



Site :  
[gvrando.com](http://gvrando.com)

## DIMANCHE 7 JUIN 2026

### LA LONDE

ATTRAIT	La Londe, ses plages, les vieux salins	La Londe, ses plages, les vieux salins	Les Plages et caps de la Londe
NIVEAU	<b>Douce</b> <b>IBP 18</b> <b>Ouvert RANDO SANTÉ pour celles et ceux dont la condition physique le permet</b>	<b>1</b> <b>IBP 27</b>	<b>2</b> <b>IBP 50</b>
DIFFICULTES	<b>Durée de marche effective : 4h environ allure très modérée</b> <b>Dénivelée cumulée : 5 m environ</b> <u>Nature du parcours</u> : sentiers le long du littoral et visite de la maison des vieux salins <u>Particularités</u> : <b>parcours de 7,5 km peu ombragé</b>	<b>Durée de marche effective : 5 h00</b> <b>Dénivelée cumulée : 10 m environ</b> <u>Nature du parcours</u> : en aller-retour sur sentier du littoral avec une boucle pour la visite de la maison des vieux salins <u>Particularités</u> : <b>parcours peu ombragé</b>	<b>Durée de marche effective : 5 h00 environ</b> <b>Dénivelée cumulée : 65 m environ</b> <u>Nature du parcours</u> : <b>zone sableuses des plages sentiers et chemins de terre, des sentiers caillouteux</b> <u>Particularités</u> : <b>quelques hautes marches</b>
RENDEZ VOUS	<b>TRAJET EN CAR</b> - rendez-vous <b>7h00</b> piscine de Gardanne Départ <b>7h15 très précises</b> Inscriptions : le Jeudi 4 mai à 19h au bureau rue Deleuil - 8,00€ par personne ; chèque à l'ordre de GVRando Gardanne (2 inscriptions au maximum par personne = famille+ 1 ami qui sera inscrit sur liste d'attente) La priorité sera donnée aux personnes présentes physiquement. Les chèques seront détruits en cas d'annulation. En cas de manque de place, possibilité d'utiliser les véhicules personnels.		
MATERIEL	Chaussures de rando, bâtons, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle. <b>Protections solaires</b>	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons recommandés, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle. <b>Protections solaires</b>	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons <b>fortement</b> recommandés, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle. <b>Protections solaires</b>
CONSIGNES	Pas de chien		
TRAJET ROUTIER SUGGERE	Gardanne, A8, A50, Toulon, A507, Hyeres, D98, avenue Albert Roux, direction Port de Miramar parking au bout de la rue des îles du soleil Coordonnées N 43°7'3.9" / E 6°14'35.9" Coût covoiturage suggéré : 73€		
TRAJET PEDESTRE	Parking rue des îles du soleil, plage de Miramar, camping le Pansard, étang de l'anglais, plage du Pentagone, capitainerie, rue Saint Nicolas, sentier de découverte des salins d'hyères	Parking gratuit port de miramar, port de Miramar, camping le Pansard, étang de l'anglais, plage du Pentagone, capitainerie, rue Saint Nicolas, sentier de découverte des salins d'hyères, retour à Miramar	Parking rue des îles du soleil,, circuit en Aller/retour, port Miramar, plage de l'argentière, plage du Pellegrin, plage de la Leoube, plage de l'Estagnol, et retour parking
ANIMATEURS	Claude Chauvet : 06 13 83 78 98 Raymond Soriano : 06 22 64 17 00 La trace est à disposition auprès de l'animateur	Pascale Tanguy : 06 48 43 69 80 Luc Tanguy : 06 85 37 69 29 Thierry Leonardi : 06 83 89 40 98 La trace est à disposition auprès de l'animateur	Ibrahima Diallo : 06 88 20 35 69 Pierre Bedikian : 06 15 41 91 78 La trace est à disposition auprès de l'animateur