



## Sortie VTT du dimanche 08 mars 2015 Plateau d'Arbois

Nous étions donc 3, Mario, Bastien et moi même pour un départ 8h de la MPT. JC apparemment ne s'est pas levé !

Pour nous échauffer, nous sommes remontés vers le haut du village, prendre le chemin des Espradeaux. Nous avons rejoint le chemin du vallon du Duc par le petit single qui descend au milieu des pins. A partir de là nous attaquons la montée vers la croix de Rognac. Nous prenons en direction du Jas d'Arbaud, pour revenir sur nos roues, en passant sous la tour de guet.

Montée sur le plateau du grand Arbois (où nous nous sommes fait doublé par un runner dans la montée !), nous empruntons le single le long de la falaise jusqu'à la tour de guet puis nous continuons à suivre le bord en alternant pistes et singles, jusqu'au niveau de la descente qui conduit dans les ocres. Nous décidons de rejoindre plutôt le canal en tirant tout droit. Et là le trou de mémoire, je n'ai pas retrouvé exactement le chemin. Il me semble qu'il fallait tourner à droite à un moment ...

Bref nous tombons sur une descente caillouteuse et plutôt raide qui a semblé plaire à Mario et Bastien, mais pas à moi. Grâce à Mario, nous retrouvons le bon chemin, un peu boueux jusqu'au canal. Là Mario me dit que c'est 11h30 (mais je crois qu'il n'a pas changer d'heure depuis l'année dernière) donc nous décidons de rentrer sur Velaux par le plateau. Je n'avais plus de compteur, apparemment 35km 3h00 de vélo tranquillo.

Pour de plus amples données, Mario et Bastien avait un GPS, voir avec eux pour la trace.

David

=====

Salut,

Ha ben si j'y étais à la mpt a 7h57 a ma montre ben j'ai fait 30km tout seul... Snif  
Mais y a pas de problème mais pour une reprise il est vrai que j'aurais aimé ne pas être seul

Jacques C. ☺