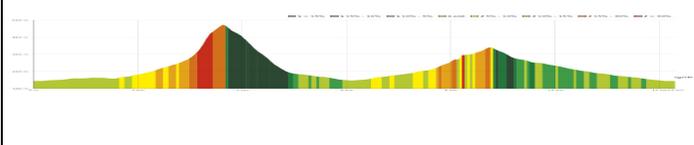
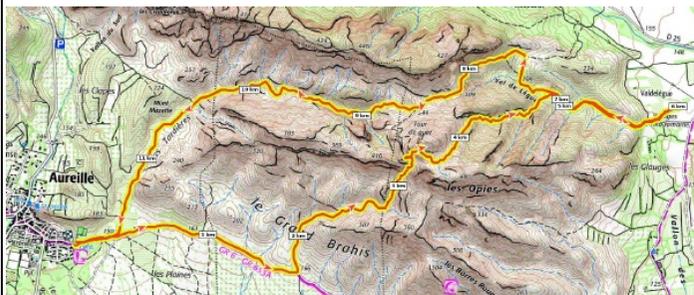


# FICHE PRE-RANDO

	<b>dimanche 17 novembre 2019</b>		<b>RANDO EN BOUCLE</b>		N° Dépt
	ANIM 1: <b>Roger MARZO</b>		ANIM 2: <b>Colette ACCABAT</b>		<b>13</b>
	Tél: 06 84 94 87 82		Tél: 06 84 77 19 10		ou Pays
Mail:		Mail:			
<b>TITRE Aureille - Les Opies et la villa gallo-romaine de St-Pierre-de-Vence</b>					
<i>Attention : ADHESION 2019-20 obligatoire sauf si essai (2 autorisés)</i>					
PENIBILITE	TECHNICITE	TEMPS de marche	DENIVELE	DISTANCE	Nb participants
<b>P2</b>	<b>T2</b>	<b>5 h 30</b>	<b>600 m</b>	<b>14km</b>	
RYTHME : <input type="checkbox"/> SOUTENU <input type="checkbox"/> MODERE					

## NATURE, INTERET

Dans les Alpilles, montée au sommet des Opies d'où on a une large vue sur la plaine de la Crau - Vestiges d'une villa gallo-romaine. Rochers calcaires typiques des Alpilles. Pinède et garrigue.



## DETAIL DES DIFFICULTES ( =néant X=faible XX=moyenne XXX=forte)

Passages vertigineux		Passages avec chaînes		Eboulis en montée
Passages en rochers		Passages avec cordes		Eboulis en descente
Passages avec échelles		Marche en devers		Autre (Précisez ici)

## 1er RDV

8H30 Parking du Val de l'Arc

## 2e RDV

9H30 Parking des Opies (voir Trajet)  
Avertir Colette par sms.

Si vous êtes dans l'impossibilité de vous rendre au parking du Val de l'Arc, joindre Colette au plus tard la veille.

**COVOITURAGE** 8 €

## TRAJET

Aix -> Celony D7N Direction Avignon  
Passer St-Cannat/Lambesc/Cazan/Pont-Royal  
Après une grande ligne droite, au Rond-Point (RP) de la station-service, prendre la troisième sortie vers Lamanon D23 puis D17D.  
Au RP à l'entrée de Lamanon, prendre en face Eyguières D72G, puis au stop à droite D72F.  
Au RP suivant, face au portail, prendre à gauche Eyguières D17D, puis Aureille sera indiquée dans les RP suivant-> D17E ->D72B.  
Au stop, prendre à gauche D17 voie d'Aureille.  
Au bout de 7,5Kms environ, prendre à droite Aureille D25B.  
Au stop, aller tout droit, puis prendre la première rue à droite (chemin St-Pierre).  
Laisser le cimetière sur votre gauche en allant tout droit et se garer au parking des Opies à droite.

## Consignes de sécurité

- Le départ des randonnées se fera à l'heure indiquée. On n'attendra pas les retardataires !
- Le dénivelé, la distance et le temps de marche indiqués le sont à titre indicatif ; l'animateur peut être amené à modifier l'itinéraire ou le rythme en fonction des circonstances. Si vous avez des impératifs en fin de journée, renoncez à cette randonnée : elle sera certainement replanifiée.
- Pendant la randonnée, il est demandé de :
  - **rester derrière l'animateur** ;
  - si vous devez vous éloigner pour un arrêt technique (ou physiologique), posez votre sac sur le sentier afin que le serre file vous attende (mais si possible, attendez la prochaine pause collective)
  - signaler à l'animateur ou au serre-file toute difficulté ou malaise.
  - rester à vue des précédents et suivants. Si le serre-file a des difficultés, il communique avec l'animateur : 1 coup de sifflet = ralentir ; 2 coups de sifflet = arrêter ; 3 coups de sifflet = arrêter le groupe et se porter en arrière
- Un participant qui ne suivrait pas les consignes ci-dessus, se placerait de lui-même hors du groupe ; de ce fait, il ne serait plus sous la responsabilité de l'animateur et ne serait plus sous la protection juridique de l'AEP.
- Le port de chaussures de randonnée (semelle à crampons) est obligatoire ; les personnes mal chaussées (baskets ou tongs par exemple) ne pourront pas être admises.
- Pensez à prendre votre sifflet et votre couverture de survie, vos papiers, votre téléphone chargé, de l'eau en quantité suffisante, un pique-nique pour les sorties à la journée, vos médicaments (ventoline, ...), des vêtements adaptés.
- Soyez courtois avec les chauffeurs du covoiturage : ayez un sac étanche pour vos chaussures de randonnée ; ayez des chaussures de rechange ; un T-shirt de rechange aussi. Ayez l'appoint pour le covoiturage.

## Cotation de la randonnée selon la nouvelle codification FFR (*facultatif*)

EFFORT					TECHNICITE					RISQUE				
														

CONSIGNES REPONDEUR :