

De La Coueste à La Penne-sur-Huveaune

Départ : La Coueste • Chemin des Espillières

Distance de parcours : 11,2 Km

Durée : 3h30

Dénivelé : 380 m

Balisage : jaune

Niveau : facile

Parking : La Coueste

Carte : IGN Top 25 : 4245 ET Aubagne La Ciotat



Descriptif de l'itinéraire

Poteau 55 Parking - Chemin des Espillières • 0 km

► À la sortie du parking, continuer par la petite route goudronnée desservant le réservoir d'eau. À partir du réservoir la route devient sentier.

Poteau 54 Bifurcation des Fenestrelles Est • 0.5 km

► Prendre le sentier de droite direction Mussuguet.

Le Sentier de découverte

Poteau 57 Bifurcation des Fenestrelles Ouest • 1.8 km

► Prendre la route à gauche.

Le chemin de Carpiagne

Poteau 58 Bifurcation du chemin de Carpiagne, Carrefour du Capitaine • 2.9 km

► Rester sur la route et quelques mètres avant l'entrée du camp militaire de Carpiagne, s'engager sur le sentier de droite. Rejoindre le fond du vallon. Poursuivre dans ce fond de vallon pour en sortir par la droite et atteindre l'ancien chemin de Cassis que l'on prend à droite. Arriver au carrefour de Col de La Gélade.

Poteau 59 VARIANTE Col de la Gélade • 4.5 km

► Prendre le sentier à gauche et s'élever pour atteindre le télégraphe.

En restant sur l'ancien chemin de Cassis, rejoindre La Perussonne et Le Charrel à 2 Km

Le Télégraphe 5.4 km

► Continuer par le sentier et rejoindre la piste.

Vestiges de la tour Chappe.

Carrefour du camp militaire 7.4 km

► Monter par la piste de droite jusqu'au sommet de la Candolle.

La Candolle 7.7 km

► S'engager dans la descente. **Corniche étroite, bien rester sur le sentier.**

Panorama.

Poteau 65 Carrefour du Rocher de Montjoye • 8.9 km

► Continuer la descente par le sentier et atteindre la piste.

