

Rando Provence
A la découverte des sentiers
du Jeudi





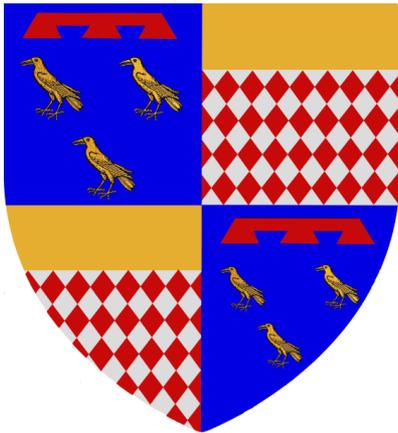
Edito n° 9

Randonnée

du Jeudi 4 avril 2024



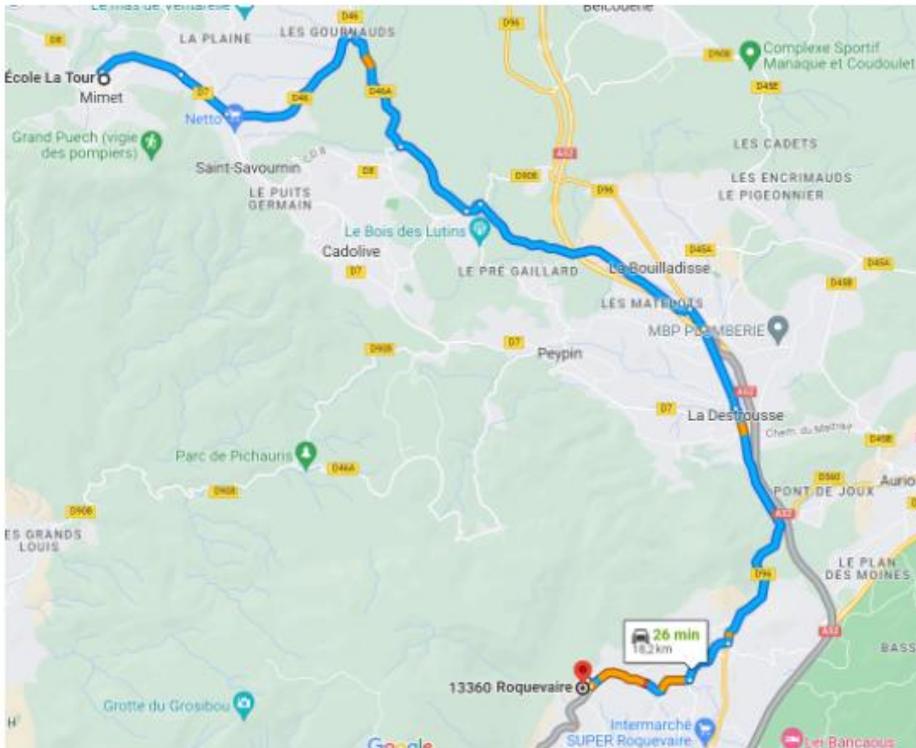
_Le Mont des Marseillais par Lascours



Descriptif

Départ 9h00 parking de la Tour

Départ de la rando 9h45



 **Activité :** Randonnée Pédestre

 **Distance :** 10,52 km

 **Durée moyenne :** 4h 30 

 **Difficulté :** Moyenne

 **Retour point de départ :** Oui

 **Dénivelé positif :** + 523 m

 **Dénivelé négatif :** - 516 m

 **Point haut :** 640 m

 **Point bas :** 239 m

 **Commune :** [Roquevaire](#) (13360)

 **Départ/Arrivée :** N 43.344991° / E 5.58109°

Descriptif suite

Nous vous proposons pour cette semaine ,
une rando qui avait été annulée en novembre de l'année dernière ,suite aux mauvaises
conditions météo.



