



## Balises

 **GR®**  
Grande Randonnée

 **GR® de Pays**  
Grande Randonnée de Pays

 **BL** - Boucle Locale

 **PR** - Promenade et randonnée inscrite au PDIPR

## Signalisation

 **Bonne direction**

 **Changement de direction**

 **Mauvaise direction**

"Le Département et les baliseurs bénévoles officiels de la FFRandonnée Bouches-du-Rhône entretiennent les itinéraires de randonnée pédestre."

  
les chemins, une richesse partagée  
Bouches-du-Rhône

## Conseils et recommandations pour se promener en Provence

La forêt et la colline sont source de vie, elles profitent à tous mais elles appartiennent à quelqu'un. Respectons l'hospitalité de leur propriétaire.

- Respectons la charte du randonneur éditée par la FFRandonnée
- Restons sur les chemins balisés
- N'abandonnons aucun objet, aucun débris. Nous pouvons ramener les emballages vides que nous avons apportés pleins
- Respectons les arbres, admirons les plantes, observons les animaux mais ne mutilons pas, ne coupons pas, ne dérangeons pas
- Respectons la réglementation, ne pénétrons pas les massifs avec des véhicules en dehors des voies ouvertes à la circulation publique
- Respectons les viticulteurs et les agriculteurs ; ne cueillons pas leurs produits
- Sachons cohabiter avec les chasseurs et les autres utilisateurs
- N'allumons pas de feu, ne fumons pas, ne nous aventurons pas en forêt par temps de sécheresse et surtout par grand vent.

### Pour rendre votre randonnée agréable

- Ne surestimez pas vos forces physiques
- Renseignez vous sur le temps de parcours, sur la météo
- Evitez de partir seul
- Emportez de l'eau en quantité suffisante, une trousse de secours, la carte IGN, une boussole
- Soyez équipés d'un sac à dos et de chaussures de randonnée, d'un vêtement chaud, d'un vêtement de pluie, d'un chapeau.

Pour votre sécurité et pour la préservation des massifs forestiers, l'accès aux espaces naturels est réglementé par arrêté préfectoral de juin à septembre. Renseignez-vous pendant la période estivale :

au 08 11 20 13 13 (prix d'un appel local)

ou sur : [www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr](http://www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr)

[www.myprovence.fr/enviedebalade](http://www.myprovence.fr/enviedebalade)

### EN PARTENARIAT AVEC :

- Le Département des Bouches-du-Rhône  
Direction de la forêt et des espaces naturels :  
[www.cg13.fr](http://www.cg13.fr)

### EN COLLABORATION AVEC :

- Le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Bouches-du-Rhône et ses clubs affiliés :  
[www.ffrandonnee13.fr](http://www.ffrandonnee13.fr)

