

TERRES ET PIERRES D'AZUR :

L'arche du Ponadiou et la Grotte des Deux Goules

Difficulté : Moyen

Durée : 3h30

Distance : 10 km

Dénivelé cumulé : 250m

Carte IGN : 3543ET (indispensable, la carte ci-contre étant insuffisante pour s'orienter)

Ce circuit se déroule au Sud-Ouest de Saint-Vallier-de-Thiery. Il fait découvrir deux curiosités des environs :

- **L'arche du Ponadiou**, qui est un magnifique pont naturel sous lequel s'écoule la Siagne. Son nom viendrait soit de "lou pont natiou" "le pont naturel" (il résulte du dépôt de calcaire d'une source aujourd'hui disparue) soit de "lou pont à Diou" "le pont de Dieu".

- Et **la grotte des Deux Goules** où vous pourrez découvrir des stalagmites et des stalactites dans deux salles distinctes. Pour accéder à cette grotte, il faut s'équiper de lampes frontales puissantes (indispensables). L'accès nécessite d'être prudent (pour descendre dans la cavité, on franchit un petit ressac de 2 mètres où l'on peut s'aider de deux pics métalliques bienvenus pour se retenir).

Nous vous proposons **deux options pour cette randonnée** :

- la rouge avec deux allers-retours vers l'arche et la grotte, sans grosse difficulté

- la bleue qui relie la grotte à l'arche : ce circuit est plus délicat car le chemin n'est pas évident à trouver et lorsqu'on surplombe la Siagne, certains passages sont exposés.

Une fois la randonnée terminée, vous pourrez visiter la Grotte de la Baume Obscure, longue de 1200m et visitable sur 500m.



Description du circuit



Carte réalisée avec l'application Openrunner

Départ : Balise 74 sur la RD 5 (au Nord de St-Cezaire et au Sud-Est de St-Vallier)

Suivre la piste qui part perpendiculairement à la RD5. Au lieu-dit les Croutils, la piste se sépare en 2 branches : prendre celle de droite qui descend franchement. Depuis les travaux de 2014 sur l'aqueduc, la balise 77 et l'accès à l'ancien aqueduc sont difficiles à trouver : Ne pas les chercher et continuer tout droit sur la piste. Celle-ci mène à la partie de l'aqueduc qui relie les deux collines. La balise 78 se trouve sur le côté gauche de la trouée de l'aqueduc.

Descendre le long de l'aqueduc et à la balise 79, prendre à gauche la direction de la grotte : juste après avoir traversé le ruisseau, on trouve en face le chemin vers la grotte (pas évident à voir). Visiter les deux cavités (descendre avec prudence et s'équiper de frontales puissantes).

Repartir par un petit chemin qui rejoint rapidement le lit du ruisseau. Après avoir descendu le lit sur 100/200m, on croise un chemin : le prendre sur la droite. Mal marqué (balisage jaune néanmoins), il nécessite d'être vigilant car quelques passages sont exposés. Il mène à l'arche de Ponadiou (par petit sentier balisé sur la gauche). Remonter à la balise 80. Descendre à droite jusqu'à la balise 79 puis remonter à la balise 78 et là, prendre le sentier à gauche qui part à plat au niveau d'un cain. Il mène à une piste. La prendre sur la droite et atteindre la balise 73.

Revenir à la balise 74 du départ soit par la route, soit par un sentier parallèle.

Balisage : jaune

Vous avez apprécié cette randonnée ? Retrouvez-nous sur Facebook ou sur notre site internet :

<http://terresetpierresdazur.wix.com/randos-en-provence>