



FICHE DESCRIPTIVE DE RANDONNÉE

Randonnée du : vendredi 27 mai 2022, RDV 7h00 : tennis St Vallier de Thieu
7h30 : Parking face amicale sapeurs-pompiers Le Tignet

Nom de la randonnée : Barrage de Malpasset et Lac d'Avellan

Point de départ de la randonnée : parking barrage Malpasset – D37 (sortie 38, A8 Fréjus)

Estimation covoiturage : 34 €/voiture

Caractéristiques de la randonnée : IBP 54 E3/T3/R3

| | | | | | |
|--------------------------------|-------------|--------------------------------|-------|--------------------------|------|
| Distance | 14-15 km | Altitude Minimale | 32m | Altitude Maximale | 290m |
| Dénivelé Positif Cumulé | 430m+ | Dénivelé Négatif Cumulé | 430m+ | | |

Descriptifs et consignes particulières :

« Le 2 décembre 1959, déchirant la nuit, une vague de 40 mètres de haut, brise de toute sa force le barrage de Malpasset et déferle dans toute la vallée jusqu'à la Ville de Fréjus. Construit pour la gloire et la richesse du département, ce barrage ne cause hélas, que désastre et désespoir. Niché dans la vallée du Reyran, le barrage est toujours visible tel un témoignage pétrifié de la plus grande catastrophe civile du XXème siècle. »

Nous ne ferons le tour complet du barrage que s'il n'y a pas (trop) d'eau dans le Reyran et sur les gués à passer. Il est préférable d'avoir des bâtons pour les traversés. Nous irons alors simplement jusqu'au promontoire en aller/retour avant d'aller vers le lac d'Avellan.

Pour rejoindre ce lac qui se trouve à une hauteur de 320 mètres, nous remonterons le Vallon de l'Apié d'Amic, puis la piste de l'Esquine. Nous voici dans un milieu typiquement Méditerranéen. Les chênes lièges, pins parasols, chênes vert et blanc, chênes Hermès etc. qui grandissent sur les terres rouges et siliceuses du massif, donnent un aspect encore sauvage à ce paysage. La vue s'ouvre largement sur le Mont Vinaigre et sur le lac que nous atteindrons en descendant un petit sentier. Le retour se fera par un chemin caillouteux qui s'enfonce dans une gorge « le vallon de l'Avellan » où la rivière s'écoule paisiblement en une succession de vasques. Nous terminerons notre randonnée par l'aqueduc romain de l'Esquine construit en 49 avant JC.

Il n'y a pas de difficultés particulières sur ce parcours mais le terrain peut être glissant par endroit et il y a quelques gués à passer, je préconise des chaussures avec de bonnes semelles adhérentes et les bâtons.

Pensez à :

- **Chaussures de Randonnée adaptées obligatoire.**
- Equipements habituels (sac à dos, vêtement de pluie, couverture de survie, sifflet),
- Vêtements chauds (Veste polaire, coupe-vent, bonnet, gants)
- Pique-nique pour le repas du midi. Eau en quantité suffisante.
- Un vêtement de rechange pour le retour.

| Animateur | N° de Téléphone |
|-----------|-----------------|
| Susan | 06 73 97 72 17 |