Par contre aujourd'hui crème
solaire
et casquettes seront de mise



Les personnes présentes à la randonnée

Carole Mangin
Joëlle Giraud
Agnès Barbot
Vincent Caruso
Alain Pierron
Jackie Gil
Hocine Bentayeb
Gérard Seiries
Jocelyne Barra

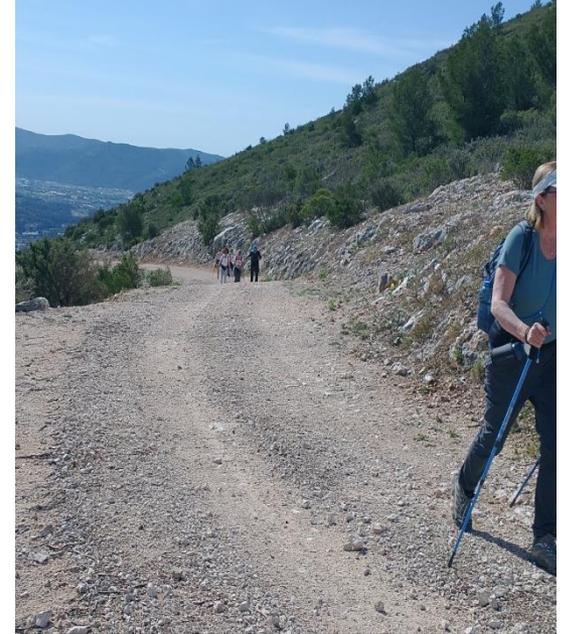


Et c'est parti pour une belle journée



Belle petite grimpette!!! Mais très agréable

Agnès attends nous un peu !!!!



Une Femme
FAIT DU SHOPPING
Une Déesse
FAIT DE
La Rando

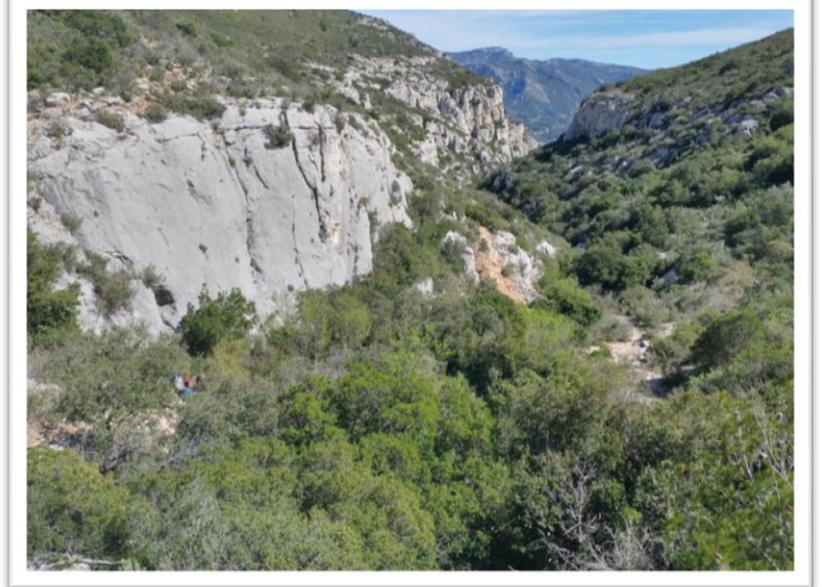
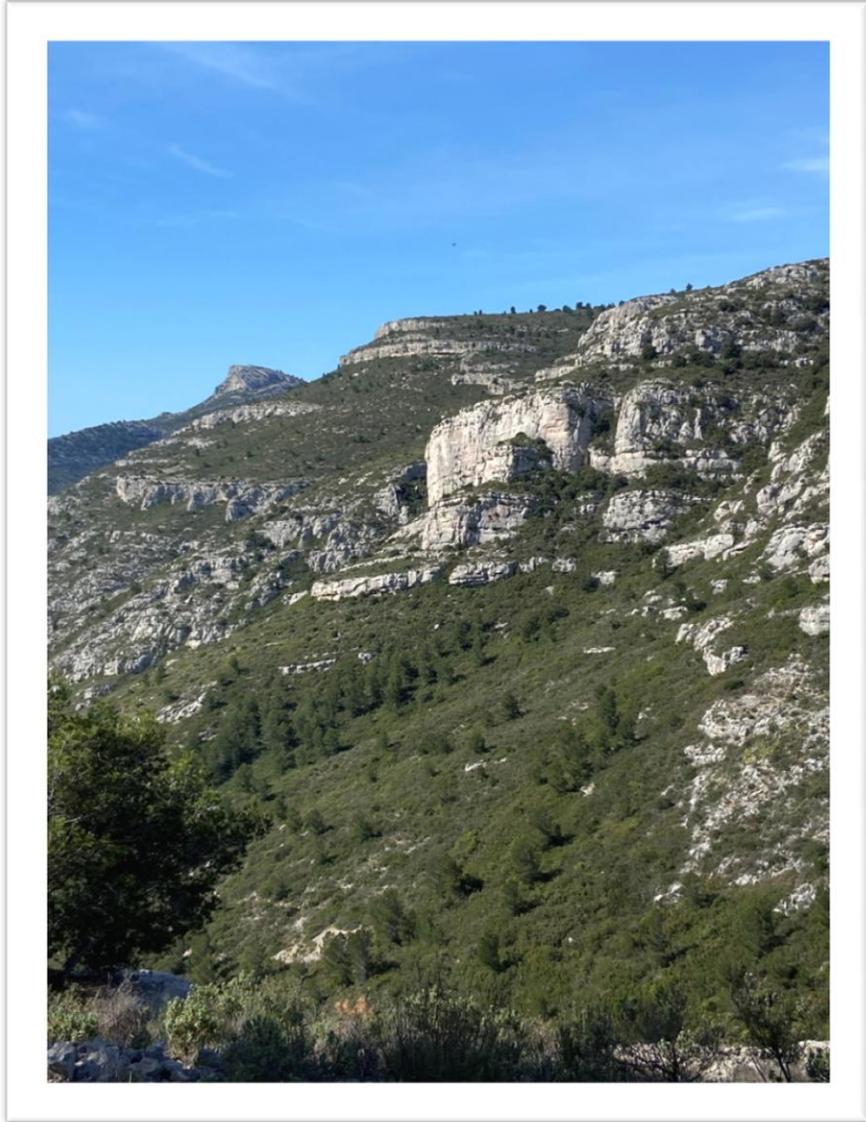


