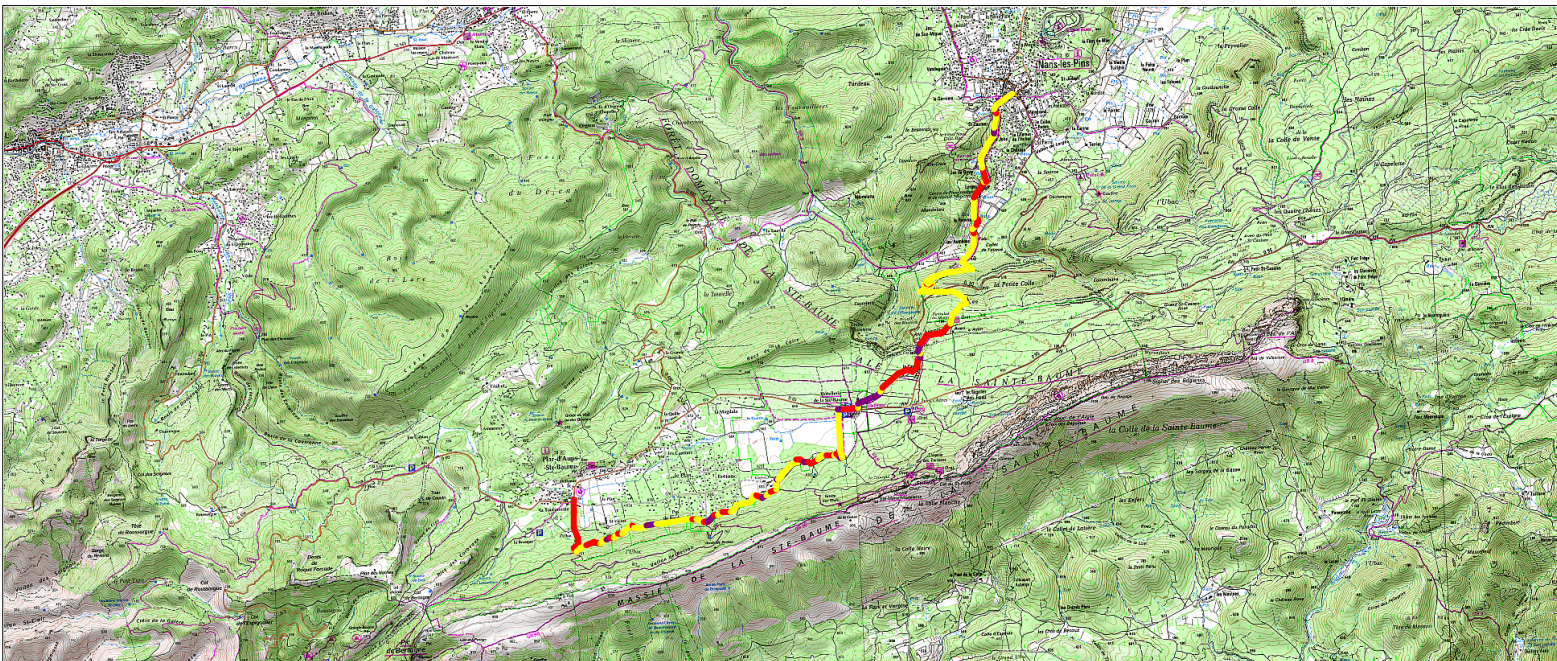
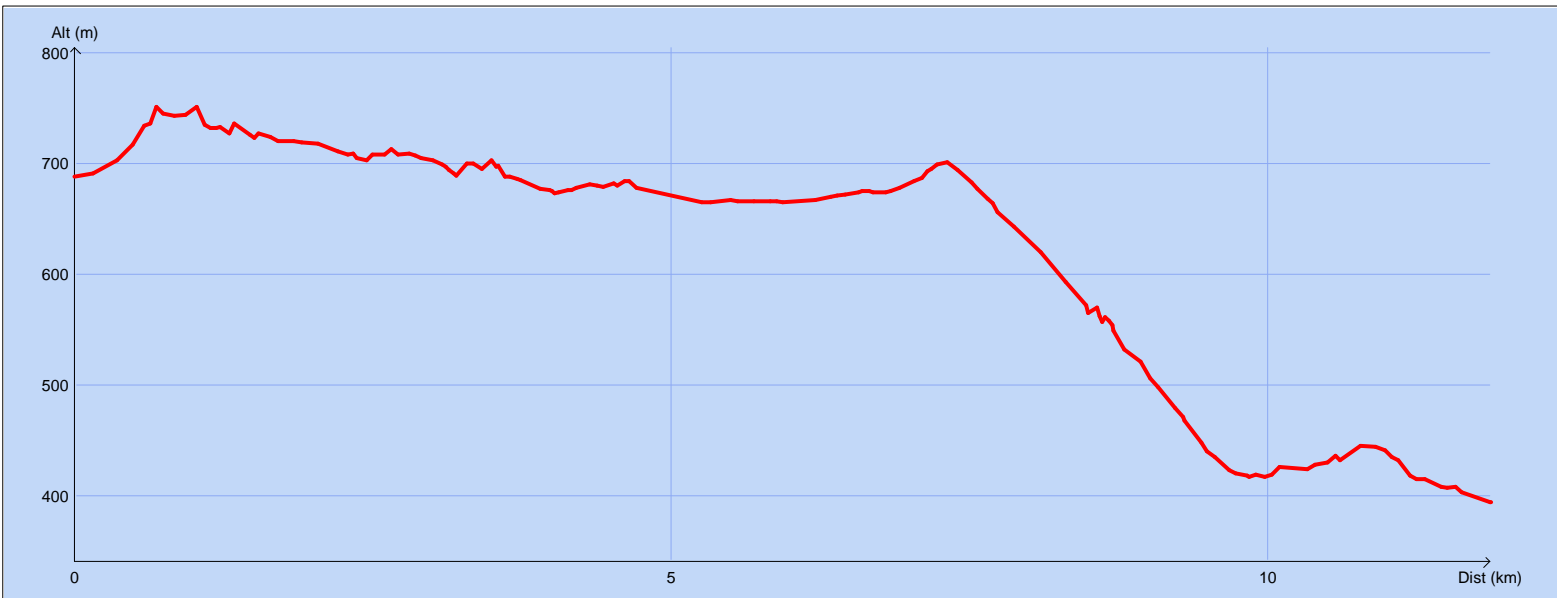


# Tracé : La Sainte Baume - Plan d'Aups - Nans les Pins -GR3 - B23



Copyright IGN

**Distance totale** : 11.905 km  
**Montée** : 217 m  
**Descente** : 511 m  
**Y Minimum** : 394 m  
**Y Moyen** : 619 m  
**Y Maximum** : 751 m

**Durée estimée** : 03:11:17  
**Moyenne estimée** : 3.7 km/h