

Les Calanques en hiver, randonnées en étoile

séjour accompagné 6 jours dont 5 de randonnée



Loin de l'affluence estivale, les sentiers des Calanques retrouvent calme et sérénité en hiver, entre novembre et mars. Les températures sont idéales pour randonner, offrant des conditions de marche confortables tout au long de la journée. Nous vous proposons de les découvrir sous la douce et rasante lumière hivernale, qui souligne avec finesse les reliefs calcaires, intensifiant les contrastes entre le blanc des falaises, le vert des pins et les bleus de la Méditerranée. Chaque soir, nous retrouvons l'ambiance du port et du village de Cassis, dans l'une des périodes les plus agréables de l'année.

Les plus

- une saison idéale pour randonner : températures douces et atmosphère authentique
- l'encadrement par un accompagnateur connaissant très bien les lieux
- un hébergements confortable dans le petit port de Cassis



Dates

Départs tous les dimanches du 1er novembre au 20 décembre 2026



Itinéraire

J1 / Arrivée à Cassis

Accueil le dimanche à 19h à l'hôtel à Cassis. Vous voici sur la côte méditerranéenne, la Grande Bleue vous tend les bras et le soleil déclinant ajoute au charme de l'instant... Vous pouvez vous installer dans votre chambre avant de rencontrer votre accompagnateur et votre groupe pour les premières présentations ! Profitez d'un instant de répit avant le repas pour flâner au bord du petit port typique.

Nuit à l'hôtel à Cassis.

J2 / Du Mont Puget à Devenson

Un panorama exceptionnel sur les Calanques s'offre à vous aujourd'hui, n'oubliez pas vos lunettes de soleil ! Le contraste entre les imposantes falaises de calcaire, culminant à 300 mètres, et le bleu azur de la mer en contrebas est tout simplement saisissant. On se laisse porter par les senteurs de la garrigue méditerranéenne, où le thym et le romarin embaument l'air. Entre vallons sauvages et sommets emblématiques, laissez-vous emporter par la magie des calanques, du Cap Canaille et des Îles de Riou, qui vous offriront des souvenirs inoubliables.

Temps de marche : 5 h, dénivelé : + 550 m à 650 m

Nuit à l'hôtel à Cassis.

J3 / Les Calanques de Sormiou, Morgiou et Sugiton

Nous entamons notre exploration du Parc National des Calanques, au sud de Marseille. Vous serez fascinés par une traversée en balcon offrant une vue plongeante sur la magnifique calanque de Sormiou, baignée par les eaux cristallines de la Méditerranée. Notre périple se poursuit en direction de la sereine calanque de Morgiou, où le temps semble s'être figé. Ici, quelques pêcheurs perpétuent les traditions ancestrales avec leurs embarcations en bois d'époque. Nous gardons un peu d'énergie pour la suite de notre aventure ! La calanque de Sugiton se révèle, avec son célèbre "torpilleur", un rocher dressé à son entrée, semblant la protéger. Contemplez les eaux turquoise de la Méditerranée en vous détendant à l'ombre des pins d'Alep... Cet itinéraire comporte quelques passages escarpés équipés et sécurisés par des mains courantes ou barreaux d'échelles. N'hésitez pas à poser vos mains pour être à l'aise. Ne vous inquiétez pas, rien d'insurmontable, et votre guide sera là pour assurer vos pas.

Temps de marche : 5 h 30, dénivelé : + 534 m /- 534 m

Nuit à l'hôtel à Cassis.

J4 / Les calanques de Port Miou, Port Pin et En Vau

Départ du pittoresque port de Cassis pour explorer les trois sublimes calanques : Port Miou, Port Pin et En Vau. Ces fjords aux falaises blanches émergent des eaux cristallines. À Port Miou, voiliers se nichent dans ce port de plaisance, autrefois une carrière de calcaire (1900-1982). Le sentier conduit à Port Pin, crique sauvage enserrée dans les rochers, offrant une plage de galets. Sur le plateau de Cadeiron, des panoramas époustouflants ! En Vau, emblématique pour ses falaises en canyon, clôt cette aventure mémorable.

Temps de marche : 4 h 30, dénivelé : + 400 m /- 400 m

Nuit à l'hôtel à Cassis.

