

FICHE DESCRIPTIVE DE RANDONNÉE

Date : voir le programme affiché sur le site JRV.

<u>RANDONNÉE</u>	Le tour du Pic de l'Escale	<u>CARTE IGN</u>	3544 ET Fréjus
Départ	Parking du Col de belle Barbe (Agay)	GPS : UTM (Fuseau 32T)	X : 0327 576 Y : 4813 731

<u>Distance</u>	11 km	<u>Temps de Marche estimé : (hors pauses et repas)</u>	3H35
------------------------	-------	---	------

<u>Altitudes Mini - Maxi</u>	22 m	262 m	<u>Dénivelés Cumulés</u>	D+ : 290 m	D- : 290 m
-------------------------------------	------	-------	---------------------------------	------------	------------

<u>Cotation</u> <u>suivant guide</u> <u>FFR</u>	<u>Effort (E)</u> E2 : Assez Facile	<u>IBP 39</u>	<u>Technicité (T)</u> T3 : Peu Difficile	<u>Risque (R)</u> R3 : Peu élevé
--	--	----------------------	---	---

<u>Profil altimétrique</u>	<u>Difficultés explicitées</u>
	<p>Les sentiers peuvent être glissants, rocailloux comme nous avons l'habitude de les voir dans l'Esterel. Les bâtons sont vivement conseillés.</p>

C o n s i g n e	Obligatoire : chaussures de randonnée adaptées.	Bâtons vivement conseillés
	Equipements habituels (sac à dos, vêtement de pluie, couvre-chef, couverture de survie, sifflet, lampe frontale)	Vêtements chauds (Veste polaire, coupe-vent, bonnet, gants)
	Pique-nique pour le midi avec boissons en quantité suffisante au minimum 1.5l.	Vêtement de rechange pour le retour.

Le serre-file, désigné en début de marche, seconde l'animateur ; il ferme la marche et fait remonter les problèmes éventuels à l'arrière du groupe. Il a le pouvoir de l'animateur pour faire respecter les consignes, notamment lors de traversée de routes.

GESTION	Animateur	N° de Téléphone	Adresse Mail
	Georges	06.29.51.24.98	philitgeorges@gmail.com

Heure et lieu de RdV :	• Tennis de St Vallier : 08H00	Covoiturage Trajet (A/R)	115 km
	• Stade Jean Girard (Grasse) : 08h20		

INSCRIPTION par SMS auprès de l'animateur au plus tard la veille avant 20h, en précisant le lieu de départ si nécessaire.

Descriptif :

Au départ du **parking de Belle Barbe**, cette belle boucle au cœur du massif de l'Estérel invite à découvrir quelques-uns de ses sites les plus sauvages et spectaculaires.

Dès les premiers pas, le sentier s'enfonce dans le **ravin du Mal Infernet**, véritable joyau naturel aux allures de canyon, dominé par les roches rouges typiques du massif et une végétation méditerranéenne dense.

La montée se poursuit ensuite par le **ravin de l'Ubac de l'Escale**, offrant de superbes points de vue sur les reliefs tourmentés de l'Estérel, avant d'atteindre le **col des Lentisques**, point culminant de la randonnée. Une pause s'impose pour profiter du panorama sur la mer et les sommets environnants.

La descente s'effectue par le **ravin des Lentisques**, dans une ambiance plus forestière, jusqu'à retrouver le point de départ à Belle Barbe.

Cette boucle, variée et pleine de contrastes, alterne entre passages ombragés, crêtes dégagées et gorges profondes — un condensé de tout ce que l'Estérel a de plus beau à offrir.

Le Pic de l'Escale est moins fréquenté que d'autres sommets voisins, ce qui en fait une belle option pour profiter du calme et de la nature.

Points d'intérêt

- **Paysages** : Roches rouges typiques de l'Esterel, contrastant avec le vert de la végétation et le bleu de la mer.
- **Végétation** : Pins d'Alep, chênes-lièges, arbousiers, bruyères.
- **Faune** : Possibilité d'apercevoir rapaces, sangliers ou petits reptiles.
- **Vues panoramiques** : Sur le Pic de l'Escale, le Pic du Cap Roux, et la baie de Cannes.

Conseils pratiques

- **Équipement** : Chaussures de randonnée, eau (minimum 1,5 L par personne), chapeau/casquette, crème solaire.
- **Meilleure période** : Printemps et automne (éviter les fortes chaleurs estivales).
- **Sécurité** : Sentiers parfois glissants après pluie, rester attentif aux balisages.
- **Accès** : Parking du Col de Belle Barbe (gratuit, limité en places).

Carte et parcours :