DURÉE 4 H

LONGUEUR 14 KM

DÉNIVELÉ 430 M

NIVEAU MOYEN

BALISAGES

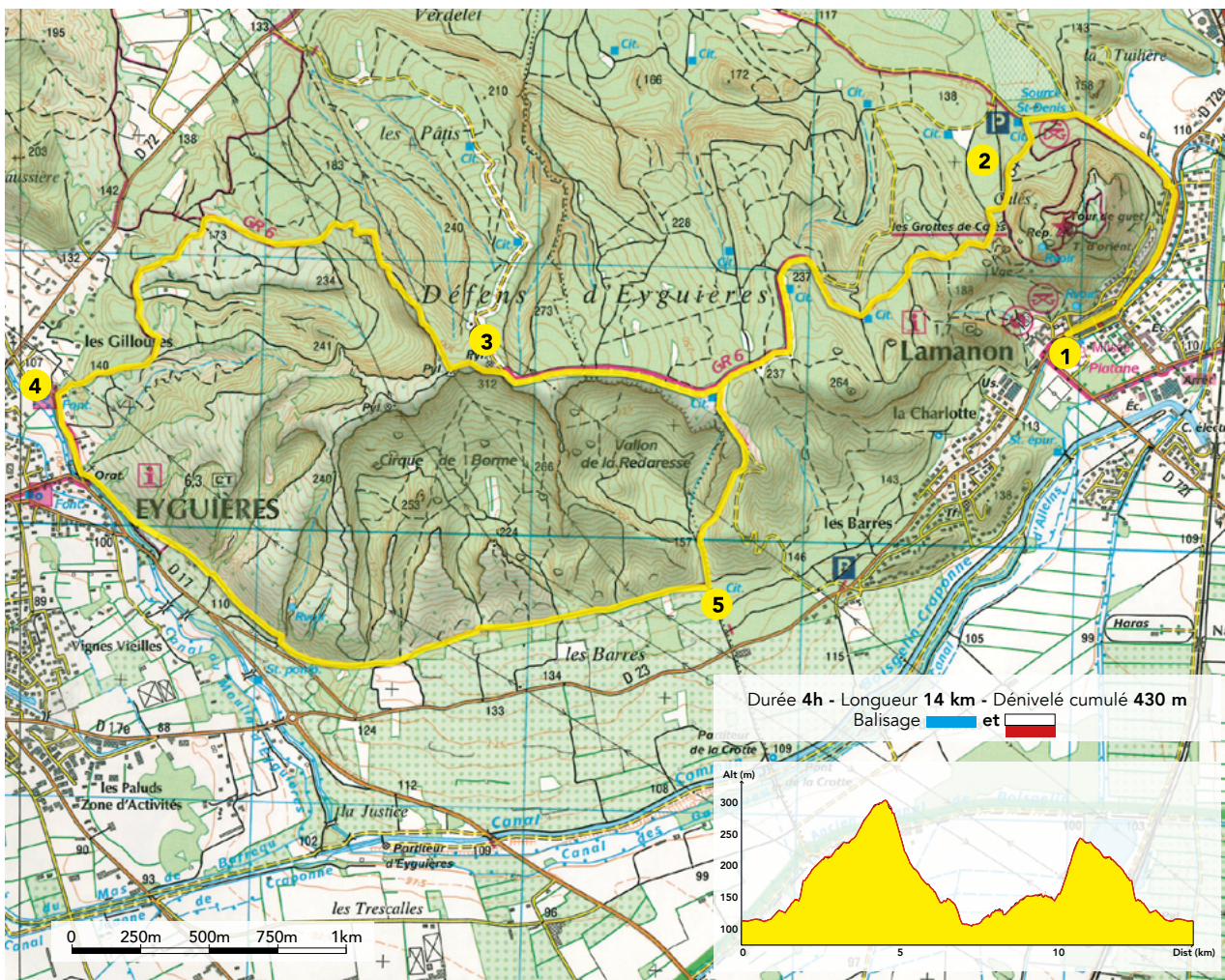


LAMANON-EYGUIÈRES

# CIRCUIT DU DÉFENS

TOPO RANDO  
LES ALPILLES

© A. Caramello



Au cœur du Parc Naturel Régional des Alpilles, entre la vallée de la Durance au nord et Salon de Provence au sud, se dresse le massif du Défens. Au cœur de ce territoire, au passé géologique assez remarquable, vous découvrirez des lieux riches en patrimoine historique, tels les grottes troglodytiques de Calès, la chapelle Saint-Denis, les vestiges de châteaux, les fontaines, sans oublier "le géant de Provence" de Lamanon.

#### Départs :

**Eyguières :** Place des frères Roches

**Lamanon :** Place de l'église

#### ITINÉRAIRE :

**Balisages bleu** 

**1** Depuis le musée archéologique et historique de Calès au Cabaret, suivez le balisage blanc/rouge du

GR®6 jusqu'à la fontaine Gilouse à l'entrée du village d'Eyguières (ce GR® traverse la France sur 1109 km de la Gironde aux Alpes de Haute Provence).

Suivez la Grand Rue à droite. Passez l'église, la mairie, la poste et poursuivez sur la route de la Tuilière. Au croisement suivant (à 500 m), remontez le chemin de la source jusqu'au parking de Saint-Denis. Au

niveau du petit bassin taillé dans la roche (source), remontez à travers les chênes verts pour atteindre la chapelle Saint-Denis.