J5 / Le Marseille sauvage, des Goudes à Marseilleveyre

Direction les calanques marseillaises : depuis la Madrague, il faut d'abord serpenter au cœur du massif de Marseilleveyre pour franchir les crêtes et rejoindre les calanques qui s'étendent des Goudes jusqu'à Cassis. Ici les noms sont évocateurs : les Goudes, Callelongue, Pointe Rouge... Le patrimoine militaire fait partie du décor : on croise en chemin d'anciennes fortifications, héritées du XIXe siècle et



renforcées pendant la Seconde Guerre mondiale pour défendre la rade de Marseille.

Temps de marche : 5 h, dénivelé : + 350 m /- 300 m

Nuit à l'hôtel à Cassis.

J6 / Cap Canaille & Belvédère sur les Calanques

Pour clore le séjour, direction l'un des panoramas les plus spectaculaires des Calanques : Le Cap Canaille. Court transfert pour rejoindre un dernier départ au cœur de la garrigue. Votre accompagnateur vous emmène ensuite vers un point de vue exceptionnel sur la Baie de Cassis et les calanques qui se succèdent jusqu'à Marseille. Le sentier est simplement magique et vous laissera un dernier soleil dans le cœur pour jusqu'à la fin de l'hiver.

Fin de la randonnée vers 14 h 30, transfert en gare de Cassis (nombreux trains pour Marseille Saint-Charles)

Temps de marche : 4 h, dénivelé : + 210 m / - 210 m

En raison de variables telles que la météo (pluie ou vent) ou de l'état des sentiers, les itinéraires peuvent être adaptés au jour le jour. Votre guide est un.e expert.e du massif, connaissant ses moindres secrets, et s'efforcera de vous garantir une expérience exceptionnelle.

Niveau

2 / 5. Dénivelés moyens de 400 à 600 m. 4 à 5 heures de marche / jour. Chemins caillouteux nécessitant une certaine attention, 2 passages techniques le jour 3.

Prix

à partir de 995 € /personne

Groupe de 6 à 12 participants

Supplément chambre individuelle : 215 €

Nuit supplémentaire la veille du séjour en hôtel ** à Cassis, (petit déjeuner compris) : 75 €/ personne en twin ou double, 130€ en single

✓ Compris

- l'hébergement en bed & breakfast à l'hôtel ainsi que les repas du soir
- les pique-niques de midi du lundi au vendredi
- l'accompagnateur.trice en montagne
- les transferts aux points de départ des randonnées (8 places disponibles) ou le défraiement si vous utilisez votre voiture
- le transport des bagages

✗ Non compris

- les boissons et suppléments éventuels
- l'assurance rapatriement – annulation
- les visites et entrées non prévues au programme



- tout ce qui n'est pas dans "Compris"

Carnet de voyage

ACCUEIL

Vous avez rendez-vous avec votre accompagnateur.trice à 19 h le dimanche à l'hôtel à Cassis.

Lors de votre réservation, ou au plus tard une semaine avant votre arrivée, merci de nous communiquer impérativement les informations suivantes : votre mode d'arrivée : train ou voiture et votre horaire d'arrivée si vous arrivez en train.

Arrivée en train

Gare SNCF de Marseille Saint-Charles puis changement pour la gare de Cassis. Train de Marseille à Cassis : presque toutes les heures, environ 6€, 40 min de trajet. Horaires indicatifs à vérifier auprès de la SNCF.

De la gare, pour rejoindre l'hôtel, utilisez la navette la Marcouline, ligne M371, et descendre à l'arrêt Casino (navette payante inférieure à 2€).

En fin de séjour, votre accompagnateur vous dépose en gare de Cassis.

Arrivée en voiture

Cassis est situé sur la D 559 à environ 22 km à l'est de Marseille. L'hôtel est situé sur le port. Il est possible de vous garer temporairement devant le temps décharger vos bagages, vous devez ensuite vous garer sur l'un des parkings de la ville.

Parking conseillé : le parking payant de La Madie avenue du Revestel, 167 places, situé à 10 min de l'hôtel mais qui est plus facilement accessible car on ne rentre pas dans le centre !

