

Rando Provence
Sur les sentiers du jeudi



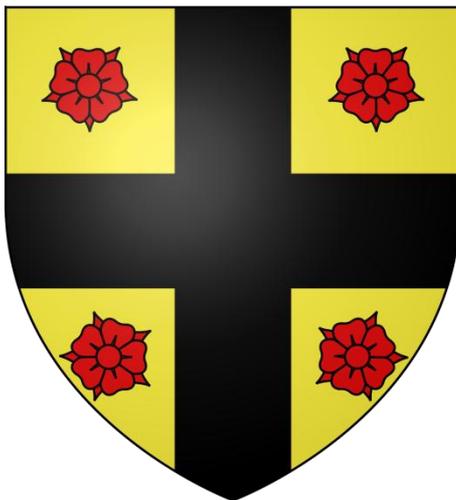


Edito n° 6



Randonnée du Jeudi 7 Mars 2024

Sources de l'Huveaune
depuis Nans-les-Pins

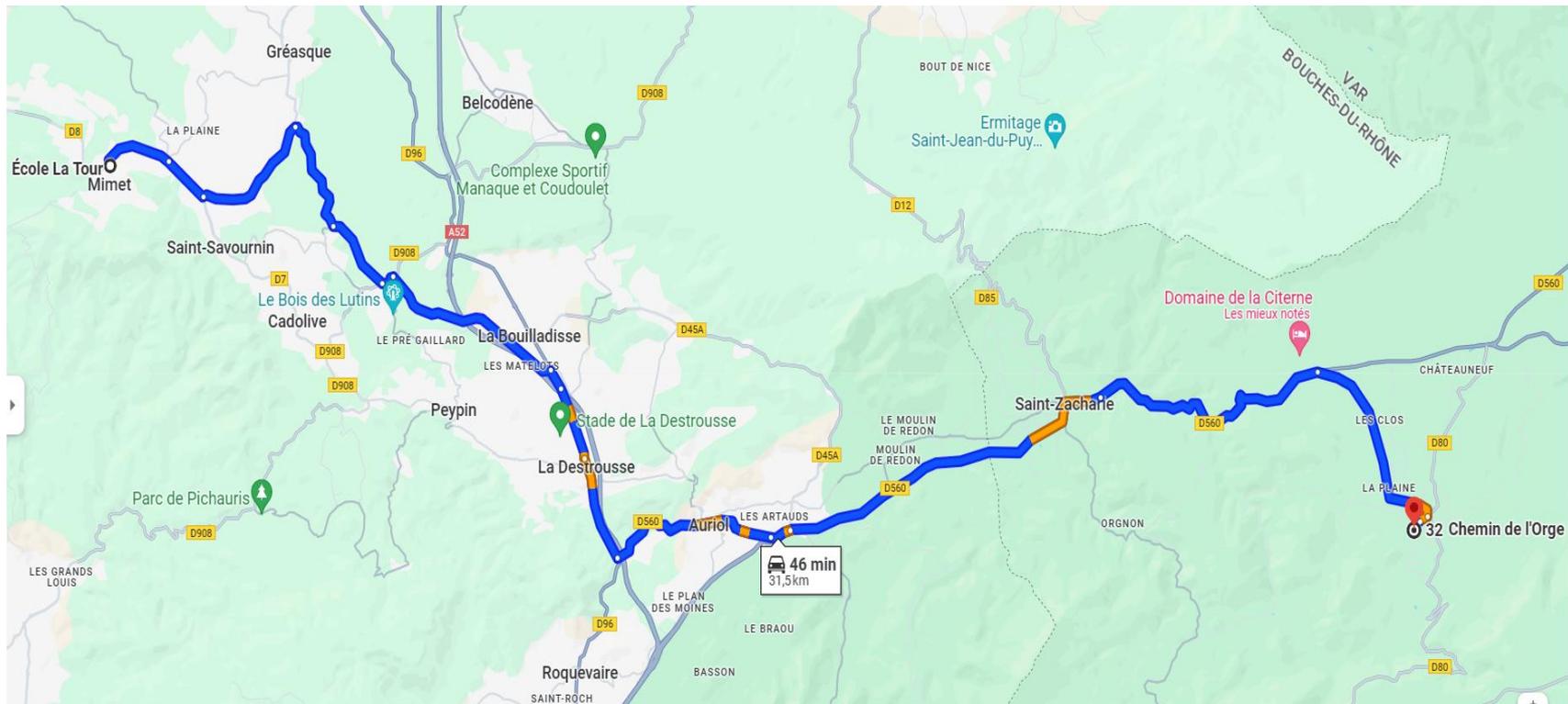


Descriptif

Départ 8h 15 parking de la Tour

Départ de la randonnée :

