

19 mars 2023  
- 26 mars  
2023

#marche #marchenordique

LOISIRS  
SPORT

## SEMAINE DE LA RANDONNÉE EN PROVENCE

Du **dimanche 19 au dimanche 26 mars 2023**, la FFRandonnée13, ses associations et ses partenaires historiques organisent **la Semaine de la Randonnée en Provence**, où cette année, une attention particulière sera donnée au GR®2013 qui fêtera ses dix ans. Un événement ouvert à tous, sur inscription.

L'occasion de (re)découvrir les trésors cachés de Miramas, sa campagne diversifiée, ses points de vue à couper le souffle, ses pépites patrimoniales... à travers le GR®2013, entretenu par les bénévoles de l'association miramasséenne de randonnée, Le Grape.

- **Mardi 21 mars** - D'Istres à Miramas par le GR®2013 et Miramas-le-Vieux / Istres (16 km - 5h) - Randonnée au travers des campagnes et pinèdes, vues sur les étangs de l'Olivier, de Berre et visite de Miramas-le-Vieux.
- **Mercredi 22 mars** - Grans - La Jasse du Pape / Grans (13km - 4h) - Au départ du parking du Foirail de Grans, traversée du village par le moulin à huile puis, le long de la Touloubre, chemin des lumières, château de St Charles, traversée du domaine de Couloubrier, golf de Miramas, canal de Pougnois et retour à Grans.
- **Jeudi 23 mars** - Marche nordique Touloubre / Miramas (9km - 2h) - Marche nordique dans les collines de Miramas et bords de la Touloubre.
- **Vendredi 24 mars** - De Saint-Chamas à Miramas par les collines / Saint Chamas (17km - 3h30) - Circuit de gare en gare entre Saint Chamas et Miramas et découverte des collines de Miramas, puis retour au point de départ en train
- **Dimanche 26 mars** GR®2013 Istres/Miramas (15,5km - 5h) - Prenez le train en gare de Miramas pour vous rendre à Istres. Passage dans le centre ancien d'Istres puis berges de l'étang de L'Olivier, les dinosaures du Castellan, Chapelles Saint-Etienne et Saint-Michel.

Inscriptions sur [https://bouches-du-rhone.ffrandonnee.fr/html/7258/semaine-de-la-randonn....](https://bouches-du-rhone.ffrandonnee.fr/html/7258/semaine-de-la-randonn...)

