

Club Alpin Ile de France (tél. 01-42-18-20-00)
Randonnée 11-RW -23 du 06 au 12 mars 2011
Calanques et collines de Marseille

Organisateur : François Degoul, 54 rue des Caillots, 93100 Montreuil
Tél + répondeur : 01 48 58 71 94
E-Mail via le **Kifaikoi**, accessible depuis la page de garde du site

INSCRIPTIONS A PARTIR DU MARDI 26 octobre 2010

Cadre général et difficultés : randonnée en étoile, niveau moyen, trois triangles.

Les calanques : « sublimes. C'est l'adjectif qui sied le mieux à ces falaises vertigineuses d'une blancheur éclatante, entaillées par de profondes et étroites échancrures, qui, sur 20 kilomètres entre Marseille et Cassis, plongent dans les eaux d'un bleu profond de la Méditerranée ». (topo-guide *les Calanques à pied*).

Après ce préambule, le topo invite à découvrir comme nous le ferons calanques et arrière pays, une bande de 4 à 5 kilomètres de large avec ses collines abruptes et ses plateaux aux allures de causse.

De Marseille à Cassis, cet ensemble présente une vaste unité formant un milieu merveilleux et dépaysant : paysages lumineux et contrastés, végétation odoriférante, roches blanches, vues plongeantes sur la mer bleu indigo toute proche. Mais attention! Si les altitudes restent modestes (maximum 650m), le terrain se révèle assez rocheux et les sentiers escarpés, souvent à flanc de pentes, avec parfois des passages rocheux, aménagés ou non, requérant l'usage des mains. Quant à la météo, son humeur capricieuse réserve des surprises : fort mistral, averses ... malgré une sécheresse dominante et une indéniable prédominance du soleil.

Quelques heures seront réservées le dernier jour à la visite de Marseille avec le Vieux Port et le site exceptionnel de N.D de la Garde, mais il s'agit pour l'essentiel de découvrir la nature, non la ville.

Les excursions journalières proposées comportent **5 à 7 h de marche** à un rythme d'environ **350 m** de montée à l'heure et 500m de descente. Une distance de **20km** et un dénivelé de **1000m** constituent un **maximum** journalier. Ces données correspondent à un niveau physique **moyen** et à un niveau technique **trois triangles**.

Rendez-vous le dimanche 6 mars à **10h35** à l'arrivée du train (départ de Paris-Lyon à 7h16) en bout de quai en gare de Marseille-Saint Charles : c' est une gare terminus comme les gares parisiennes. Horaires à **confirmer**.

Programme indicatif (sous réserve notamment des conditions météo) :

Le **dimanche 6 au matin**, nous gagnerons en métro et bus l'Auberge de jeunesse, y prendrons notre pique-nique et y déposerons nos bagages dans les consignes automatiques, ne gardant avec nous que le minimum nécessaire à notre **rando d'après-midi : le circuit du Béouveyre**, mot à mot le "beau voir", équivalent provençal de "belvédère" et de "belle vue". "Randonnée courte mais sportive" d'après le topo. En tout **9 km**, dénivelé cumulé + **500m** / -**500m**.

Le point de départ des sentiers balisés donnant accès au sommet du Béouveyre se situe à la Madrague, que nous gagnerons par un bref trajet en bus.

Nous emprunterons à l'aller le chemin des écoliers, appelé avec le brin d'exagération marseillaise "sentier du Président". Il ne s'agit ni d'Emile Loubet ni de Félix Faure, mais d'Antoine Pellicé, digne "président de la Société des Excursionnistes Marseillais de 1911 à 1940". Quasi d'emblée, le balisage nous mène au coeur du pays : sentier souvent rocheux tournicotant au flanc des vallons successifs, terrain assez dénudé à la flore quelque peu steppique mais odoriférante, vues sur la grande bleue d'un côté et de l'autre les roches d'un blanc tirant sur le gris. Tiens, celles-ci sont roses... c'est charmant... et quel mystère géologique se cache là?

Mais le sentier nous arrache à la contemplation... pour descendre il faut s'asseoir sur la roche, regarder où l'on va prendre appui sur les mains, se retourner face au rocher... un regard attentif pour poser son pied... C'était le pas Garrigue, pas même digne de figurer sur la carte au 15 millième comme d'autres plus impressionnants : "pas du Pin", "pas de la Demi-Lune"..., bien que mon ami Nabile, l'accompagnateur renommé du coin, cote en bon Marseillais le pas Garrigue escalade du troisième degré...

Un peu plus loin, on contourne par la gauche la rose corniche Salis et monte en douceur au col Moutte, d'où une bonne grimpe en éboulis nous conduit au sommet du Béouveyre (366m) avec son panorama à 360°. Là, la mer bleue; plus proche, tout autour de nous, une autre mer moutonnante, d'un blanc gris cette fois, notre massif rocheux,

avec, nous dominant de peu, à 433m, le point culminant de Marseilleveyre qui méritera bien une ou deux excursions.