9h15 - Parking de la Chapelle -32 Chemin de l'Orge. 83860 Nans-les-Pins



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins

Descriptif suite

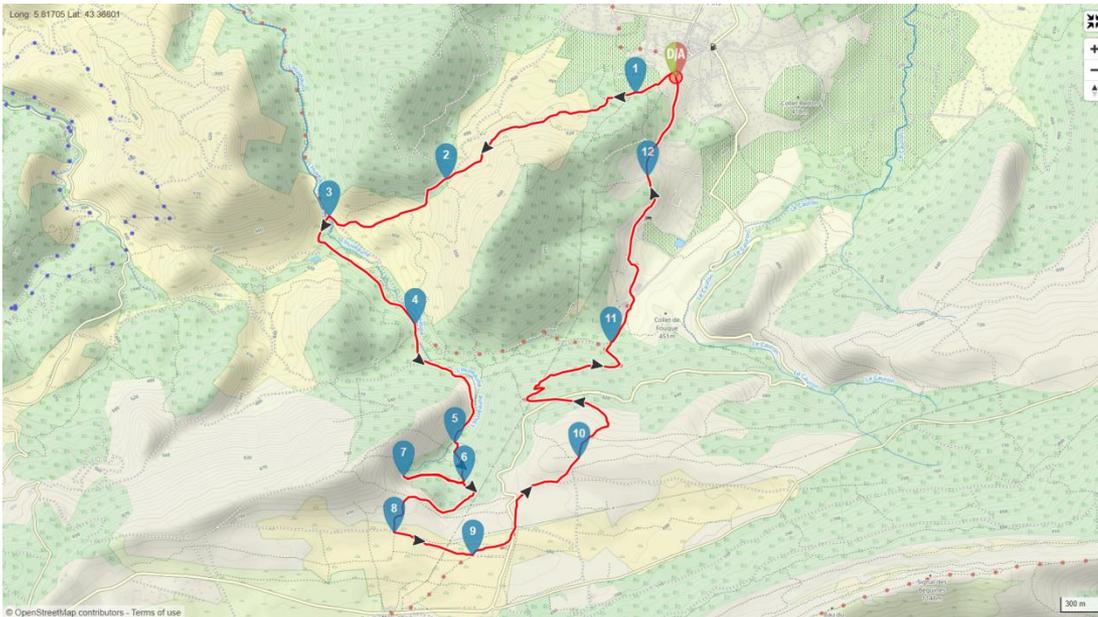
Le circuit était annoncé assez facile!!!!

Curiosités

Beau circuit assez facile qui présente plusieurs centres d'intérêt:
Le vieux village de Nans ,
le chemin des Roys pour le côté historique et
enfin le très joli site ombragé de l'Huveaune avec ses eaux translucides...
à la bonne saison.

À l'unanimité nous l'avons trouvé moyennement facile avec quelques passages très raides, mais la beauté du site valait la peine de « souffrir un peu »

