

4-Compte rendu Rando VTT du 30 janvier - Les Trois Frères à Châteauneuf les Martigues

Le club était presque au complet ce matin à Châteauneuf avec 13 membres + un invité.

Il ne manquait que les malades, les estropiés, les paresseux, les grossesses, et ceux qui avaient oublié de se réveiller (c'est à dire pas grand monde)

En tout cas, on s'est bien "fendu la gueule", **surtout Clément** qui a terminé aux urgences pour se la faire refaire (la gueule)

Mais pourquoi la rando des Trois Frères : "à cause du rocher".

Emergeant à l'extrémité de l'anse de La Mède, "Les Trois Frères" ont acquis une certaine notoriété sous la plume d'Alexandre Dumas dans l'ouvrage "Le Midi de la France". La légende raconte, qu'il y a bien longtemps, quand l'étang n'existait pas, une immense plaine en occupait la place où un paysan, qui avait trois fils, y cultivait son blé. A sa mort, il fit jurer à deux de ses fils de s'occuper du troisième, aveugle, et de ne le léser en rien. Ces derniers firent d'abord trois parts égales puis, peu à peu, tentés, finirent par piller leur frère infirme. Pour les punir, Dieu pétrifia les trois meules de blé et les noya... Ainsi seraient nés "Les Trois Frères". Un des rochers fut détruit en grande partie lors du creusement du canal de Marseille au Rhône (1911-1926).

Rando moyennement intéressante, mais il convient d'attendre le verdict de Michel qui a fait le 40 km.

En résumé sur le 28 km :

- 3 km de route
- 1,736 km de montée assez sévère par une piste
- puis que du plat pendant plus de 10 km souvent dans un paysage dévasté par le feu (là où Clément a trouvé le moyen de chuter sévèrement)
- une descente avant le ravitaillement avec seulement 122 m de monotracte avant le ravitaillement.
- Ravitaillement très correct avec soupe à l'ognon et café.
- une assez longue remontée de 6 km de plus en plus raide sur la fin avant de rejoindre la piste de l'aller
- 1,736 km de descente par la piste
- 3 km de route

Et à 11h la rando était pliée mais peut être que Michel a eu droit à quelques sentiers sympas en sous-bois (non cramé).

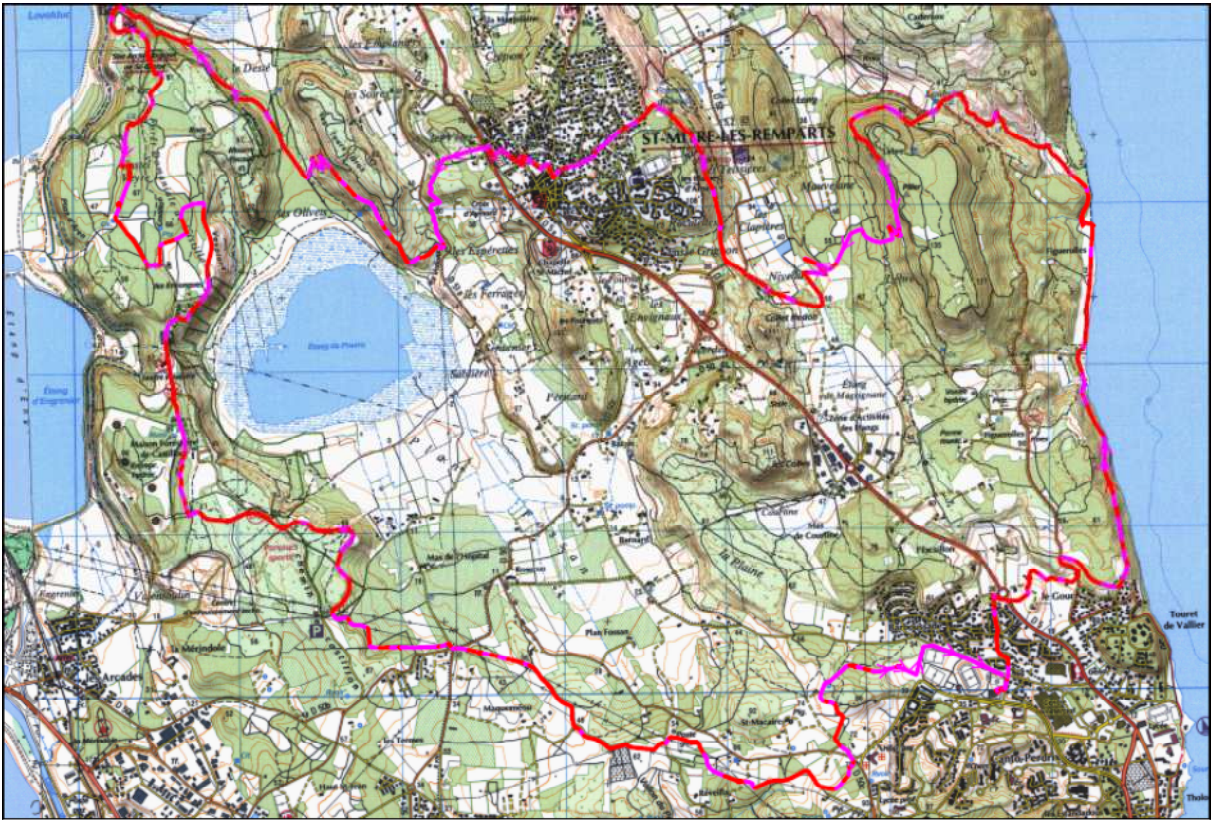
Les organisateurs ont rassemblé quand même plus de 700 participants.

Je crois que la dernière chute nécessitant une visite aux urgences datait d'octobre 2008 à Salerne (pour mon genoux)

Bon rétablissement à Clément.

Bchdv

29,1 kms (+ 645m)



CartoExploreur 3D - Copyright IGN - Projection Lambert II étendu / NTF - Echelle 1:25000
© FFRP pour les itinéraires et sentiers de randonnées GR®, GRP®, PR®