Après la halte bienvenue du sommet, nous choisirons pour redescendre le sentier balisé en marron qui serpente sur la crête d'un éperon rocheux un peu raide, mais sans difficulté notable, et qui nous offre le trajet le plus direct pour un retour à pied jusqu'à l'auberge. En bas, un havre de verdure nous accueille avec ses pins. Les incendies, souvent malveillants, en ont encore laissé quelques uns entre ville et collines. Descente en pinède, et l'on se retrouve sans trop savoir comment dans le parc municipal dit "Campagne Pastre" du nom de... Non, l'histoire de ma complicité ancienne avec ce petit oasis marseillais autrefois si calme sera pour une autre fois.

A voir au passage le château, transformé en musée de la faïence, et la rigole du canal d'irrigation, que nous longerons. Nous franchissons les moëllons restants du muret ici détruit, et voici une tour de quinze étages annonçant la ville... Deux kilomètres et demi pour retrouver l'auberge par des rues tranquilles à l'aspect varié. Au passage, la meilleure supérette où acheter ses pique-nique, évitant le gigantesque super-marché à 1km de l'auberge ainsi que la trop chère épicerie du quartier. Mieux vaut cette supérette de la Vieille Chapelle, près du bord de mer. Puisque nous y sommes, payons-nous un petit détour par la plage pour regagner notre gîte, à quelques centaines de mètres. Apprécions au passage une minuscule ruelle de quartier à allure d'impasse, le "boulevard Crespi" : c'est Marseille.

Pour les cinq journées du **lundi 7 au vendredi 11** le programme quotidien sera décidé du soir au lendemain, notamment en fonction de la météo, mais il privilégiera les sites et itinéraires les plus intéressants : accès aux **calanques de Port-Pin, d'En Vau et de Sugiton, sommets de Marseilleveyre et du Puget**, belvédères et itinéraires en balcon au-dessus de **Sormiou**, port de **Cassis**, auberge de jeunesse de **la Fontasse**, zone boisée de **Luminy**...

La variété des sentiers balisés permet de combiner un grand nombre d'itinéraires, parmi lesquels il nous faudra choisir en tenant compte de la météo et des points de départ possibles à partir soit de l'auberge, soit d'un arrêt de bus (la Madrague, Callelongue, les Baumettes, Luminy...) soit de Cassis ou ses environs grâce au minibus proposé par Nabile, l'accompagnateur local dont j'ai parlé, et avec qui nous ne regretterons pas de partager au moins une journée de marche, ce que nous permet notre budget.

Le **samedi 12**, jour du départ, nous consacrerons la matinée à une promenade à pied au centre de Marseille, avec notamment passage au Vieux Port, montée à **Notre-Dame de la Garde** et visite du site.

Places disponibles et conditions d'inscription : groupe de 7 personnes maxi, organisateur compris. L'inscription suppose qu'on possède le niveau requis et obtienne l'accord de l'organisateur.

Transports: prendre soi-même son billet TGV aller et retour Paris/Marseille. A l'aller, [départ de Paris gare de Lyon le dimanche 6 mars à 7h16](#), arrivée à Marseille à 10h35. Au retour, [départ de Marseille le samedi 12 mars au gré de chacun, de préférence à partir de 14h30](#) si l'on veut participer le matin à l'excursion guidée à N.D. de la Garde.

L'organisateur se charge des transports locaux en métro, bus et minibus.

Hébergement collectif à l'auberge de jeunesse Bonneveine (tél 04 91 17 63 30), à Marseille, à 500m de la mer et 2 km des collines, en demi-pension avec petits dortoirs (4 à 6 personnes).

Repas individuels: pour les repas de midi prévoir ses pique-niques. Boulangerie à proximité de l'auberge, supérette conseillée à 800m.

Equipement: Prévoir chaussures de randonnée à semelles non dérapantes + vêtements et protections adaptés au climat, ensoleillé mais capricieux : averses, fort vent froid dit « mistral », soleil ardent. Emporter un sifflet pour se signaler si l'on a perdu de vue le groupe. Bâtons conseillés en cas de problèmes aux genoux. Prendre pique-nique et boisson pour le premier jour.

Draps et couvertures sont fournis par l'auberge.

N.B. Pour la visite du Vieux Marseille le 12, nous devons porter l'ensemble de nos affaires sur quelques kilomètres. Il est donc très conseillé d'éviter valises et sacs de voyage en rangeant tout dans un sac à dos de 40 à 45 litres et en réduisant au minimum les affaires de toilette et habits de rechange, d'autant que nous pourrions laver sur place.

Financement, inscription et délais: les [inscriptions, ouvertes le 26 octobre](#), seront closes quand l'effectif sera atteint, voire plus tôt si l'auberge cesse de garder pour le groupe des places en option. Les [réservations SNCF](#) pour la période du 4 février au 14 mars [commencent le 4 novembre](#).

La somme demandée de **290E** ne comporte pas le billet SNCF, ni les pique-nique, mais couvre hébergement défini ci-dessus + frais de transports locaux (bus, métro, minibus) + forfait CAF de 17,50 euros pour frais administratifs + participation aux frais de l'organisateur hors hébergement + un jour d'accompagnement avec professionnel local. Le trop perçu éventuel sera remboursé en fin de séjour.

Le **chèque de 150 E** sera joint à la demande d'inscription destinée au CAF avec un **second chèque de 140E** pour solde qui sera encaissé le 10 février.

A bientôt

François.