

« LE PLATEAU DU SIOU BLANC » (RANDONNÉE-CAMPING)

LAC DU REVEST — ÉLÉPHANT DE PIERRE — PYRAMIDE DE CASSINI — AIGUILLES DE VALBELLE

Week-End de Pâques - 3 jours du samedi 19 au lundi 21 avril 2025 - Itinérant niveau So/T2 Encadrant : Pascal BAUD, tél. 06 80 35 51 42 (Contact : voir rubrique « <u>KiFaiKoi</u> » sur le site du Club)

Le plateau du Siou Blanc est une étendue calcaire karstique où sont présentes de nombreuses grottes, cavités et sources de résurgence. C'est un espace couvert de forêts (essentiellement chênes verts et blancs) et de garrigue (bruyères arborescentes, arbousiers, etc). L'érosion a également sculpté les roches dolomitiques des aiguilles de Valbelle. La Pyramide de Cassini à 792 m d'altitude, érigée au 18ème siècle a permis la réalisation des premières cartes topographiques de France. Nombreux points de vue sur la rade de Toulon et sur les Alpes du sud.



<u>Niveau requis</u>: soutenu (dû à la nature du terrain et au portage) et T2 (voir définitions sur le site du CAF-IdF), pour randonneurs-campeurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes de 6 à 8 heures effectives de marche par jour sur des sentiers (souvent caillouteux) de moyenne montagne et accoutumés aux contraintes du bivouac (poids du sac, manque de confort, participation à la recherche d'un terrain adapté, intempéries, froid nocturne...).

→ Environ 62 km en 3 jours, 2240 m de dénivelée positive et 2045 m de dénivelée négative. Altitude maximum : 825 m. Les nuitées sont prévues sous votre tente personnelle. Toutefois, il existe 2 refuges non gardés sur le plateau que nous pourrions utiliser s'il y a de la place, ce n'est donc pas garanti, d'où la tente obligatoire. Nécessité de partir avec 3 litres d'eau.

<u>Description du parcours</u> : (à titre indicatif, modifiable selon le niveau du groupe, les aléas d'itinéraires et la météorologie)

 $1^{\text{ère}}$ étape Samedi 19 avril 19 km D+ 990 m D- 570 m

Rassemblement du groupe à la gare de Toulon, petit-déjeuner facultatif (boulangerie Paul dans le hall de la gare), 10 mn à pied jusqu'à l'arrêt de bus Lyautey, bus n°6 (08h53) puis bus n°55 pour Le Revest-les-Eaux; départ de notre randonnée, traversée du village ancien jusqu'à la tour, rives du lac du Revest, ravin du Cierge, sommet du Grand Cap (782 m), pyramide de Cassini, Colle de Fède (825 m), les Cuillerets; recherche d'un lieu sauvage pour accueillir notre bivouac.

2^{ème} étape <u>Dimanche 20 avril</u> 22 km D+ 550 m D- 530 m

L'Abîme des Morts, l'Éléphant de Pierre, Grand Aven du Jas de Laure, Aiguilles de Valbelle, la Baume Obscure, Pas de Belgentier, le Siou Blanc ; recherche d'un lieu sauvage pour accueillir notre bivouac.

3^{ème} étape <u>Lundi 21 avril</u> 21 km D+ 700 m D- 945 m

Col des Morts, le Revest-les-Eaux, quartier de l'Ubac, puis montée au Mont Faron (509 m), tour Beaumont, Mémorial du Débarquement, descente en téléphérique du Faron pour Toulon, gare Sncf, bistro; dispersion du groupe, train pour Paris.

<u>En cas d'accident grave</u>: si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles avec le lien suivant : https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence.

<u>Inscription, coût</u>: dès la diffusion de cette fiche vous pouvez postuler pour une inscription en ligne sur le site internet du CAF Ile-de-France ou à l'accueil du Club. Un règlement de 16 € vous sera alors demandé pour les frais administratifs. Date de début de validation des inscriptions le <u>jeudi 16 janvier</u> selon les <u>modalités</u> en vigueur et dans la limite des places disponibles. Voir en ligne les conditions générales de vente.

- → Ce prix comprend : uniquement les frais administratifs du CAF-IdF.
- \rightarrow Ce prix ne comprend pas : les trajets en train A/R pour Toulon, le trajet en bus urbain (env. 1,50 €), la descente en téléphérique (6,50 € en 2024), le petit-déjeuner à Toulon, une participation aux frais d'eau, bistro à l'arrivée, les frais imprévus.

<u>Pour se rendre sur place</u>: chaque participant est libre de son transport. En train depuis Paris: prévoir aller/retour pour Toulon. Les transports locaux (bus, téléphérique) seront organisés par l'encadrant.

Rendez-vous : samedi à la gare de Toulon à l'arrivée du train (pour le petit-déjeuner facultatif à la Boulangerie Paul, dans le hall de la gare).

HORAIRES SNCF au départ de Paris - billets en vente à partir du 22 janvier à 06h00

Attention : aucun horaire n'est encore confirmé par la Sncf à la date de parution de cette fiche technique

<u>Trajet aller</u>: Vendredi 18 avril

Paris Gare d'Austerlitz départ 20h10, Intercité de nuit n° 5781

→ Toulon arrivée 07h12 (le samedi 19 avril)

Trajet retour: Lundi 21 avril

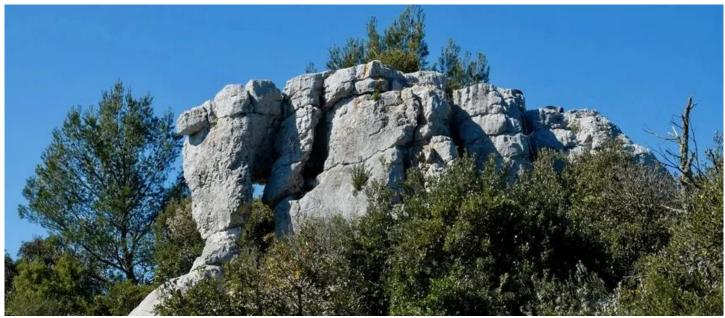
Toulon départ 18h49, TGV n° 6180

→ Paris Gare de Lyon arrivée 22h41

(en variante, possibilité de prendre le train de nuit pour Paris-Austerlitz)

<u>Équipement</u> (liste non exhaustive): sac à dos de 45 à 65 litres environ, bonnes chaussures de marche étanches, vêtements contre la **pluie** et le **froid**, guêtres, tente légère, sac de couchage performant, matelas mousse ou (auto)gonflant, réchaud, matériel de cuisine, gourde(s) pour 3 litres (remplie à l'avance), éventuellement gourde filtrante, lampe (frontale), pharmacie personnelle, protections contre les ampoules et les coups de soleil, bâtons de marche fortement recommandés, de la monnaie pour les menues dépenses.

Nourriture : prévoyez vos repas du samedi midi au lundi midi. Aucune possibilité de ravitaillement sur le parcours.



Nota: chaque participant devra être autonome en matériel et nourriture, ... et n'hésitez pas à me contacter pour tout renseignement complémentaire.