Les photos du jour



Le Mont des Marseillais par Lascours

Les photos du jour



Les photos du jour



Ce n'est pas dans nos habitudes
mais le coin est vraiment trop sympa, alors à l'unanimité nous posons
nos sacs à dos pour déjeuner, il est tout juste midi!!!!



Les photos du jour

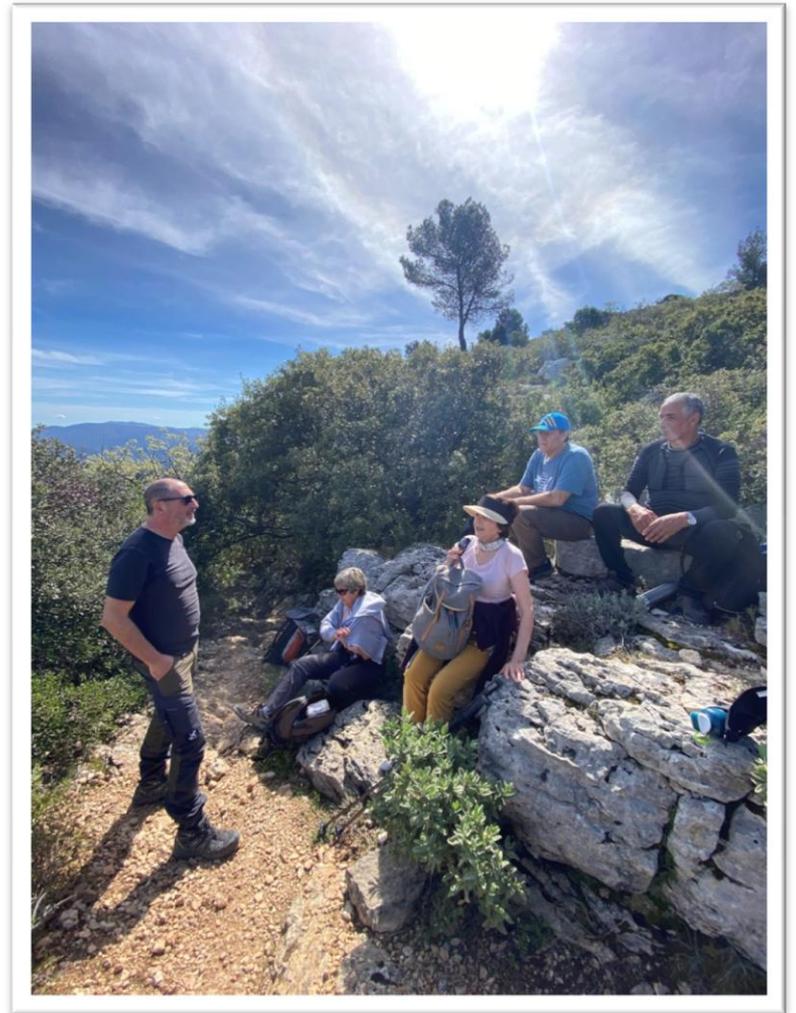


Gérard a tout prévu, le rosé est au frais dans le thermos, ni vu ni connu, je t'embrouille!!!!



Le Mont des Marseillais par Lascours

Les photos du jour



Domage Joëlle pas de coin pour ta sieste!!!
Tant pis il reste encore une belle distance à parcourir
Aller go!!!!