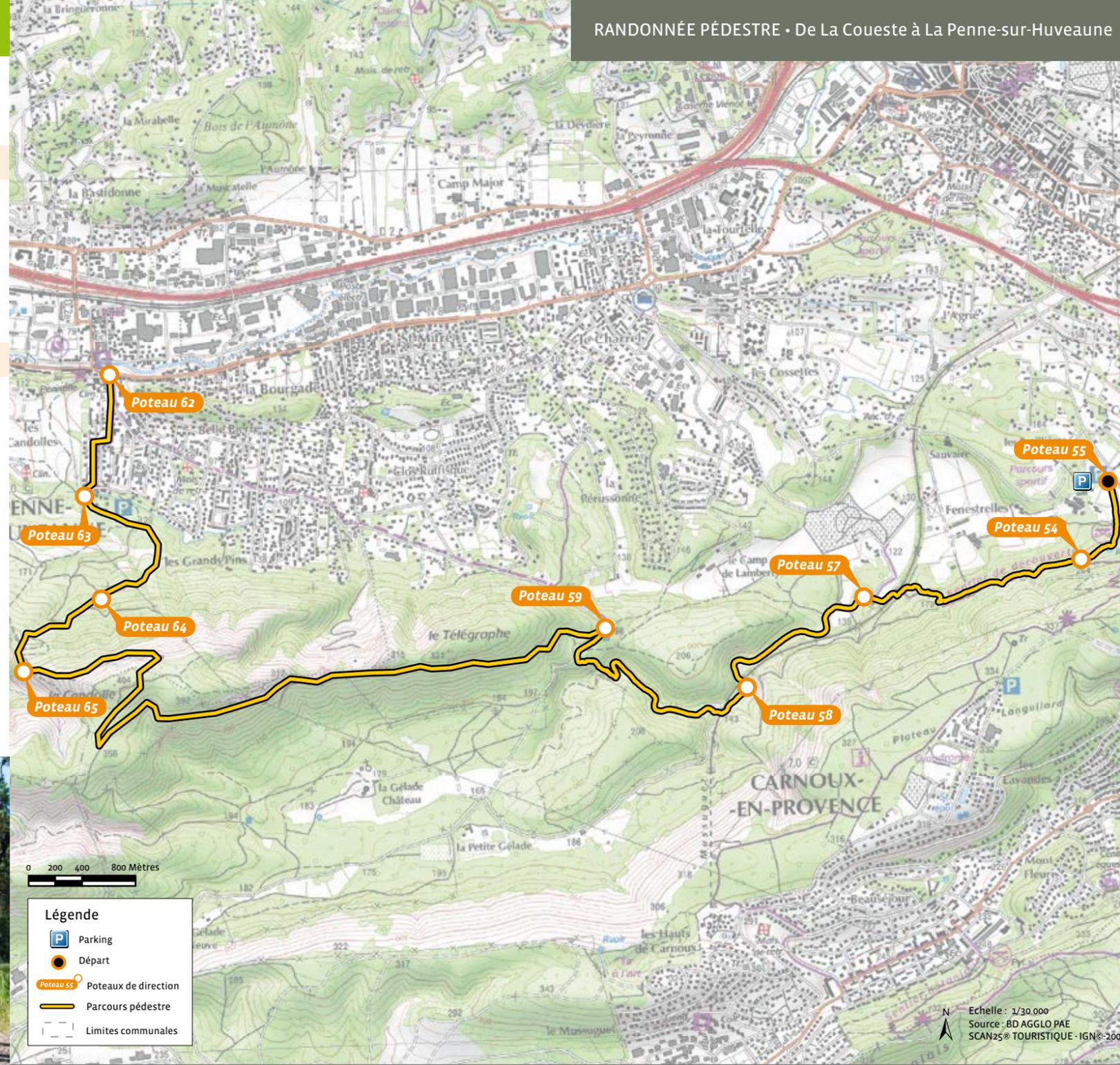
Poteau 64 Piste • 9.3 km

► Prendre la piste à droite.

Poteau 63 Les Arcades • 10.5 km

► Par le chemin Raymond Retord et l'impasse Valentin atteindre le centre du village.

Poteau 62 La Penne-sur-Huveaune centre-ville • 11.2 km



RANDONNÉE PÉDESTRE • De La Coueste à La Penne-sur-Huveaune

Base sport-nature de La Coueste à Aubagne

Les randonnées pédestres



L'esprit des collines

Le Belvédère de Languilard

RANDONNÉE PÉDESTRE • Le Belvédère de Languilard

Informations pratiques

Départ : La Coueste • Chemin des Espillières
Distance de parcours : 9,4 Km
Durée : 3h15
Dénivelé : 325 m
Balisage : jaune
Niveau : facile
Parking : La Coueste
Carte : IGN Top 25 : 4245 ET Aubagne La Ciotat



Poteau 53 Bifurcation de la cheminée d'aération • 4.6 km

► Prendre le chemin en face en suivant le bord du plateau.

Le balcon de Languilard

Table d'orientation 7.5 km

► S'engager dans la descente.

Poteau 54 Bifurcation des Fenestrelles Est • 8.9 km

► Prendre à droite. **Point IGN 264**

Parking Chemin des Espillières • 9.4 km

Descriptif de l'itinéraire

Poteau 55 Parking - Chemin des Espillières • 0 km

► À la sortie du parking, continuer par la petite route goudronnée desservant le réservoir d'eau. À partir du réservoir, la route devient sentier.

Poteau 54 Bifurcation des Fenestrelles-est • 0.5 km

► Prendre le sentier de droite direction Mussuguet.

Le Sentier de découverte

Poteau 57 Bifurcation des Fenestrelles Ouest • 1.8 km

► Prendre la route à gauche.

