

Week-end Calanques

séjour accompagné 3 jours - 2 nuits - 3 jours de randonnée



Entre Marseille et Cassis, entre ciel et mer, nous partons le temps d'un week-end, randonner dans les calanques les plus prestigieuses, En Vau et Sugiton, et dans d'autres plus secrètes comme l'Oule ou le Devenson. Partout la côte dessine des criques d'une sauvagerie insoupçonnée et d'une exceptionnelle beauté.

Des lumières superbes : les bleus de la Méditerranée, le vert des pinèdes, le blanc du calcaire. Et ces inoubliables couchers de soleil sur le phare du Planier. Les senteurs du midi : thym, romarin, embruns et anisettes... les charmants petits ports de Morgiou et Sormiou nichés au fond de leurs vallons... celui de Cassis ou le vieux port de Marseille, le soir derrière une Bouillabaisse ou un bon plateau de fruits de mer... Et si c'était ça la vraie vie ?

Les plus

- notre excellente connaissance du massif des Calanques !
- la possibilité d'adapter les randonnées en fonction du niveau du groupe et de ses aspirations
- des départs hors-saison où la nature est la plus belle

Dates



toute l'année
pour groupes constitués



Itinéraire

J1/ Marseille - Calanques d'En Vau et de l'Oule - Cassis

Accueil à 10h30 à la gare de Marseille-Saint-Charles. Transfert à Cassis. Découverte d'En Vau la « perle des Calanques ». Possibilité de baignade pour ceux qui le désirent. Randonnée sur le plateau de Castelvieu et exploration de la secrète calanque de l'Oule. Retour sur Cassis. Ballade sur le port et nuit à l'hôtel.

3 à 4 h de randonnée

J2/ Morgiou - Calanques de Sugiton, Pierres Tombées, Grande Candelle - Cassis

Découverte du petit port de Morgiou niché au fond d'un vallon aux senteurs de bruyères. Splendide randonnée qui nous conduira à la calanque de Sugiton puis à celle des « pierres tombées » avant de reprendre de l'altitude vers la « Cathédrale » et la « Grande Candelle ». Possibilité de baignade. Retour sur Cassis et nuit à l'hôtel.

5 à 6 heures de randonnée.

J3/ La Madrague - Calanque de Marseilleveyre - Vallon de la Mounine - Marseille

Nous découvrirons cette fois la partie ouest du massif. Accès par la Madrague et les petits ports des Goudes et de Callelongue. Sentier des douaniers jusqu'à la calanque de Marseilleveyre. Vue sur la superbe île de Riou qui nous donnera l'envie de revenir... Exploration du vallon secret de la Mounine aux senteurs de bruyères et de cistes. Retour par le pas de la demi-lune et le rocher St Michel.

5 à 6 heures de randonnée.

Séparation à la gare de Marseille Saint-Charles à 17h.



Niveau

3 / 5. Niveau physique moyen, mais les chemins sont plutôt caillouteux.



Prix

sur devis



Compris

- l'hébergement en demi-pension en hôtel ** à Cassis
- les pique-niques de midi
- l'accompagnement et la participation aux frais de l'accompagnateur
- les transferts indiqués dans le programme



✕ Non compris

- les boissons et suppléments éventuels
- l'assurance rapatriement – annulation



Carnet de voyage



Equipement

- Des sous-vêtements respirants
- Une veste en polaire
- Une veste imperméable et respirante
- Un pantalon de randonnée
- Une casquette ou un chapeau
- Des lunettes de soleil
- Une paire de gants
- Une cape de pluie
- Une gourde (ou poche à eau, pipette)

Chaussures et matériel technique

- Chaussures imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence
- Des bâtons de marche télescopiques (facultatifs)

Pharmacie

Petite pharmacie individuelle à valider avec votre médecin : crème solaire, bande adhésive et double peau, anti-diarrhéique, antalgique, collyre, médicament contre la toux, antibiotiques à spectre large, pince à épiler, médicaments personnels.

Divers

- Des vêtements de rechange ainsi que des chaussures légères pour l'étape
- Une paire de lacets de rechange, une aiguille et du fil
- Une trousse de toilette et une serviette de bain, un maillot de bain
- Du papier toilette
- Un petit « tupperware » et des couverts, un couteau de poche
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires
- Une pochette antiviol à garder sur soi, avec : papiers d'identité, argent, attestations d'assurance et d'assistance

