

## PRESENTATION

Rando : **Gineste - Cheminée Guillemain - Puits de Cancel**

Date : **12/01/2015**

Niveau : P2 / T2

Carte IGN : MemoryMap

Itinéraire : Col Gineste - Col Ricard - Cheminée Guillemain - Descente par Vallon de l'Herbe - Puits de Cancel (Pique nique) - Col de la Gineste

NOTA : possibilité itinéraire aménagé pour ceux qui veulent éviter la Cheminée Guillemain

## DIFFICULTES

Durée de marche effective : 3h10 - Retour au parking : 14h30 (gâteau des rois à 15h00)

Longueur : 7,2 km

Dénivelé = 230 m - Cumulé = 600 m

Nature du terrain : chemins et sentiers caillouteux

Difficultés particulières : Cheminée Guillemain : montée rude sur 500 m , pente 33%, nombreux arrêts possibles (autant que de besoin). Le reste sans difficulté.

## RENDEZ-VOUS :

Lieu et heure de rendez-vous : Maison de Quartier à **8h45**

Heure de départ véhicules : **9h00**

Heure de départ de la randonnée : 9h30

Parcours routier suggéré : Route de Cassis - Col de la Gineste - Parking au col

Regroupement possible pour ceux qui ne sont pas passés à la MQ : 9h25 parking du col

## MATERIEL :

Chaussures : marche tige haute

Nourriture et boissons : 1 litre / personne mini

Vêtements : légers + K way

Divers : lunette soleil

## CONSIGNES PARTICULIERES :

Prendre 2 batons pour descente sur puits de Cancel-

Prévenir à l'avance pour ceux qui veulent éviter la cheminée Guillemain : un autre itinéraire conduisant au lieu de pique-nique sera proposé (8,5 km - dénivelé = 170 m), encadré par Bernard.

Organisateur : **Daniel**

Téléphone : 06 59 68 53 27

Co-organisateur : **Bernard**

Téléphone : 06 78 70 05 04