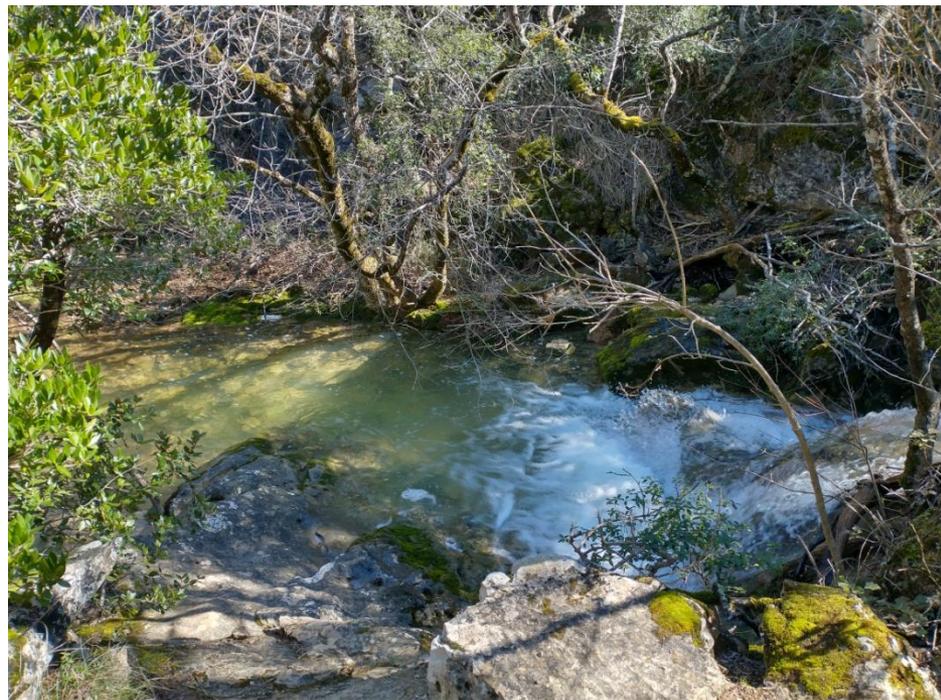
-  **Distance : 12,82 km**
-  **Durée moyenne : 5h 05** 
-  **Difficulté : Moyenne**



-  **Retour point de départ : Oui**
-  **Dénivelé positif : + 495 m**
-  **Dénivelé négatif : - 490 m**
-  **Point haut : 705 m**
-  **Point bas : 409 m**

Les personnes présentes à la randonnée

Carole Mangin
Joëlle Giraud
Agnès Barbot
Vincent Caruso
Martine Bellec
Nicole Léon
Alain Pierron
Danielle Sabonnadière
Alain Sabonnadière
Gérard Seiries
Jocelyne Barra



