



Randonnée Calanques de la Ciotat

Dimanche 13 septembre 2015



Organisée par l'Association Bolomoÿ ! En avant !

Rendez vous : Parking du sémaphore à la Ciotat. Pour s'y rendre prendre la route des crêtes



Heures : 9 h 30

Durée : 4 h (environ)

Dénivelé : 400 m

Circuit : départ du sémaphore, descente vers la Ciotat. Direction la calanque de Figuerolles et la calanque du Mugel. Baignade ou visite du Parc du Mugel (selon la météo).

Chaussures de marche conseillées

Pas d'inscription préalable

Casse-croûte tiré des sacs

Apéritif et café vous seront offerts

Participation financière : 3 euros, au profit des projets de solidarité de Bolomoÿ (gratuité pour les moins de 15 ans)

Contacts : Pierre : 06 64 89 02 95 ---- Carmen : 06 58 84 47 81



Lors d'un prochain passage chez votre médecin pensez à vous faire délivrer un certificat d'aptitude à la randonnée, qui est désormais obligatoire.

Bolomoÿ ! En avant !
bolomoy.asso@yahoo.fr