



# **SPORTS LOISIRS & CULTURE MARTIGUES**

**SECTION RANDONNEE PLEIN AIR**

**Avenue Calmette et Guérin**

**13500 MARTIGUES**

**☎ 06 89 75 94 13 ou 06 73 43 40 31**

**Email : [slcrandonnee@hotmail.fr](mailto:slcrandonnee@hotmail.fr)**

**<http://slcrandonnee.wifeo.com>**

---

## **RANDONNEE DU 19 MARS 2023 LES GROTTES DE CALES (Eyguières - BDR)**

**Départ : 7H30 parking de La Halle (gare routière)**

**Durée : 4 heures 30mn**

**Dénivelé positif : 320 m**

**Dénivelé négatif : 320 m**

**Dénivelé cumulé : 640 m**

**Longueur : 13 km**

**Difficultés : P1 / T1**

**Carte IGN : 1/25000 : 3143 OT**

C'est à partir du charmant petit village d'Eyguières que débutera notre randonnée.

Sur place à notre arrivée, nous aurons au centre du village à disposition café et boulangerie afin de faire le plein d'énergie !!

Le début de cette randonnée se fera au départ de la Fontaine des Bornes, nous prendrons la direction des crêtes surplombant la magnifique vallée des Alpilles, puis nous continuerons sur les sentiers boisés en direction du village de LAMANON où se trouve « Les Grottes de Calès » nous y découvrirons un village Troglodyte vestige des civilisations oubliées...

Nous prendrons ensuite le chemin du retour en direction d'Eyguières point de départ de cette randonnée.

### ***Recommandations :***

- \* Une trousse de secours individuel et une pharmacie personnelle.*
- \* Chaussures de marche tiges hautes **Recommandées**.*
- \* 1.5 litres à 2 litres d'eau minimum par personne, en période estivale.*
- \* Divers : appareil photo, jumelles...*
- \* Suivre l'animateur de tête*
- \* Respecter les consignes et faire preuve de prudence.*

**Animateurs : Lionnel 06 52 76 90 83 Antoine.**