Les photos du jour



Le départ de Nans
Danielle va changer de chaussures
On est dans les temps

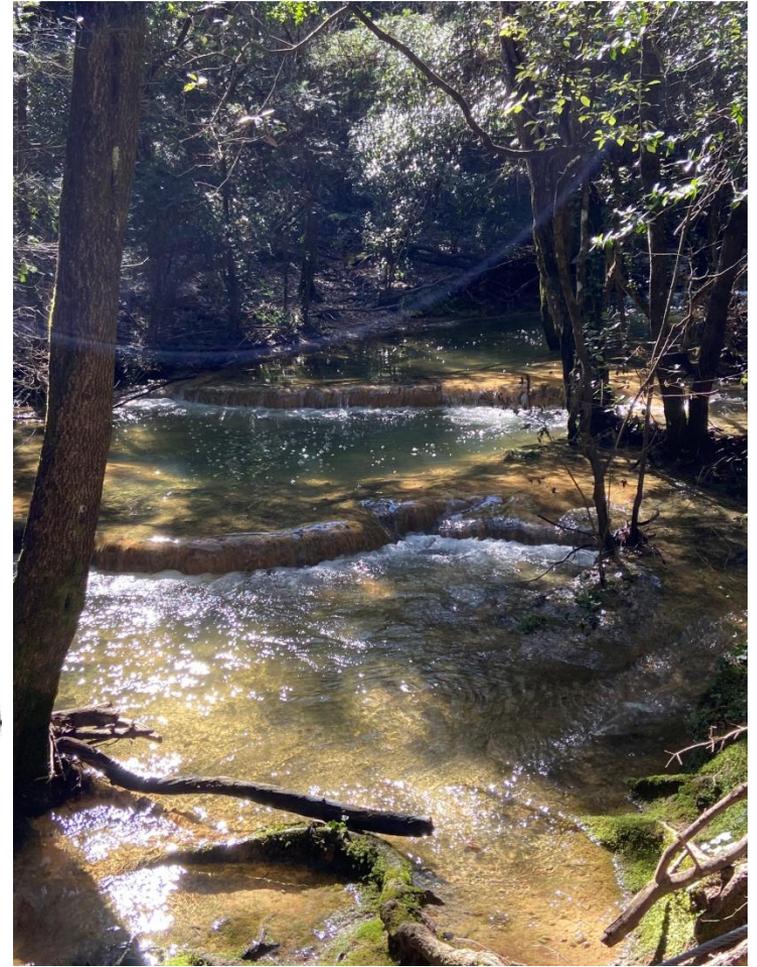
Au petit matin à la Diote by Agnès



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins

Les photos du jour

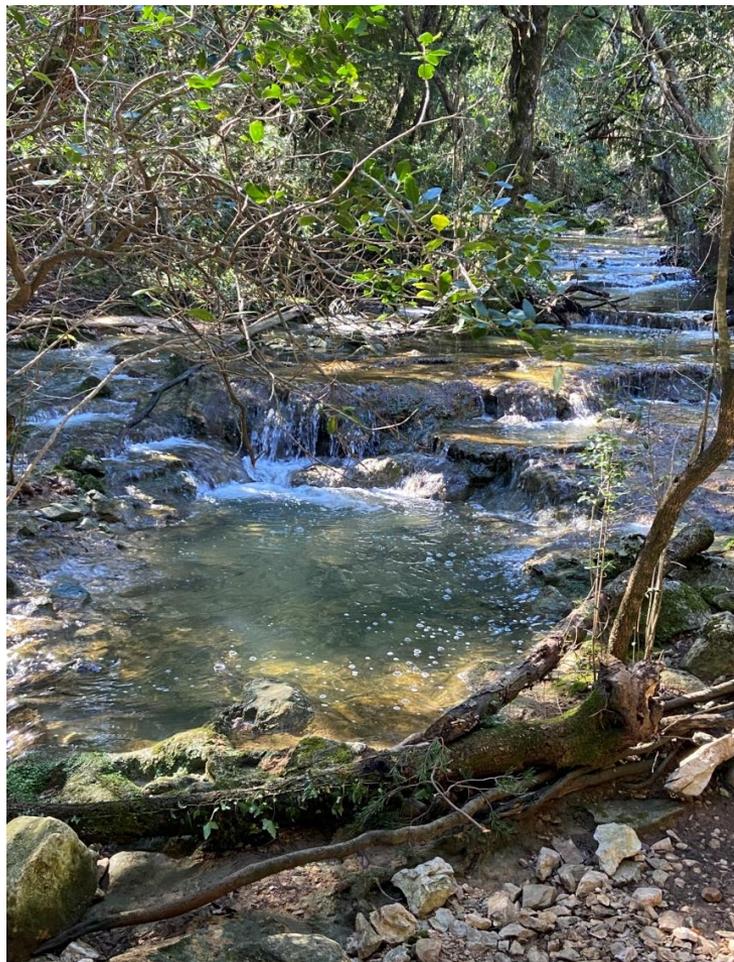
Aller les photographes à vos Smartphones



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins

Les photos du jour

Les pluies des derniers temps nous ont permis de profiter de paysages superbes, que dire devant tant de beauté!!!!!!