Les photos du jour



Les antennes

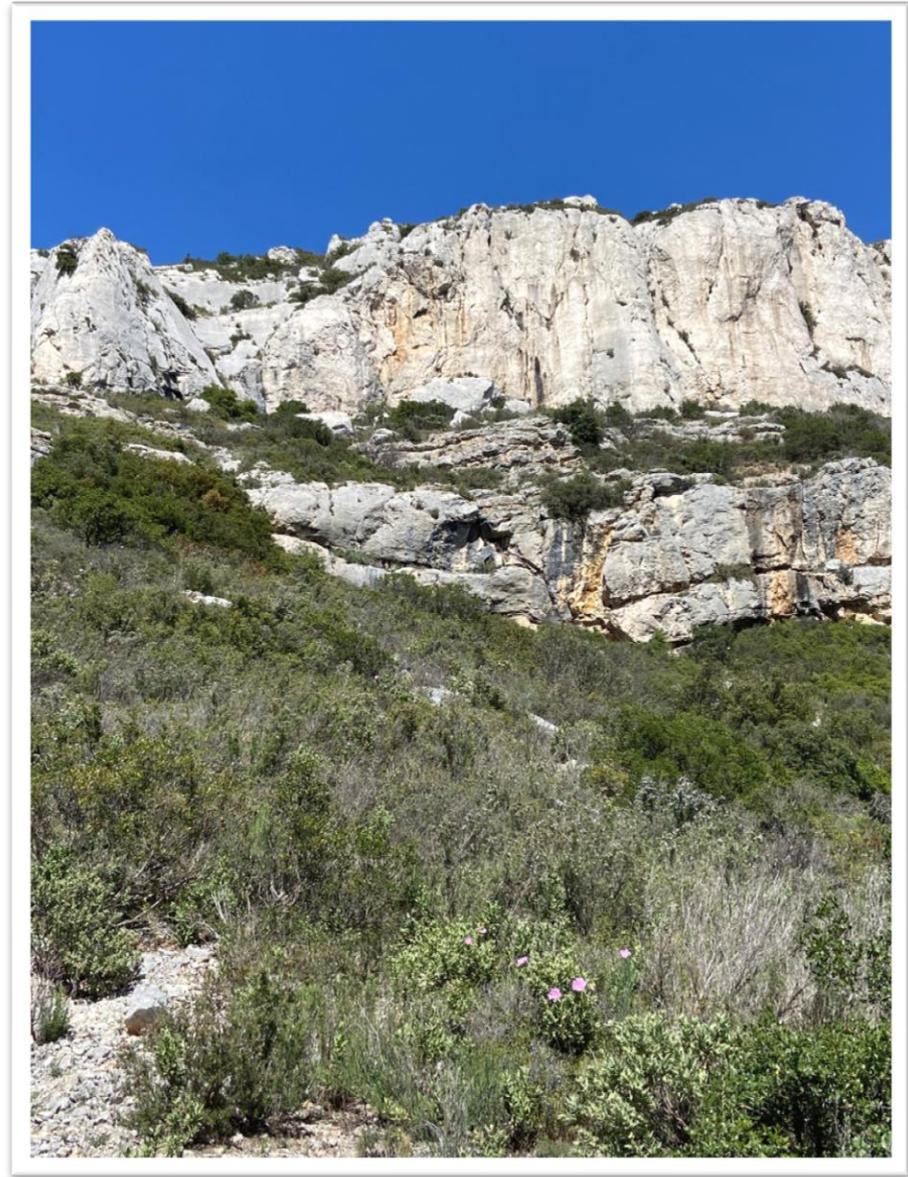


Petite frayeur, Jackie fait des siennes



Tout va bien qui finit, bien juste une baisse de tonus
Nous pouvons repartir, merci à tous pour votre sollicitude

