



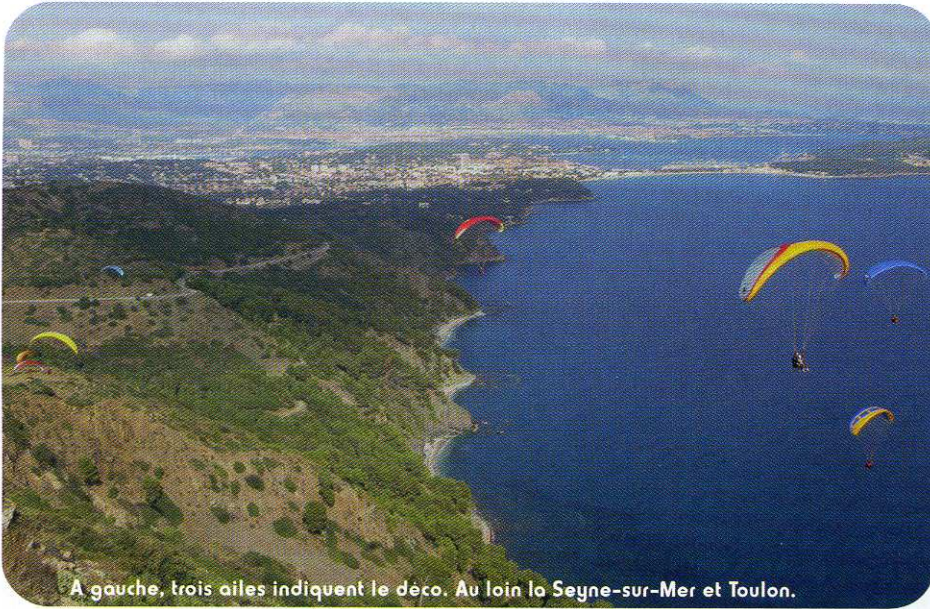
TEXTE : PIERRE CORNE.

PACA



NOTRE DAME DU MAI, CAP SICIÉ

BALADE LE LONG DES CRÊTES, GAIN D'ALTITUDE, WAGAS... NOTRE-DAME DU MAI INVITE AU VOL, AVEC EN PRIME LA VUE PANORAMIQUE SUR LA RADE DE TOULON ET LA PRESQU'ÎLE DE ST-MANDRIER.



PHOTOS PIERRE CORNE.

A gauche, trois ailes indiquent le déco. Au loin la Seyne-sur-Mer et Toulon.

Un site idéal par régime de vent d'Est à Sud-Est. On décolle d'un petit plateau, à 150m au-dessus du niveau

et jusqu'à Marseille. Avec du gaz, les rochers des Deux Frères, au large, pourront baliser vos incursions au-dessus de la mer. Vers l'Est, l'aller-retour jusqu'à la plage de Fabrégas (8 km) est un must qui se fait dès qu'il y a un peu de vent. Les pilotes d'acro viennent souvent à Notre Dame. Mais attention, ce site est en zone naturelle classée et en zone militaire, le cross ainsi que la repose sauvage sont donc formellement interdits. Pensez aussi, comme partout en bord de mer, à surveiller l'horizon et quand les moutons arrivent, il est prudent de poser au déco, afin de suivre l'évolution de la météo. Une parfaite maîtrise du posé aux oreilles est primordiale sur ce site.

AUTRES SITES PROCHES

Mont Caume (Sud), 780 m, à 8 km au Nord de la rade de Toulon (site technique et thermique). De Toulon suivre direction le Brousseau, puis au col de Garde, prendre à droite direction Mt Caume. Le déco Sud se trouve 600 m au-dessus de l'atterro qui se repère en passant à la montée.

la Cadière d'Azur (Ouest) 220m. Par l'autoroute direction Marseille, dans le village de la Cadière, prendre direction le stade. Vol de 150 m de dénivelé avec vue sur la Ciotat. Attention atterro au sommet obligatoire (donc il faut du vent!). Vols thermiques et cross possibles direction Signes. ■

de la mer et on pose au déco sur ce même plateau. Si le vent n'est pas suffisant ou si l'on se fait surprendre quand il faiblit, l'atterrissage sera délicat car la petite plage en bas (naturiste) est minuscule ! La remontée par le sentier escarpé pourra être éprouvante. Le vol au Mai peut être très aérien, surtout si du déco, on remonte en soaring jusqu'au sommet du Mai (330m) avec sa ruine et sa belle vue sur les îles du Levant

EN PRATIQUE

C'est où ? A la Seyne sur Mer, à 5 km au Sud de Toulon.

Orientation : Est. **Dénivelé :** 150 m.

GPS : 43°03'16"N - 05°51'34"E.

Accès : de la sortie d'autoroute La Seyne sur Mer, prendre direction centre ville. A la mairie prendre direction Les Sablettes, puis Fabrégas. A la plage de Fabrégas, suivre "Notre Dame du Mai corniche merveilleuse". A l'entrée de la station, se garer au parking avant tunnel et monter à pied (10 mn).

Décollage/atterrissage : atterro sur le décollage, alt : 150 m, plateau herbeux. Attendre que le vent soit au moins de 15-20 km/h afin de ne pas descendre.

Danger : avant d'arriver au sommet faire une branche (Est) vers le large afin de vérifier que l'on avance bien, il arrive assez souvent que le vent soit bon au déco et très fort au-dessus ! Or derrière, ce n'est pas accueillant, donc attention. Quand c'est bon il y a toujours les locaux. S'il n'y a personne, méfiance !

Balise météo : 1.439875 Mhz.

Saison optimale : automne/hiver, bon dès 9h le matin.

Remarques : site délicat car il est en zone classée Natura 2000 donc bien respecter la faune et la flore.

Restrictions : ce site est en zone militaire, donc pas de cross.

CONTACTS

Ecole : Envol de Provence, à Signes. www.envolprovence.com

Clubs : ASPAT St Anastasie, Les Rapaces d'Azur à la Cadière et les Ailes de Signes. www.ailesdesignes.com

Bonnes adresses : • **Camping Les Girelles** www.lesgirelles.com/accueil.php3 04 94 74 13 18, • **Restaurant Un coin de table** à Sanary sur mer 04 94 74 00 37.

Lien : <http://lacadiereparapente.overblog.com/> (blog des Rapaces d'Azur).

Bon plan : le site de Signes, avec son école L'Envol, sa navette club.