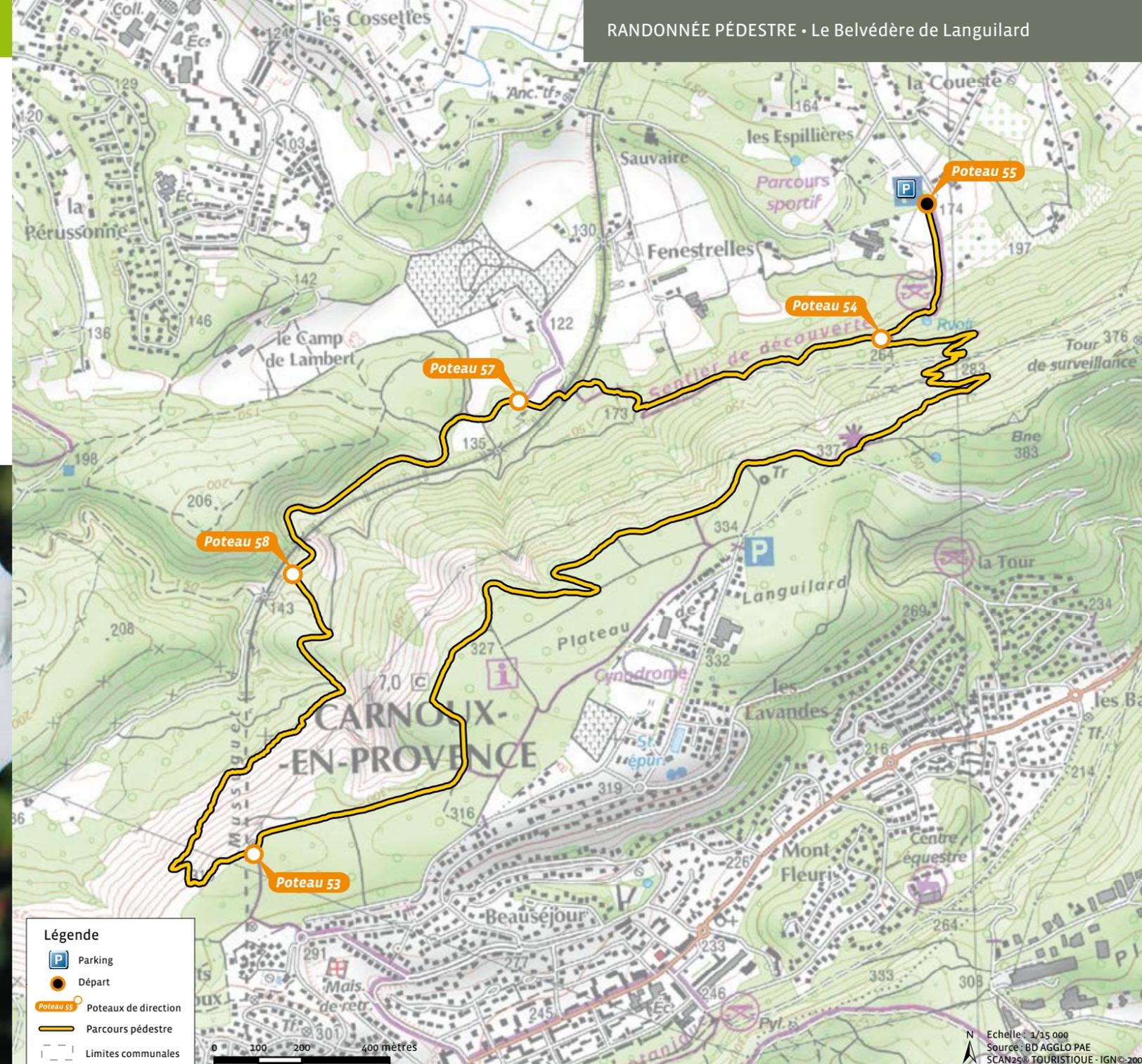
Le chemin de Carpiagne

Poteau 58 Bifurcation du chemin de Carpiagne, Carrefour du Capitaine • 2.9 km

► Quitter la route pour s'engager dans le sentier montant à gauche. Rejoindre la piste DFCl et la prendre à droite pendant 250 mètres.

Le Mussuguet 3.150 km

► Juste avant la barrière, s'engager à gauche dans le vallon et s'élever progressivement par le sentier du Mussuguet jusqu'au plateau de Languilard.



Accès aux massifs forestiers

L'accès aux sentiers pédestres, soumis à l'arrêté préfectoral, est réglementé du 1^{er} juin au 30 septembre. Pour connaître les conditions d'accès, pour le département des Bouches-du-Rhône, vous pouvez appeler le 0811 20 13 13 (coût appel local) ou consulter le site suivant www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr

Les prévisions météorologiques vous sont communiquées par l'Office de tourisme intercommunal la veille pour le lendemain dès 17h30 au 04 42 03 49 98.

Règles de sécurité et de respect de l'environnement

Au cœur du bois de l'Espalères, il est nécessaire de préserver cet espace naturel exceptionnel :

- pour accéder sur les lieux, privilégier les transports en commun ou les modes doux (vélo ou à pied)
- rester sur les chemins balisés
- respecter la tranquillité des résidents et riverains
- tenir son chien en laisse
- ne pas jeter papiers et détrit
- la cueillette et les feux sont interdits
- les véhicules motorisés sont interdits

Accès à la base

L'entrée de la base nature se trouve sur le parking de la Coueste, chemin des Espillières à Aubagne. Vous pouvez vous y rendre :

- **En voiture :** accédez jusqu'au parking de la Coueste situé sur le chemin des Espillières. Attention le nombre de places est limité.
- **En bus :** empruntez la ligne 101 (transport à la demande), descendre à l'arrêt « Centre aéré des Espillières » puis marcher environ 400 mètres sur le chemin des Espillières pour accéder au parking.

tél : 0 800 10 52 80 (appel gratuit depuis un poste fixe)
tél : 04 42 70 28 01 (n° conseillé depuis un mobile)
Du lundi au samedi, de 6h45 à 19h.

Les bus de l'agglomération sont gratuits.
Retrouvez les horaires sur www.bus-agglo.fr

www.tourisme-paysdaubagne.fr