Les photos du jour



Les photos du jour

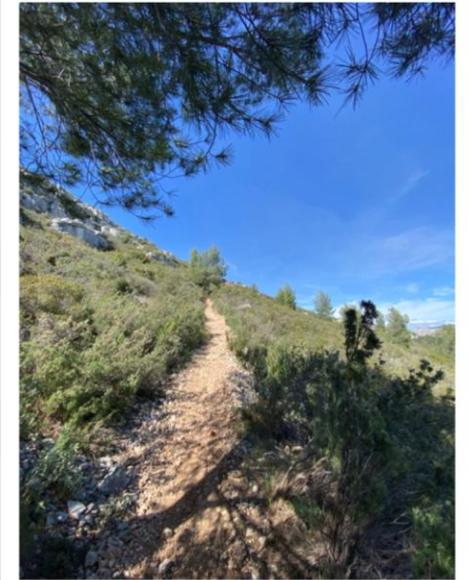
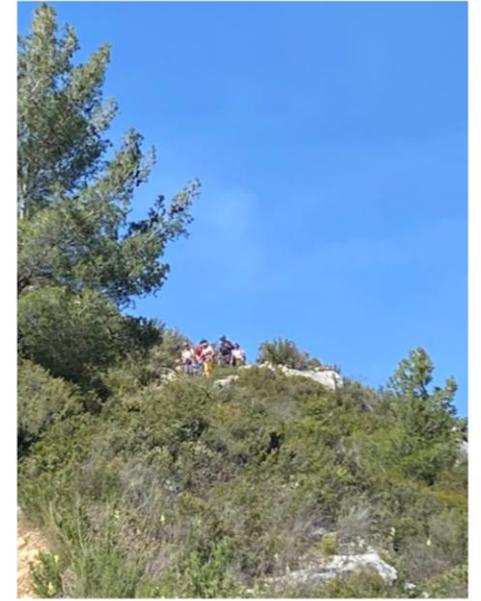
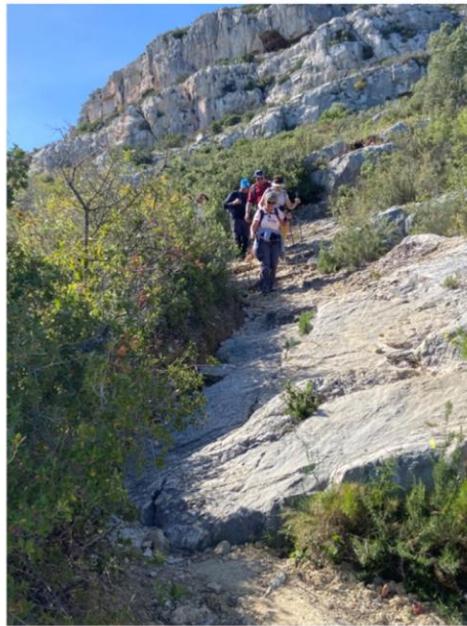


Je ne savais pas qu'on pouvait venir en voiture !!!!



