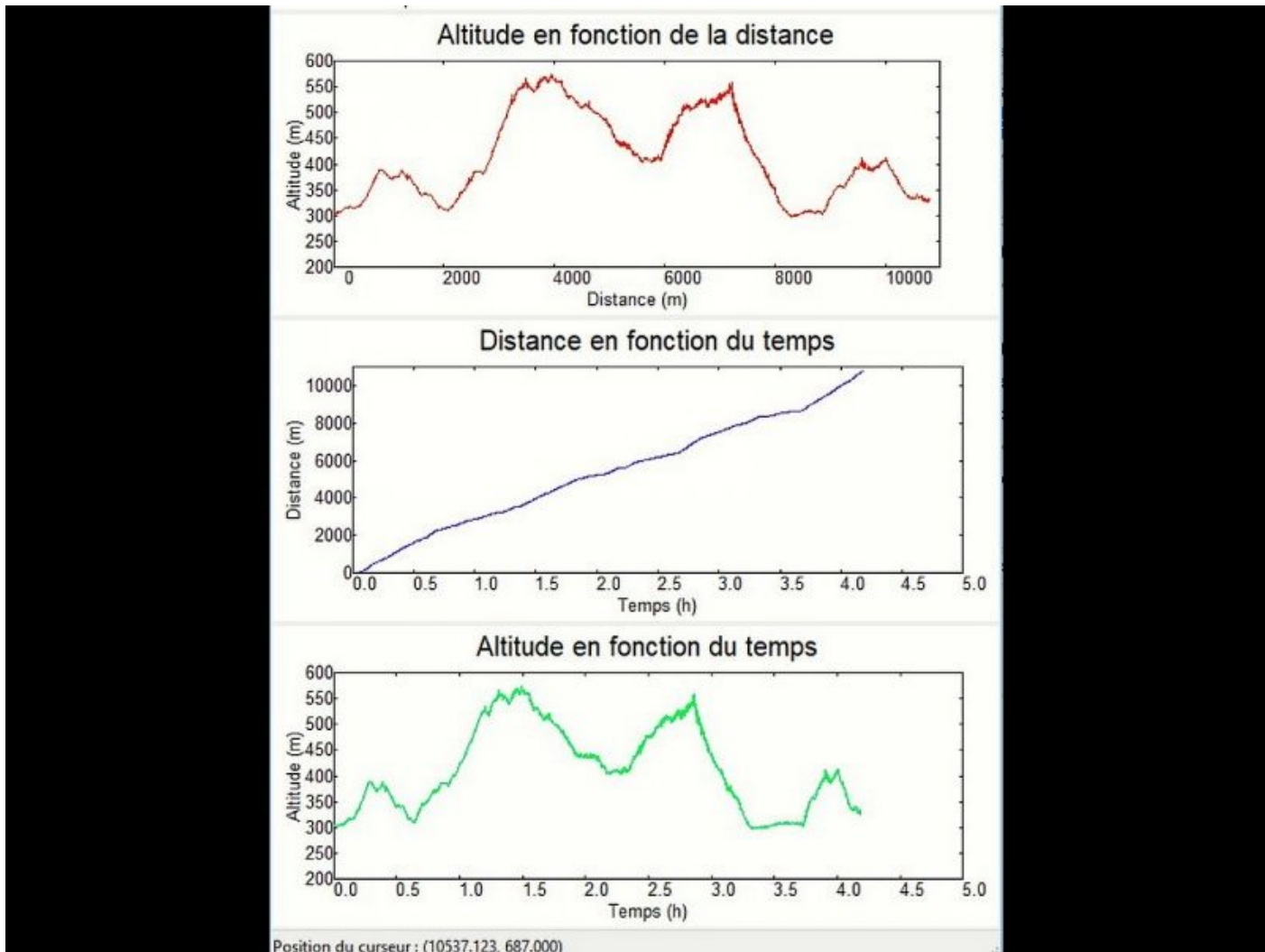




	Départ	Arrivée		
Date	<input type="text" value="12/01/23"/>	<input type="text" value="12/01/23"/>	Distance (m)	<input type="text" value="10808.989"/>
Heure	<input type="text" value="07:10:42"/>	<input type="text" value="11:21:54"/>	Durée	<input type="text" value="04:11:12"/>
Altitude (m)	<input type="text" value="303"/>	<input type="text" value="330"/>	Vitesse moy (km/h)	<input type="text" value="2.582"/>
Altitude min (m)	<input type="text" value="297"/>		Dénivelé + (m)	<input type="text" value="2207"/>
Altitude max (m)	<input type="text" value="573"/>		Dénivelé - (m)	<input type="text" value="2180"/>
Altitude moy (m)	<input type="text" value="413"/>			

Ouverture du fichier réussie





.cycle-paused:after { display:none; } .texte_infobulle { text-align:left; }