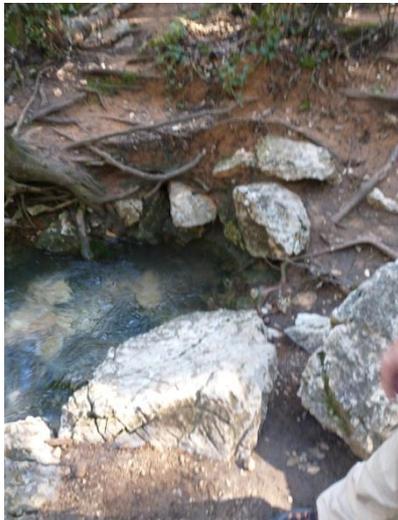
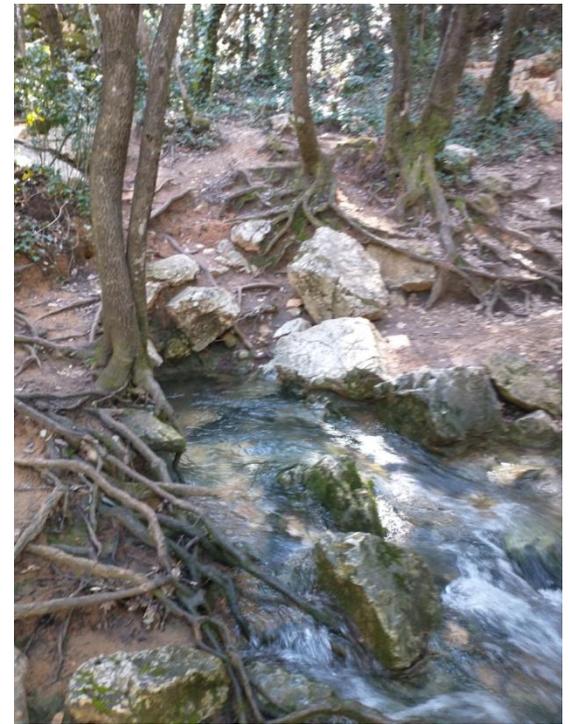
Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins



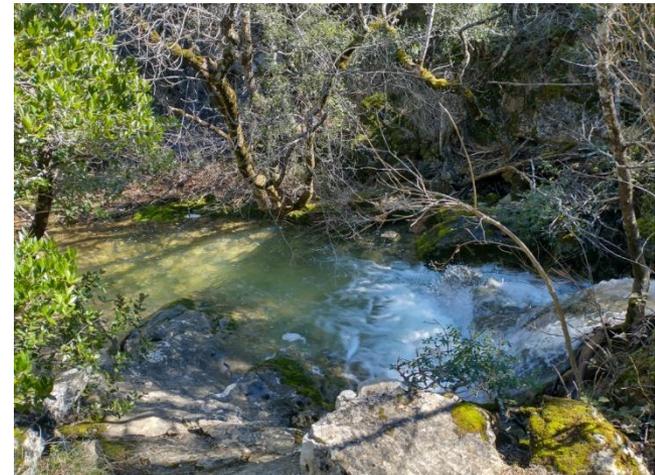
Les photos du jour



Que c'est beau



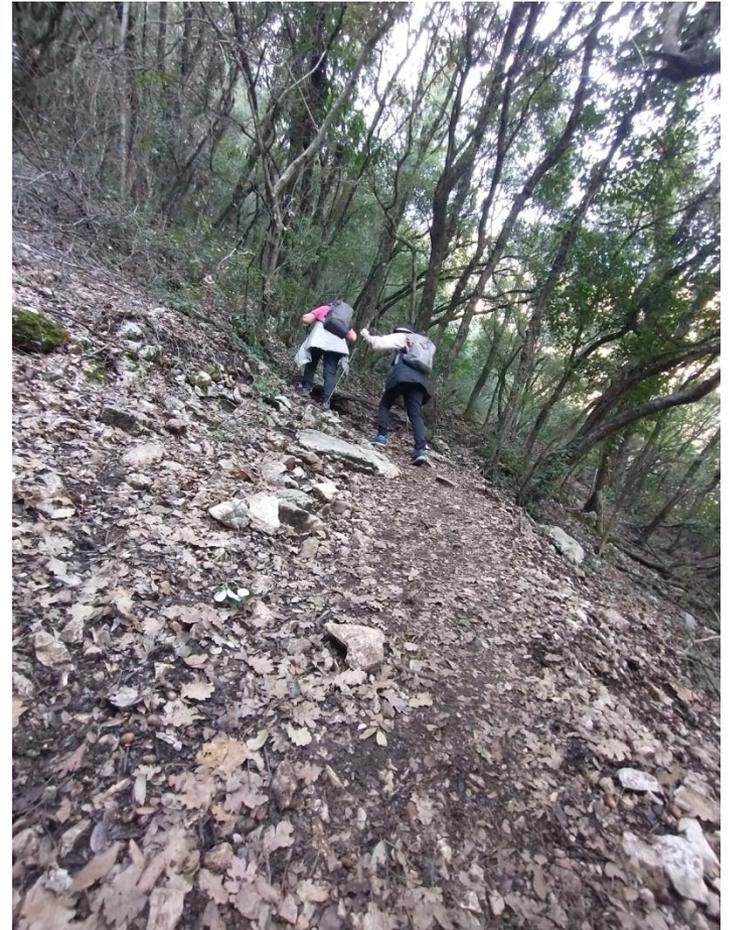
Wouaouh



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins

Les photos du jour

En chemin



ça grimpe!!!!