Les photos du jour

On attaque la descente!!! Vive les bâtons



Les photos du jour



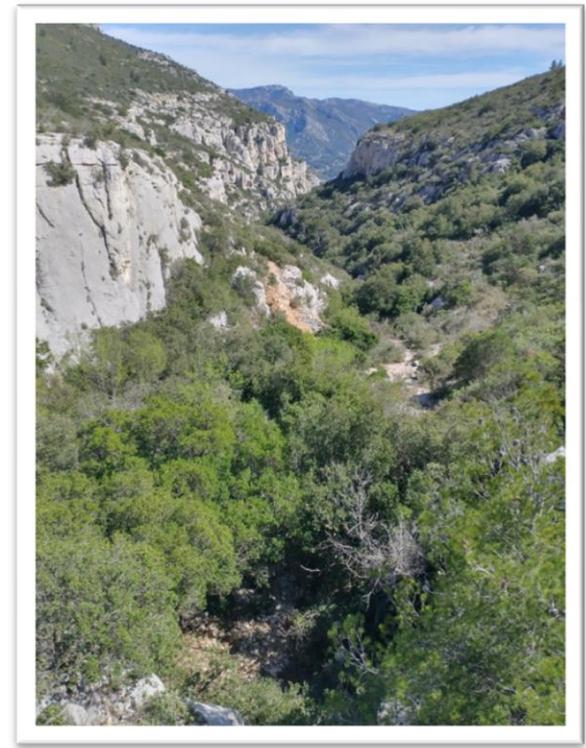
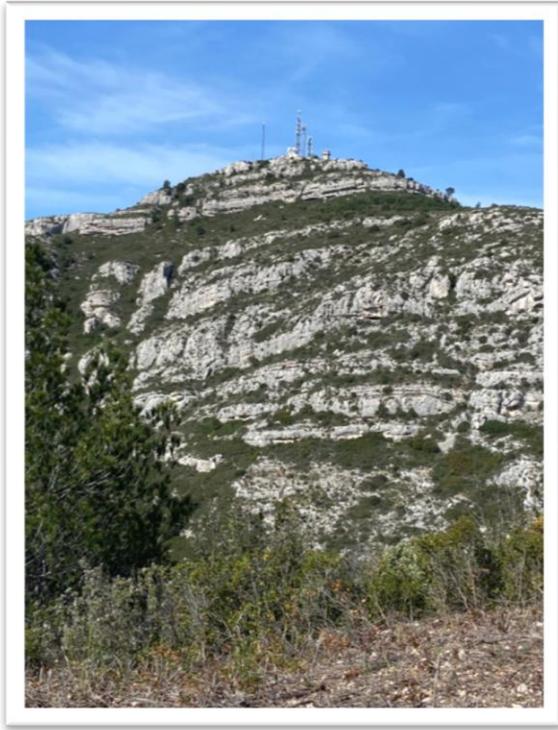
Un peu de repos bien mérité pour admirer le paysage