**2** Poursuivez sur le chemin de terre. Avant les escaliers qui mènent vers les grottes troglodytiques, tournez à droite. 50 m après, montez dans la colline par un sentier raide qui débouche sur un autre sentier (face

à vous, une grotte : baume en provençal). Empruntez le sentier plat vers l'ouest. L'itinéraire suit la piste DFCI (Défense de la Forêt Contre les Incendies) sur une courte distance. Après le grand virage, tournez à droite sur un tout petit chemin. À la citerne enterrée n°240, poursuivez tout droit le sentier ombragé. Rejoignez à nouveau la piste DFCI, remontez-la en passant devant la citerne métallique n°6. Plus haut, bifurquez sur la droite pour atteindre, 350 m plus loin, une autre citerne (celle-ci enterrée, n°220, dite Charlotte). Continuez tout droit sur la piste qui s'élève en passant sous la ligne haute tension jusqu'au sommet du massif du Défens d'Eyguières, à 312 m d'altitude (le sentier passe à gauche du local technique).

**3** Le point de vue est superbe depuis le sommet et constitue un lieu idéal pour un pique-nique. Vers le soleil levant se situe la vallée de la Durance, au loin la montagne Sainte-Victoire, plus loin encore le massif de la Sainte-Baume, enfin, juste devant, les crêtes du massif de l'Étoile et les calanques. Au sud, se trouve l'étang de Berre, la plaine de la Crau, puis l'un des plus grands milieux humides de France: la Camargue et le delta du Rhône. En direction du soleil couchant, vous apercevrez au loin le pic Saint Loup, les contreforts des Cévennes, tout proche les Opiès, sommet des Alpilles. Au-delà de la Durance, au nord, se dressent le Luberon, le mont Ventoux, la montagne de Lure et les sommets enneigés des Alpes du Sud. Continuez votre parcours sur les crêtes, puis récupérez un chemin, au niveau du pylône électrique, descendez à droite. Plus bas, à la prochaine intersection des chemins, tournez à gauche sur 50 m, poursuivez sur le sentier de droite pour atteindre un croisement de 4 chemins (avec vue plein nord sur la plaine du castellas de Roquemartine).

À gauche, poursuivez votre randonnée jusqu'aux barrières DFCI (une villa dans le vallon à votre gauche), traversez pour atteindre, toujours tout droit, jusqu'aux premières maisons du village d'Eyguières, en contre bas en bord de route, la Fontaine Gilouse.

**4** Troisième résurgence du village, elle a été mise en valeur au moyen-âge. Le petit lavoir qui la prolonge a été construit en 1660. Longez la route en direction du village, puis passez le panneau d'informations sur les itinéraires pédestres du massif des Alpilles. Avant le canal de la vallée des Baux, tournez à gauche (balisage bleu retour sur Lamanon). Traversez le canal puis tournez à droite. Suivez le chemin de terre (sans issue) en parallèle du canal (faites attention à ne pas vous approcher trop près du canal, car les rives sont en terre meuble et peuvent être glissantes). Au bout, empruntez un court sentier qui monte dans la colline. Traversez les propriétés et, après le chemin d'accès aux villas, prenez à nouveau sur votre gauche le sentier qui monte dans la colline. Le sentier surplombe de son balcon la vallée de la Crau, les champs d'oliviers et le village. Plus loin, vous arrivez sur une piste DFCI bétonnée. Descendez jusqu'au local technique des eaux de Marseille et suivez, sur la gauche, le petit chemin du Matelas sur 1500 m.

**5** Après le panneau d'information du ministère de l'agriculture, vous parvenez à un croisement où se situe, en contrebas, sous les pins d'Alep, une citerne métallique "taguée". Grimpez dans la colline par le chemin qui emprunte le vallon (sur 200m), puis prenez le chemin raide sur votre droite. Retournez au village par le même itinéraire.