Les photos du jour

Le bain de pieds,
Attention ça glisse



Trop forts
personne n'a glissé



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les
Pins

Les photos du jour

La page people



Le café matinal incontournable



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins

Les photos du jour



L'Equipe de choc
En pleine forme!!!!

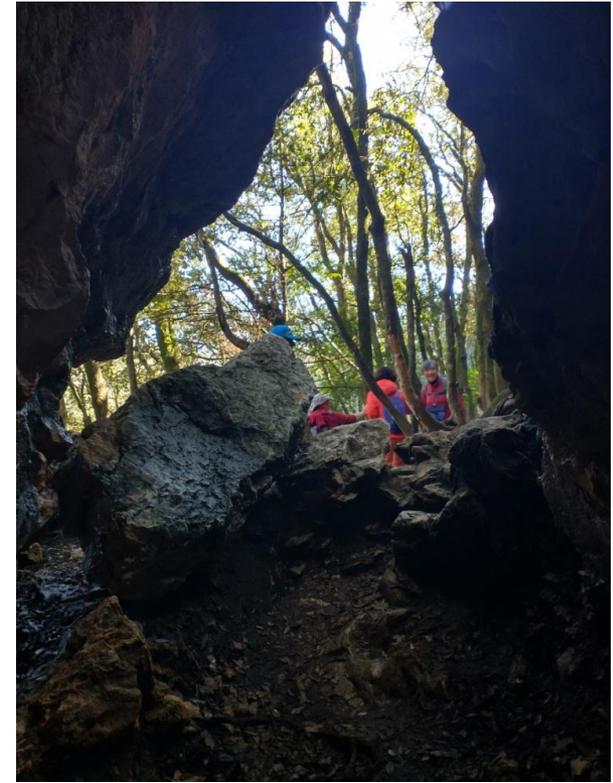
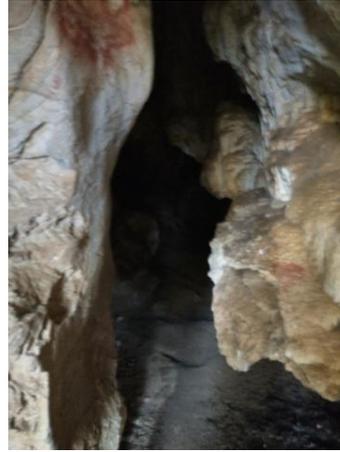


Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les
Pins

Les photos du jour



La grotte de
Castelette

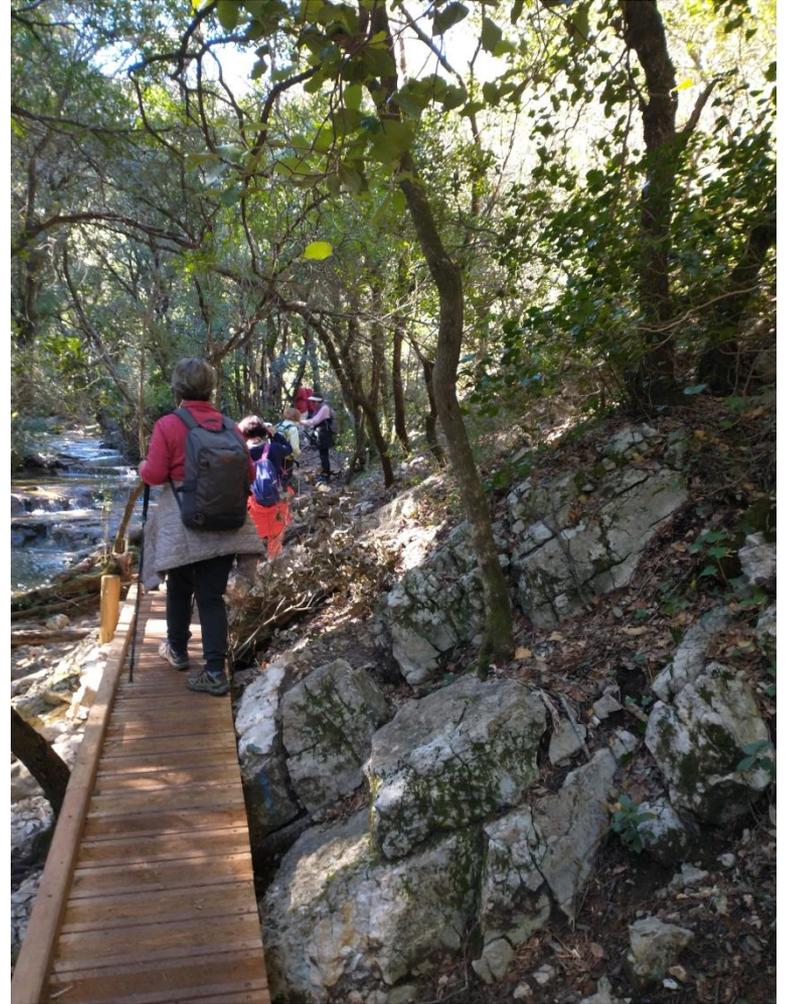


La grotte de Castelette est une résurgence qui n'est alimentée que lorsque le niveau de la rivière souterraine de l'Huveaune est élevé, par exemple à la suite d'épisodes pluvieux prolongés et abondants.

En période « normale » la grotte est sèche, en tout cas pour ce qui concerne la première cavité, celle accessible par toute personne pouvant monter jusque là.

Cette grotte, connue des spéléologues, comporte d'autres cavités qui, le long de la rivière souterraine, peuvent être explorées en spéléo à partir d'une autre entrée dite artificielle.

Les photos du jour



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins

Les photos du jour

Entrée de La Grotte de Castelette



Et ça rigole!!!!!!

Les photos du jour



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins

Les photos du jour



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins

Les photos du jour

PERDU VUE



Ouf nous avons retrouvé
nos deux brebis égarées,!!!!
Ok nous avons droit à un petit
pourcentage de pertes, mais quand
même Vincent préfère ramener son
troupeau au complet



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les
Pins

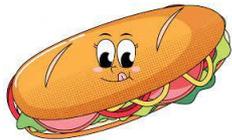


Les photos du jour



Aujourd'hui nous avons mangé comme les gens riches!!!!

Nous avons déposé nos sacs à 14h, ça ne nous a pas empêché de boire notre petit rosé, ni d'être de bonne humeur!!!!

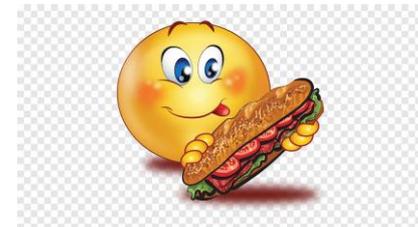


Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins

Les photos du jour



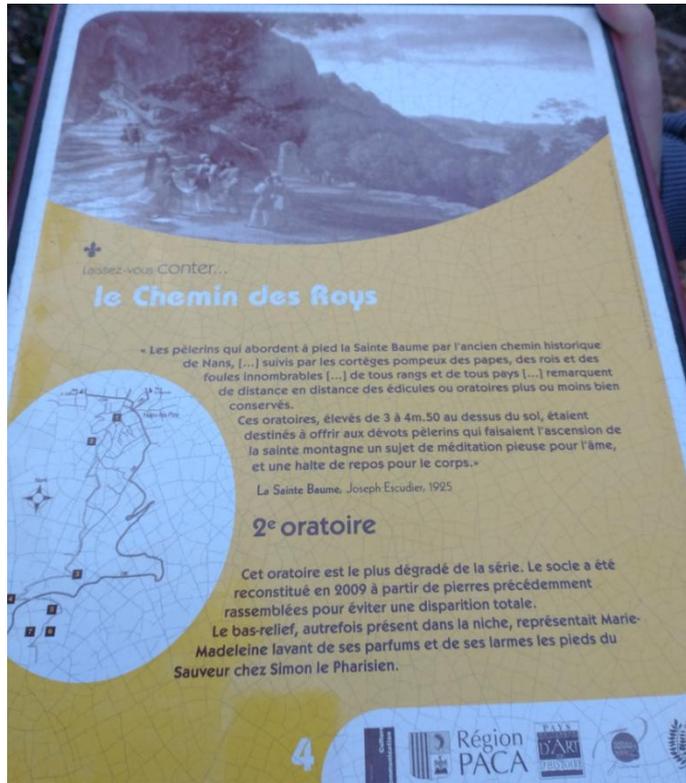
Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins



Les photos du jour

Le Chemin des Roys était jalonné de sept oratoires de style Renaissance, édifiés en 1516 à la suite du 1er pèlerinage de François I^o.

De nos jours, trois oratoires subsistent, restaurés en 2009 par les Compagnons du Devoir et classés monuments historique



Les photos du jour



Ramassage de bois mort sur
le retour
pour faire une petite flambée



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les
Pins

Les photos du jour



Le sanctuaire de la Sainte-Baume
, également connu sous le nom
de grotte de Sainte-Marie Madeleine,
est un sanctuaire érigé autour
de la grotte éponyme du massif de la
Sainte-Baume



Les photos du jour

Les cours & stages

COURS COLLECTIFS PONEY
COURS PARTICULIERS CHEVAL
 Séances d'une heure pour acquies les bases de l'équitation ou vous perfectionner.

STAGES
 Séances de divertissement et de perfectionnement

COURS KID'S
 Séances magiques pour les enfants ! • Devenez cavaliers en 15mn chrono grâce à la méthode EQUIDRIVE®

Autres activités

CIRCUIT PONEY AVENTURE
 Découvrez nos parcours de laborieux poney, tenus par les parents. Avec le concept EquiDrive®

LASER GAMES
 Découvrez l'excitant de LASER GAMES à poney (accessible même aux débutants)

Nous rejoindre

CENTRE EQUESTRE NANS LES PINS

CHEVAL PASSION & AVENTURES

PILOTE

Centre Equestre de Nans les Pins
 Carraire Dehieux Sud - 83860 Nans les Pins
 06 76 12 22 25 - www.equinans.com

www.equinans.com

ActiveW



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins

Les photos du jour



Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les Pins

Debout la dedans !!



il est l'heure

Allez on se
réveille les
neurones ...!!

Et on y go ! Bonne journée !!



Etes vous un champion ou une championne de Virelangue ????

Oui si vous réussissez à prononcer très vite et sans faute
un mot ou groupe de mots difficiles

Exemple : Si six scies scient six cyprès, six cent scies scient six cent cyprès.
Avez-vous déjà vu un ver allant vers un verre en verre vert à l'envers



Carole

Les Sources de l'Huveaune depuis Nans les
Pins





La recette du jour:



Réunir quelques personnes d'âges et de sexes différents, de préférence à la retraite.

Leur faire découvrir les sentiers de Provence et d'ailleurs.

Ne pas oublier de leur offrir le café vers 10h.

Leur proposer du vin rosé à discrétion ainsi que du chocolat, noir de préférence.

Vous pouvez également en cas de mauvais temps leur proposer du vin chaud, du Limoncello, ils ne seront pas contre.

Bien mélanger (monter, descendre, marcher, traverser des ruisseaux etc....)

Et vous verrez tout de suite un groupe se former.

Tout naturellement ils se soutiendront dans les moments difficiles ou en cas de défaillance.

Les conversations iront bon train et la bonne humeur sera au rendez-vous à chaque sortie.

Attention ils risquent de devenir mélancoliques si d'aventure aucun bistrot ne se trouve sur le chemin du retour, mais rassurez-vous cela ne durera pas.

Vous obtiendrez ainsi le groupe de Rando Provence



La pensée du jour!



Ça , c'est bien vrai !

*La vie en rose, c'est à partir de la cinquantaine :
« cir'Rose, ostéopo'Rose, arth'Rose, név'Rose,
artériosclé'Rose, fib'Rose, » etc...*

Allez les vieux, ça s'ar'Rose !