

CAP BENAT

000

Randonnée du dimanche 15 octobre 2023

:

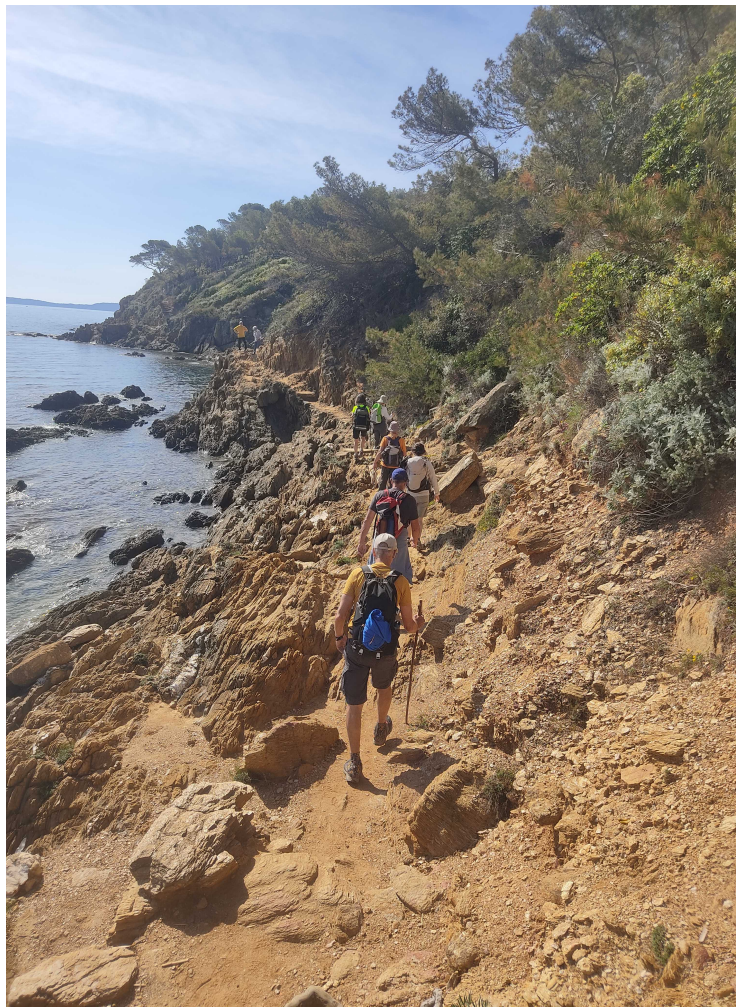
Le vendredi 5 mai 2023, par une très belle journée, nous avons effectué la reconnaissance de la randonnée que nous vous proposons le dimanche 15 octobre 2023 :

LE CAP BÉNAT

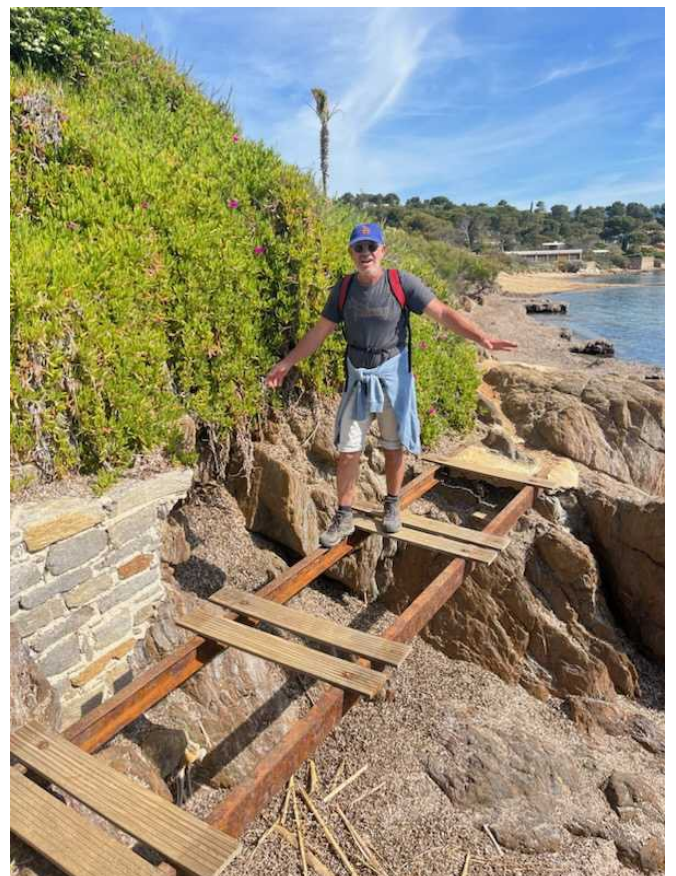
DESCRIPTION DE LA RANDONNÉE

Après avoir laissé les voitures au parking, nous empruntons la plage de sable fin sur quelques centaines de mètres ; la plage est magnifique, la mer est calme.

Nous attaquons alors le sentier du douanier, assez escarpé avec des passages au ras de l'eau. Nous pouvons observé de magnifiques fonds sablonneux.



Pendant quelques kilomètres, nous traversons des petites plages sauvages envahies de bois flottés, et des sentiers plus ou moins bien entretenus.



Un autre chemin ? Oui, à la nage !!!

