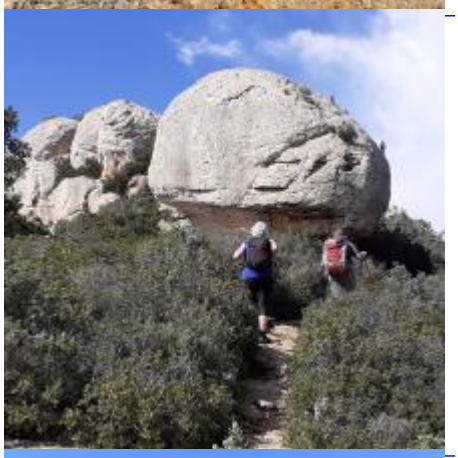
Le parc national des Calanques du dimanche 23 mars au samedi 29 mars 2025

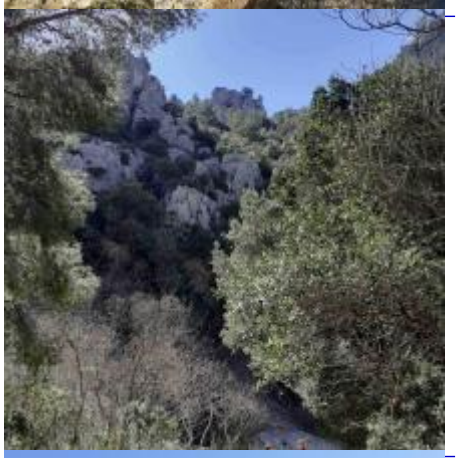


amedi 29 mars 2025

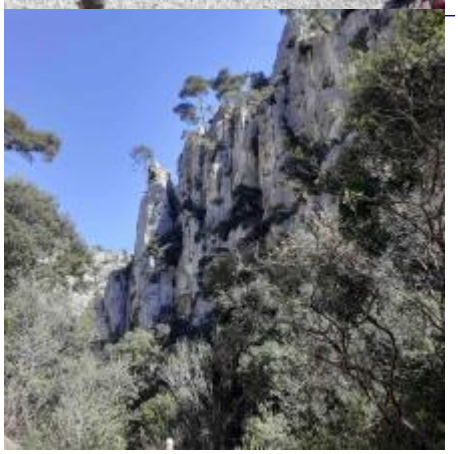






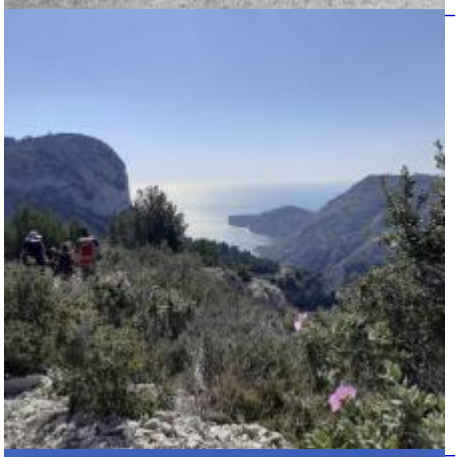


















Coordonnées

Bastide des Escourches
6 chemin des Escourches
13011
Marseille
Infos pratiques

- Hébergement à La Bastide des Escourches, chambres d'hôtes dont nous avons été satisfaits lors de notre séjour.
- Nous limiterons les inscriptions à 12 personnes encadrées par 2 animateurs. Un autre groupe pourra partir sur d'autres dates en 2025 ou 2026.

Ce séjour est très sportif. Il s'adresse à des randonneurs en bonne condition physique, entrainés, capables d'enchainer pendant 5 jours consécutifs des randonnées sur terrain très pierreux, jamais plat, parfois glissant notamment dans les descentes caillouteuses, avec des dénivelés allant de 500m à 800m (nous retravaillons celle qui frôle les 1000m) et des durées, hors pause, de 5 à 7h. Les distances de 13 à 18 km sont peu significatives au regard des autres caractéristiques évoquées.

Je précise par ailleurs que nous avons bénéficié d'une météo particulièrement favorable pour un mois de mars, ce qui ne sera peut être pas le cas l'an prochain.

Les circuits présentent aussi des passages qui sont proscrits pour les personnes soumises au vertige.

On en prend plein les yeux, mais ça se mérite!

Pour toutes ces raisons, en fonction des adhérents préinscrits, François Petitjean proposera avant l'été un circuit autour des Andelys, avec un dénivelé et des conditions de terrain comparables, ce qui vous et nous permettra de valider votre inscription en toute objectivité. La randonnée des 25 bosses prévue, toujours avec François, à Fontainebleau, le 26/05 peut également permettre de mesurer votre aptitude. La participation à l'un de ces tests est obligatoire pour ceux qui n'ont pas déjà participé à des séjours comparables- Vosges, Pyrénées, par exemple- nous ayant permis de vérifier leur éligibilité. L'inscription ne sera définitive qu'ensuite.

Je n'ai pas encore le devis pour 2025, mais à titre indicatif nous avons payé cette année 468€ en pension complète, avec pique nique le midi, hors taxe de séjour et boissons.

Bien entendu le covoiturage sera de mise, et le voyage en train n'est guère envisageable.

Les préinscriptions sont ouvertes à compter du 1er avril 2024 (et ce n'est pas un poisson!) et se feront, uniquement par mail, envoyé à Ghislaine Ménard (ghmenard@orange.fr) avec copie à Hervé Vannier (hervevannier@sfr.fr) dans le respect des règles figurant en préambule de la rubrique voyage du site de l'AMRP.

N'hésitez pas à m'appeler en cas de questions;

Bien cordialement,

Ghislaine Ménard

Liens utiles
La Bastide des Escourches