Autres parkings : Viguerie ou Les Mimosas proches de l'hôtel (prendre 1 ticket pour 3 jours). Parking des Gorguettes » à l'entrée de la ville (nombreuses navettes de bus pour rejoindre le centre-ville, navette payante à votre charge, moins de 2€)

Arrivée en avion

Aéroport Marseille-Provence, situé à environ 25 km au nord-ouest de Marseille. Navette bus toutes les 20 min de 6 h 30 à 20 h 50 pour la gare SNCF Marseille Saint-Charles. Durée du trajet environ 25 min.

DISPERSION

Fin du séjour le vendredi après la randonnée vers 14 h 30.

HÉBERGEMENT

Vous êtes logés en chambre de 2 personnes. Chambre single (sujet à supplément) si disponibilité.

Hôtel ** à Cassis durant 5 nuits :

Votre logement se trouve face au port de pêche pittoresque, à quelques pas de la plage. Hôtel confortable avec salle de bain privative, accès wifi dans votre chambre.

REPAS

Petits déjeuners avec variété de mets sucrés et/ou salés. Les pique-niques, sont préparés avec soin par votre guide, inspirés de la cuisine locale. Vous aurez l'occasion de goûter à une sélection de spécialités régionales, notamment de la charcuterie artisanale, des fromages locaux, des tartinades et des délices sucrés, dans une ambiance conviviale et propice au partage. Repas du soir dans un restaurant à l'atmosphère intime situé dans une des petites ruelles pentues de Cassis. Cuisine du soleil : spécialités de viandes ou de poissons.

TRANSFERTS INTERNES

Sur Cassis, pour les déplacements entre l'hébergement et le départ des balades, nous utilisons notre minibus de 8 places complété par une voiture personnelle et du bus local si besoin. Un défraiement kilométrique et la prise en charge des frais de parking à Cassis est proposé à



l'utilisateur de son véhicule.

PORTAGE DES BAGAGES

Prévoyez un petit sac à dos confortable d'environ 30 à 40 litres pour la randonnée, afin d'y glisser : pique-nique, vêtements chauds, gourde...

BAIGNADES

L'appel des eaux turquoise est irrésistible, gardez à l'esprit que ces baignades ne sont ni organisées ni encadrées par nos soins. Vous choisissez de vous baigner sous votre propre responsabilité. Bien sûr, notre guide peut vous rejoindre avec plaisir, mais n'est pas responsable de la sécurité de cette activité.



Equipement

Sac à dos

Capacité : 30 à 40 litres.

Muni d'armatures souples et d'une ceinture ventrale pour transporter vos affaires de la journée (appareil photo, pique-nique, 2 litres d'eau, en-cas, veste coupe-vent, vêtements de pluie, etc.).

Chaussures de marche

Tige montante et semelle crantée pour une adhérence optimale.

Évitez les baskets, inadaptées aux sentiers accidentés des Calanques.

Vêtements adaptés

- Tee-shirts en matière technique, chemises ou polos légers.
- Pull chaud en laine ou en polaire pour les journées plus fraîches.
- Veste de montagne ou coupe-vent (type Gore-Tex ou équivalent, idéale pour se protéger du mistral).
- Protection contre la pluie adaptée aux vents forts (évitez les capes de pluie qui peuvent gêner sur les sentiers).
- Pantalon de marche, short ou bermuda selon la météo.
- Maillot de bain et serviette pour profiter des baignades.

Protection contre le soleil

- Chapeau, casquette ou foulard pour protéger la tête.
- Protection pour la nuque, type Buff, pour éviter les coups de soleil.
- Lunettes de soleil avec une bonne protection UV.
- Crème solaire pour la peau et les lèvres.

Trousse de premiers secours personnelle

Analgésiques, vitamine C, pansements, Compeed (pour les ampoules), boules Quies, etc.

Matériel pour les pique-niques

- Petite boîte hermétique (type Tupperware).
- Gobelet, couteau pliant (type Opinel) et petite fourchette.

Hydratation

Deux gourdes, avec une capacité totale d'au moins 2 litres d'eau par jour.

Éclairage

Lampe de poche légère, de préférence une frontale pour avoir les mains libres