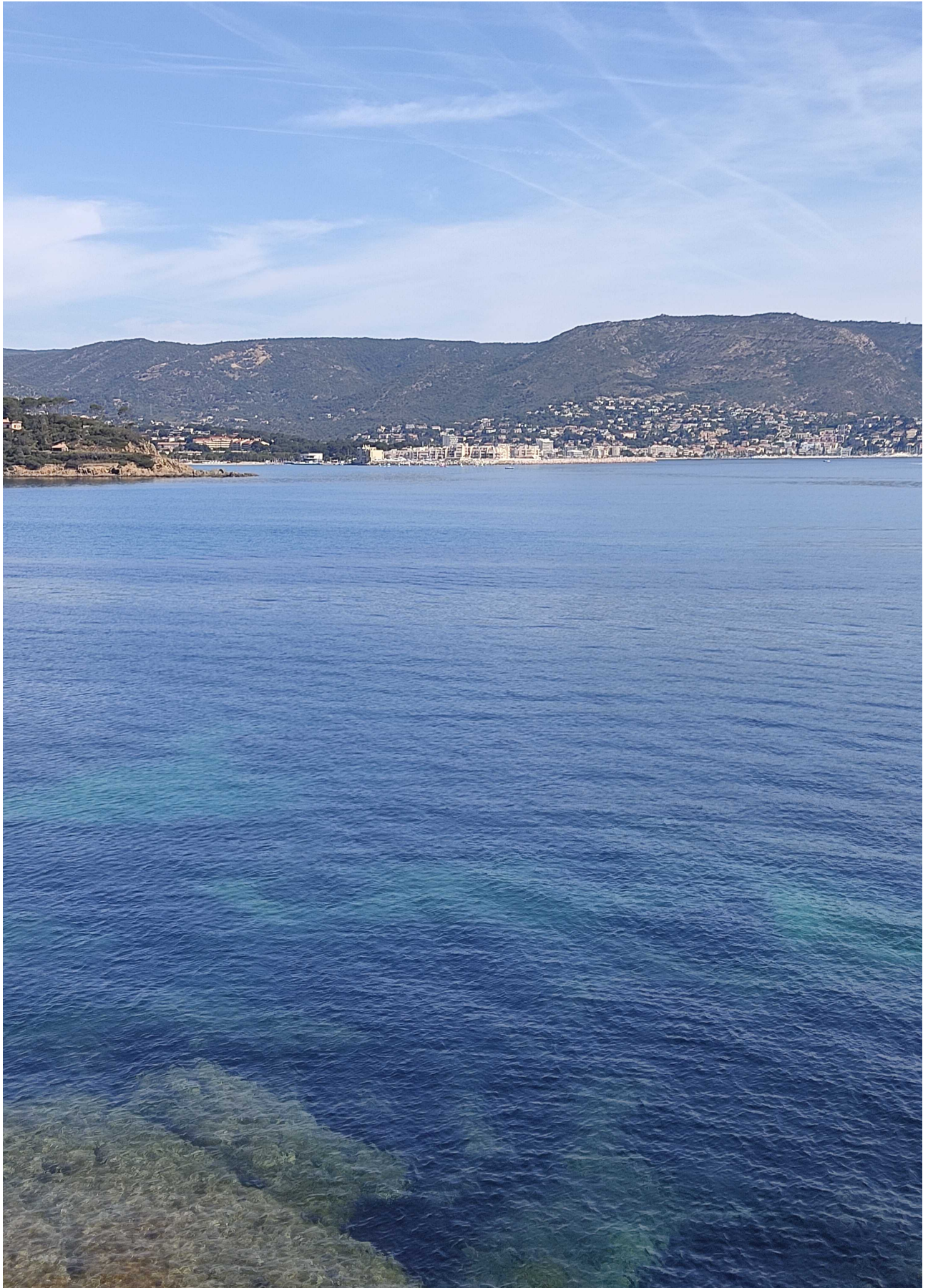
Nous arrivons alors sur le domaine du Gaou Bénat où l'on nous fait vite savoir que nous ne sommes pas les bienvenus.



Nous prenons alors le temps d'admirer de magnifiques villas et jardins.



Une dernière vue de notre point de départ (port) avant de continuer notre périple.



Nous enchaînons alors de fortes montées et grosses descentes (attention aux ferrailles qui dépassent du sol, et qui devaient tenir des marches en bois...)





Caché au fond du Trou,
il faut monter jusqu'au
photographe

On souffre dans les montées



Nous arrivons alors à Porto Fino ; encore une fois, il est rappelé que le parcours est sportif, avec des passages unique escarpés, en bordure de falaises, exigeant une grande prudence.



Les corps sont fatigués et quelques arrêts seront prescrits par les organisateurs.



A l'entrée du Cap Bénat, on pense toujours à vous, et une pancarte vous rappelle à quel point, les gens du Cap seront heureux de vous accueillir !!!...



Nous voilà plein sud, sous le phare ; nous sommes fatigués et commençons à avoir faim. Nous profitons de cette halte pour admirer la mer et les îles.



Ouille ! Passage dangereux, le sentier s'est éboulé, une corde permet de monter ; nous passerons plusieurs minutes pour récupérer tout le monde.



Après 6 heures de marche, nous sommes de retour au parking, certes fatigués, mais avec des étoiles pleins les yeux tant l'endroit était beau, avec sur notre gauche la Mer Méditerranée et les Îles, et sur notre droite les villas plus belles les unes que les autres.

Si cette randonnée vous inspire, vous pouvez nous rejoindre [le dimanche 15 octobre 2023 en cliquant sur ce lien.](#)

Le rendez-vous est prévu sur le parking de La Favière à 9 h 00