Petite séance de stretching



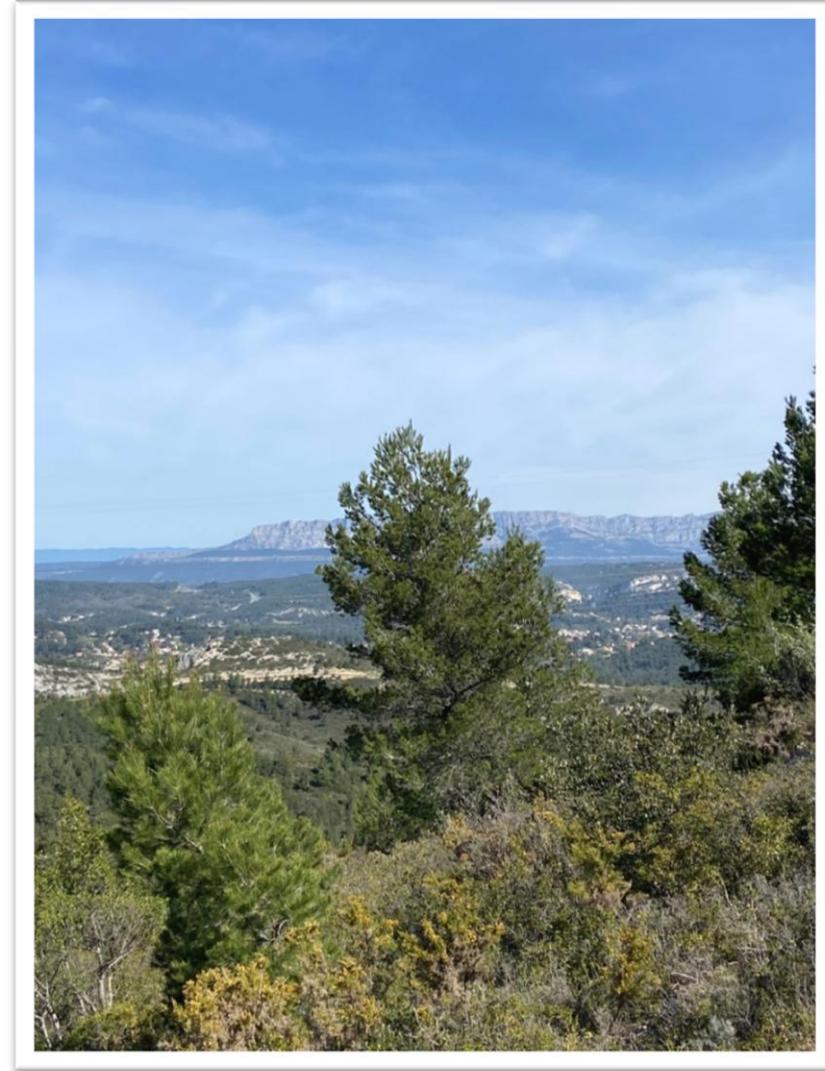
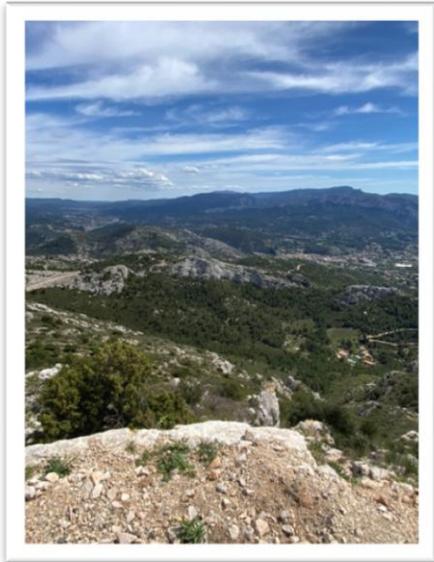
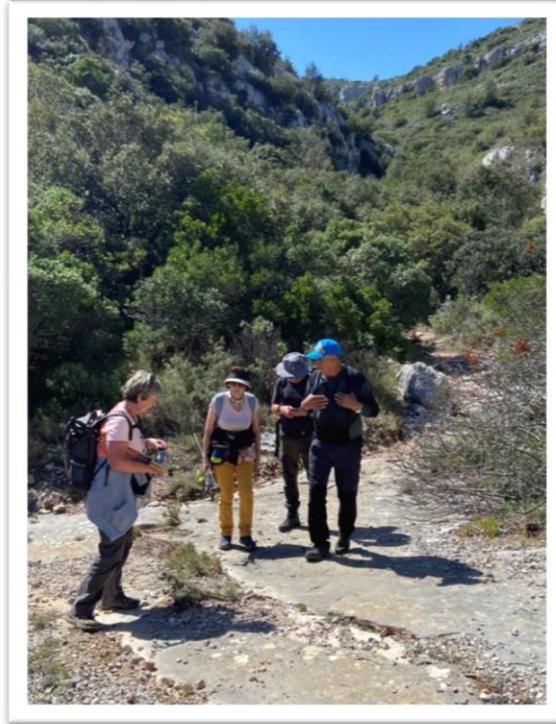
Les photos du jour



