

Randos Ressourçantes du Vendredi !

Horaires : RDV 9h45 sur place, covoiturage depuis Aix ou Marseille recommandé. Fin de rando vers 12h30-13h



Dates	Lieu de Rendez Vous	Sortie	
19 Janvier	Parking jouxtant le boulodrome du Tholonet	Réserve naturelle de Sainte Victoire	<p>Parcours : Se fait sur de larges chemins vallonnés et parfois sur petits sentiers étroit et caillouteux, avec un dénivelé entre 150 et 300 m et entre 5 et 8 km.</p> <p>NE PAS OUBLIER : Sac à dos, chaussures de marche à semelles crantées, veste (pluie-vent) et/ou pull, gourde mini 1l d'eau, « en-cas » (fruits secs, barre céréalière...), protection solaire (lunettes, chapeau, crème solaire, bâtons de randonnée recommandés</p>
16 Février	Parking Niolon	Pointe de Figuerolles	
15 Mars	Maison de Sainte Victoire	Oppidum Untinos	
12 Avril	Abbaye de Silvacane	Chaine des côtes	
17 Mai	Col des Portes	Pic des Mouches	
7 Juin	Lourmarin	Vallon du Bon Dieu	