

Parcours 1

Parcours très facile

~ 51 mn

5.08 km

166 m

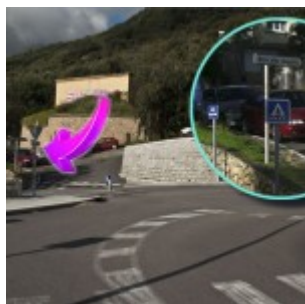


Description.

Il s'agit là du parcours le plus aisé. Dans la première partie, La montée en lacets se fait très progressivement et à part un toute petite partie assez raide d'une cinquantaine de mètres, le parcours est assez plat, alternant les petites montées et les descentes en pente douce. Si vous n'êtes pas trop habitués, il faudra prendre garde de ne pas glisser dans les descentes car le chemin est en grande partie fait de tuff (sable granitique), et de petits cailloux instables. A faire en fin d'après-midi pendant la saison chaude car le soleil passe derrière la montagne et il fait donc plus frais que dans la première partie de la journée, période pendant laquelle le sentier est pleinement exposé. En été, préférez le matin de bonne heure.

Le départ.

Le départ se fait à partir du Bois des Anglais, au niveau du rond-point situé au croisement entre l'avenue de Verdun et la rue Maurice Choury.



Vous trouverez un parking sur la gauche sur lequel il est permis de garer. Ne stationnez pas sur les parties communes réservées aux riverains de la résidence du Bois des Anglais. *(cliquez sur l'image pour agrandir)*

Embranchement vers la piste



A cet embranchement, vous devez tourner à gauche. Si vous

**allez tout droit,
vous arriverez à la
Piste du Salario.**

**Point 1 –
arrivée du**

parcours



**Arrivé à ce
croisement,
vous aurez parcouru
environ 1.62 km, et
vous aurez le choix
entre revenir sur
vos pas, continuer
votre route en
allant sur la droite**

**ou bien descendre
rejoindre la ville
dans les hauteurs du
Parc Berthault et la
plage de Trottel.**

**Il est bon de
connaître ce
raccourci, si
d'aventure vous
deviez retrouver
rapidement la
civilisation.**

**Mais soyez prudents
tout de même, car
même si elle ne
présente aucune
difficulté
particulière, cette
descente peut se
révéler plus casse-
gueule que ce que
vous venez de faire.
Le chemin est assez
raide et vous**

**risquez une
glissade.**

***Avis personnel : je
n'aime pas les
descentes très
raides car on force
sur les
articulations du
genou.***

***(cliquez sur l'image
pour agrandir)***