

Conseils et recommandations avant de partir en randonnée

*La forêt et la colline sont source de vie,
elles profitent à tous mais
elles appartiennent à quelqu'un.*

Respectons l'hospitalité de leur propriétaire

- ♦ Restons sur les chemins balisés
- ♦ N'abandonnons aucun objet, aucun détrit.
- ♦ Respectons les arbres, admirons les plantes, observons les animaux mais ne mutilons pas, ne coupons pas, ne dérangeons pas.
- ♦ Respectons la réglementation, ne pénétrons pas les massifs avec des véhicules en dehors des voies ouvertes à la circulation publique.
- ♦ Respectons les viticulteurs et les agriculteurs; ne cueillons pas leurs produits.
- ♦ Sachons cohabiter avec les chasseurs et les autres utilisateurs.
- ♦ N'allumons pas de feu, ne fumons pas, ne nous aventurons pas en forêt par temps de sécheresse et surtout par grand vent.

Pour rendre votre randonnée agréable

- ♦ Ne surévaluez pas vos forces physiques.
- ♦ Renseignez vous sur le temps de parcours, sur la météo
- ♦ Évitez de partir seul.
- ♦ Soyez équipés d'un sac à dos et de chaussures de randonnée, d'un chapeau et d'une bouteille d'eau !

Pour votre sécurité et pour la préservation des massifs forestiers, l'accès aux espaces naturels est réglementé de juin à septembre.

Renseignez-vous pendant la période estivale au 08 11 20 13 13



SENAS
LA CABRE
LA PECOULE

TOPO RANDO



Durée : 2h30

Distance : 8 kms

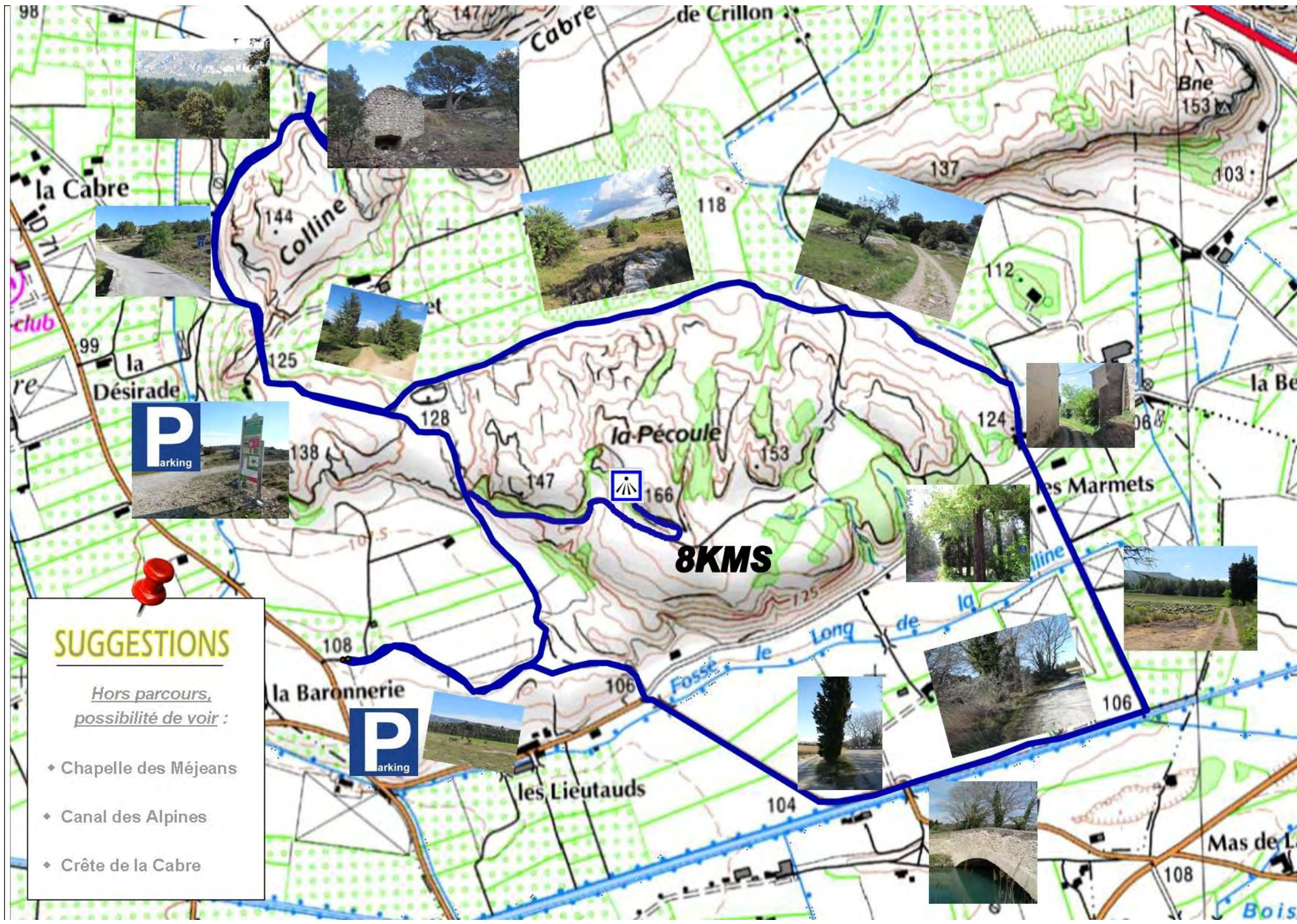
Niveau : Famille



Bureau d'Information Touristique

☎ 04.90.59.20.25

bureauinfotourisme@senas.fr



SUGGESTIONS

*Hors parcours,
possibilité de voir :*

- ♦ Chapelle des Méjeans
- ♦ Canal des Alpines
- ♦ Crête de la Cabre

SENAS - Circuit des Collines de Pécoule, de la Cabre

incluant la table d'orientation

Parking du Parcours de Santé

♦ Quitter la place du marché de Sénas côté D7N (ex N7). Au feu, tourner à gauche et emprunter la D7N sur 900 mètres environ jusqu'au rond-point. Prendre la 2^{ème} sortie à droite vers *Alleins – Parcours de Santé* par la D71.

