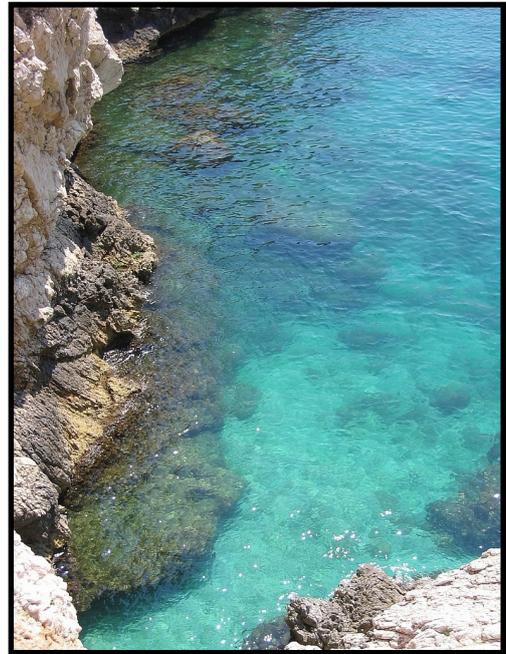


« *La traversée des Calanques : De Marseille à Cassis* »

07-RW89

Week-end du 15-16 Septembre 2007



« Photos source Internet »

Niveau : SO 🏠 avec **nuît à la belle étoile** (bivouac) le samedi soir. Cet itinéraire n'emprunte aucun passage d'escalade comme cela peut exister dans les calanques.

Contact : Frédéric DUTHEIL tél : 01.41.15.13.99

Nombre : 8 personnes (Inclus encadrement).

Coût : Environ 60 ou 100 euros hors transport. 100 euros si la météo nous oblige à dormir à l'hôtel le samedi soir. **A verser un acompte de 60 Euros au club.**

Billet de train à prendre par les participants. Environs 120 Euros.

Nota : Le montant du titre de transport de l'encadrant sera réparti sur l'ensemble des participants.

Nourriture : Prévoir le pique nique pour 2 jours + **repas froid du samedi soir** et petit déjeuner du dimanche (Thermos pour l'eau chaude).

Emporter **3l d'eau minimum**. Difficile d'en trouver sur le circuit sauf peut être à la calanque de Morgiou.

Matériel :

- Duvet
- Matelas mousse ou auto gonflant
- Un thermos pour 3 personnes maximum
- Un coupe vent
- Polaire
- **Maillot de bain !**
- Pantalon de rando
- Short
- Frontale
- Lunette de soleil + crème solaire
- Pharmacie perso
- ...

IMPORTANT : Merci de faire un sac à dos qui soit le plus discret possible, le bivouac étant normalement interdit dans les calanques. **Duvet et matelas dans le sac et non à l'extérieur.**

Pour les chaussures : Il faut des chaussures montante, tenant et protégeant bien les chevilles. Le terrain est similaire à celui qu'on trouve en montagne.

Détail du séjour :

Vendredi 14 :

Paris (Gare de Lyon) -> Marseille	Départ : 19h20 (Gare de Lyon)	Arrivée : 22h34
Marseille -> Paris (Gare de Lyon)	Départ : 18h29	Arrivée : 21h41

Nuit à l'hôtel Première classe 13 Rue Lafon.

Samedi 15 – Réveil 6h30. Départ de l'hôtel à 7h30.

En bus depuis l'hôtel nous nous dirigerons vers Saména, point de départ de notre randonnée. Ensuite nous suivrons le GR98 jusqu'à la calanque de Sugiton ou nous bivouaquerons. Baignade possible à mi parcours vers la calanque de Podestat.

Dimanche 16 – De la calanque de Sugiton nous rejoindrons Cassis après nous être arrêté à la calanque de Cormiou. De Cassis le retour s'effectuera en trains jusqu'à Marseille. Le billet sera acheté sur place.