Le Mont des Marseillais par Lascours

Les photos du jour

Sur le retour

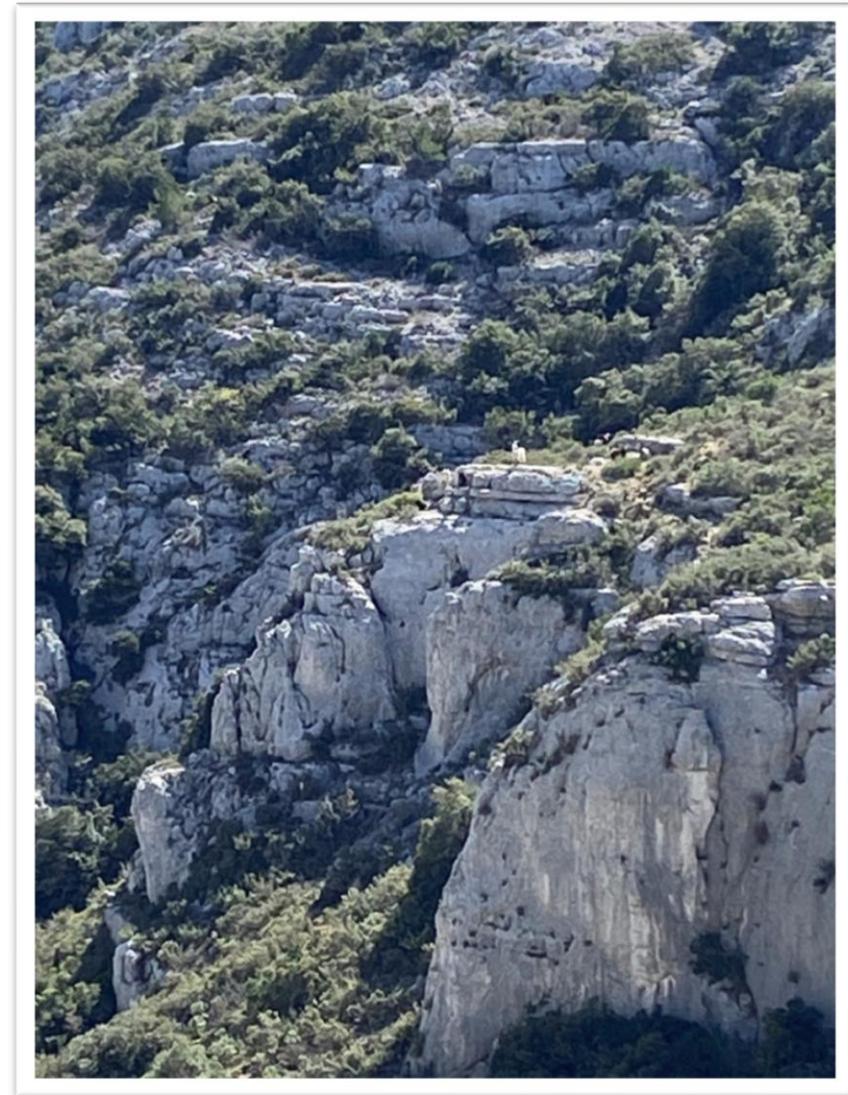
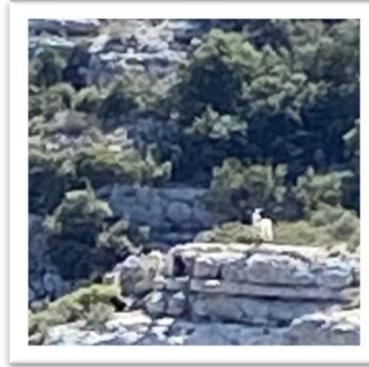


Les photos du jour



Quel plaisir de voir les chèvres au loin
ainsi que cette végétation,
un régal pour les yeux.

Pendant un instant nous avons retrouvé nos
yeux d'enfant





Me NOTE DE SERVICE: *Me*
Le problème
AVEC LA
RETRAITE,
C'EST QU'ON À
PLUS UN JOUR
de
LIBRE ! 😊



Le Mont des Marseillais,

Le simple fait de lire le descriptif nous a un peu affolés

et puis chemin faisant nos craintes se sont envolées

À chaque pas, un paysage superbe à contempler,
une végétation odorante et splendide

Les conversations, les récits des uns, des autres sur leur voyage
respectif

nous font oublier la fatigue

et nous voilà prêts pour notre prochaine randonnée

AMITIES