♦ Continuer dans cette direction pendant 2,5 km environ.

Prêter attention au panneau *Parcours de Santé* après un petit bois de pins à droite et une longue haie de cyprès à gauche. Tourner alors à gauche. Monter quelques mètres et se garer.

Descriptif randonnée balisée bleu

♦ Quitter le parking par le côté opposé à l'entrée en passant entre les potelets métalliques. Progresser en direction Est par le sentier se dirigeant vers un petit bosquet de pins. Le traverser et atteindre un carrefour de pistes. Emprunter en face la piste Ouest/ Est qui longe un terrain cultivé portant une maison récente. Quitter cette piste lorsqu'elle commence à tourner à gauche vers le Nord.

♦ Tourner alors à droite vers l'Est et continuer sur un sentier qui franchit un rebond rocheux et rejoint la route D71 dans un virage. Avec: à gauche le *Chemin des Marmets*, vers la droite le hameau *Les Lieutauds*, en face la route d'*Alleins* (D71) dont on empruntera le bas-côté sur 500 mètres.

La route d'Alleins passe au-dessus du *fossé le long de la Colline*, traverse des champs bordés de cyprès avant de franchir le *Canal septentrional des Alpines* par un étroit pont de pierre.

Ne pas franchir le pont mais, en passant sur la gauche de sa rampe d'accès, emprunter le chemin qui longe le canal bordé de quelques chênes et de platanes. Après 600 mètres environ et avoir dépassé une propriété sur la gauche, tourner à gauche au niveau d'une étroite passerelle traversant le canal.

Le chemin de terre (*chemin du Canal des Alpines*) traverse la plaine agricole et mène en 600 mètres environ au hameau *Les Marmets*.

♦ Traverser le chemin goudronné et s'engager en face sur le *chemin de la Cabre* qui passe entre deux habitations et longe à gauche une paroi rocheuse (extrémité Est de la Colline de *Pécoule*). Suivre ce chemin qui contourne la Pécoule devenant une piste, jusqu'à arriver après 600 mètres environ à un carrefour. Ne prendre ni à droite ni à gauche mais continuer en face et toujours sur cette piste qui en pied de colline longe sur la droite des vignes et vergers. Au-delà, et tout au loin : le *Petit Luberon*. Au premier plan la longue barre rocheuse de la

♦ Arrivé au pied du réservoir tourner à droite et en quelques mètres déboucher sur la petite route du *Chemin de Rousset*. Prendre à gauche et descendre en 150 mètres environ jusqu'au *Chemin du Four à Chaux* à droite. Suivre ce chemin goudronné qui longe le pied de la colline. Après 200 mètres environ et face au portail d'une propriété, prendre à droite la piste qui longe cette propriété. La suivre jusqu'à pénétrer après 250 mètres dans un petit bois de pins.

♦ Tourner immédiatement à droite et en suivant le sentier atteindre en quelques mètres le creux d'une petite ravine. La franchir et se diriger à gauche vers la haute construction en pierre du *Four à chaux*. Remonter la ravine sur quelques dizaines de mètres et observer sur la gauche et en bord de talus des scories rougeâtres, restes de l'exploitation très temporaire d'une mine de fer.

La colline de La Cabre recèle en effet du minerai de fer dont la présence est déjà mentionnée au XVIII^e siècle. En 1904 ce gisement situé en territoire communal éveillait bien des convoitises y compris celles d'hommes d'affaires véreux. En 1905 la municipalité cède la concession au Sieur BOVIS Pierre moyennant une redevance de 0,5 Francs par tonne pour une extraction d'au moins 600 tonnes par an. Celui-ci se voyait sollicité par un pseudo financier marseillais pour lancer une grande société à actions. Un rapport de l'ingénieur des mines mit fin à l'aventure, le minerai était pauvre en oxyde de fer!

♦ Revenir au grand réservoir d'eau circulaire en refaisant le chemin en sens inverse.

♦ Repartir du réservoir en suivant la piste de gauche longeant au plus-près une haute haie de troènes. Au loin, par-delà la *Colline de la Cabre*, le *Mourre Nègre* point culminant à 1125m du *Grand Luberon*.

♦ Après 300m environ, arrivé à une fourche, prendre à droite. À la fourche suivante. Quelques mètres plus loin, prendre à gauche et descendre une piste ravinée par endroits. Arrivé à une nouvelle fourche, prendre à gauche, la piste balisée bleue qui remonte la colline sur 300 mètres. Arrivé au sommet, prendre à gauche et escalader la barre rocheuse en suivant bien le balisage. Continuer sur la crête jusqu'à la table d'orientation. Revenir sur ses pas par le même chemin, jusqu'au carrefour et prendre à gauche la piste d'abord de terre qui, rapidement, longe à droite, une haute haie de thuyas.

♦ Suivre cette piste qui contourne le vaste terrain cultivé et implanté d'une construction récente rencontré à l'aller. Suivre la piste jusqu'à arriver face au petit bosquet de pins.

♦ Quitter alors la piste tournant à droite et s'engager dans le bosquet