

SAINT JEAN DE FOS

Caractéristiques :

Éloignement : 0h35. **Distance** : 45 km. **Amplitude** : 8 h 00.

Intérêt : 2*. **Niveau** : 2. **Longueur**: 23 km. **Durée** : 7 h (pauses comprises).

Altitude mini : 90 m. **Altitude maxi** : 560 m. **Dénivelé brut** : 470 m. **Dénivelé cumulé** : 1140 m

Difficultés: néant.

Périodes conseillées : demi-saison, hiver hors mauvais temps.

Période à éviter : grosses chaleurs de l'été.

Point d'eau : néant. **Balisage** : Jaune, Rouge-Blanc.

Remarques :

Situation : carte IGN 2642 ET.

Accès : Se rendre à Gignac par A750. Prendre la direction Lagamas ou Aniane et St Jean de Fos. Se garer sur le parking signalé à droite en contrebas de la route.

Description :

En sortant du parking tourner à droite et prendre la 1^{er} rue à droite (rue de l'Aire). Après un virage prendre le sentier à gauche qui longe une oliveraie par la gauche. Ce sentier débouche sur une route goudronnée.

Partir à droite dans la descente. Après un virage prendre le raidillon qui passe derrière des réservoirs d'eau.

Ce sentier monte en direction des antennes et de la statue de la Vierge. (Point de vue sur le village).

A partir de là suivre le large chemin descendant. Après plusieurs lacets on passe près de la grotte du Contrebandier. A partir de là une grande ligne droite nous conduit vers la maison forestière des Plos.

Devant la maison démarre le sentier botanique (1 km environ) qui permet de voir de beaux panoramas sur la Combe de Brunan.

Pour poursuivre la randonnée, au carrefour de Saran prendre à gauche la piste forestière qui monte dans la forêt en lacets vers la côte 490.

Prendre le chemin de droite descendant (GR74). Ensuite continuer à droite sur le GR 74. (Passage en bois).

Continuer et prendre le sentier montant à gauche en direction de Max Nègre. Attention si on continue à droite on va au Roc de Bissonne avec un beau panorama sur le cirque de l'Infermet. Revenir sur ses pas et prendre à droite le sentier montant au Max Nègre.

En arrivant sur le plateau beau panorama. On déjeune sous les arbres du chemin montant.

Continuer la rando sur ce chemin qui domine la vallée du Verdus (point de vue). On arrive sur le plateau de Max Nègre. Tourner à droite (côte 545). Ce chemin descend à flanc de colline. A la fourche aller à gauche et quelques centaines de mètres après monter sur le sentier à gauche (poteau en bois) qui grimpe dans la forêt. Suivre ce sentier sur 1 km environ dans le bois. Il conduit vers le carrefour de la cote 490.

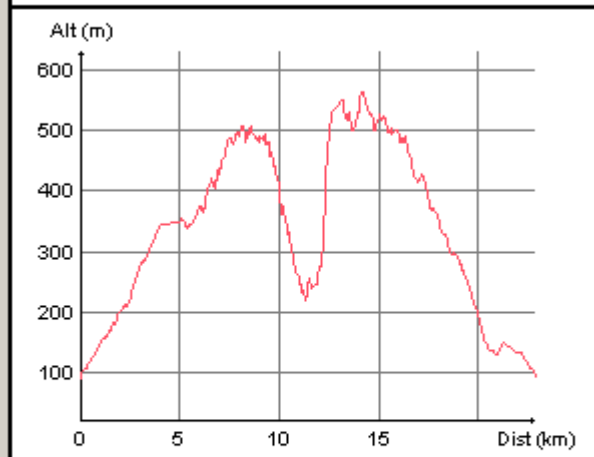
Tourner à droite et remonter sur le GR74 puis le descendre sur 4 kms vers la cote 365.

On abandonne le GR et on prend le chemin de gauche (en face St Jean de Fos). On finit par arriver sur une route goudronnée et on passe devant 2 réservoirs d'eau. Après une succession de petits virages, tourner à gauche sur le chemin qui longe une vigne.

Ce chemin serpente dans les oliveraies et les vignes. On retrouve le goudron et on arrive au centre de Saint Jean de Fos.

SAINT JEAN DE FOS

Tracé : St Jean de Fos



		Altitude	
Longueur	23.160 km	Minimum	91 m
Montée	1142 m	Moyen	337 m
Descente	1142 m	Maximum	564 m