

Une nuit dans les Calanques

du samedi 12 juin 2021 au dimanche 13 juin 2021

Organisateur : Philippe Cuvillier	Niveau : Moyen+ ▲▲
Avec accord : Oui	Itinérant avec portage
Effectif maximum : 6	Auberge de jeunesse

Nous arriverons par le train en gare de La Ciotat, cité des Frères Lumières, nous parcourrons ses plages, son port et ses calanques, nous cheminerons le long des falaises Soubeyranes puis traverserons les plages et le port de Cassis.

Après une nuit en pleine nature dans la rustique AJ de la Fontasse, nous visiterons la belle calanque d'En Vau. Nous continuerons notre chemin vers Marseille par les falaises du Devenson et le Mont Puget.



Niveau et esprit

Deux journées de randonnée plutôt tranquille afin d'avoir le temps de profiter des paysages et des possibilités de baignade. L'option nuit à l'Auberge de Jeunesse de la Fontasse en pleine nature dans un site exceptionnel implique le portage du sac de couchage et du ravitaillement.

Participation aux frais

43 €

Incluant : le train de Marseille Blancarde à La Ciotat, la nuit à l'Auberge de Jeunesse, le transport en bus et en métro pour la Gare Saint-Charles, la contribution aux frais de fonctionnement du CAF.

N'incluant pas : les repas et petits déjeuners, les en-cas et boissons diverses, le transport depuis Paris.

Transport

Transport recommandé : train de nuit Paris – Marseille à l'aller, retour en TGV.

Aller : Départ vendredi 11 juin à 20h52 de la **gare de Paris Austerlitz**, arrivée à la **gare de Marseille Blancarde** à 6h18. **RV à la gare de Marseille Blancarde à l'arrivée du train de nuit à 6h18.**

Retour : Départ dimanche 13 juin à 20h02 de la **gare de Marseille Saint-Charles**, arrivée à 23h21 à la **gare de Paris Gare de Lyon**.

Hébergement et repas

L'Auberge de Jeunesse de la Fontasse ne fournit pas de restauration, mais elle est disposée d'une cuisine et de vaisselle. Nous nous organiserons pour apporter de quoi préparer un souper et petit déjeuner que nous partagerons.

Il n'y a pas d'eau potable à La Fontasse, mais on peut acheter sur place des bidons de 5 litres pour 2 euros. Prévoir de la monnaie.

Il n'y a pas de douches mais de grands lavabos en pierre qui permettent de se rafraîchir après une journée dehors.

Prévoir un petit déjeuner à prendre samedi matin dans le train, deux pique-niques, et de quoi manger dimanche soir dans le TGV.

Programme

Samedi 12 juin : Randonnée itinérante de La Ciotat à Cassis. 22,5 km +800 m -660 m en 7h de marche effective

Rendez-vous en gare de Marseille Blancarde à l'arrivée du train de nuit à 6h18. Train TER pour La Ciotat à 6h37, arrivée à La Ciotat à 7h02. Nous descendons vers la plage, traversons le port de La Ciotat, visitons les anses du Mugel et de Figuerolles et continuons vers Cassis. Possibilité de ravitaillement et de baignade. Nous continuons encore quelques kilomètres pour atteindre la très isolée Auberge de Jeunesse de la Fontasse.

Dimanche 13 juin : Randonnée itinérante de Cassis à Marseille. 20 km +800 m -860 m en 7h de marche effective

Visite de la Calanque de Port Pin puis d'En Vau, possibilité de baignade. Nous continuons par les Falaises du Devenson, le Cap Gros et le Mont Puget. Passage au « Mont Saint-Michel » pour y admirer la vue sur la calanque de Sugiton et la Grande Candelle avant de rejoindre le campus de Luminy où nous prenons le bus puis le métro pour la gare Saint-Charles.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.

Équipement

Papiers :

- Carte CAF, carte d'identité ou passeport valide.

Marche et portage :

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche.
- Bâtons recommandés.
- Sac à dos de 30 à 40 litres.
- Poche à eau à tuyau de 2 litres au minimum.

Alimentation :

- Deux pique-niques, deux petits déjeuners, le ravitaillement pour le souper à l'auberge de la Fontasse, repas du dimanche soir, eau pour la première journée.
- Couteau suisse, cuillère.

Hygiène :

- Savon, brosse à dents, gant, petite serviette, mouchoir, papier toilette.

Vêtements :

- Chaussettes et slip (1 rechange).

- Chemisette ou tee-shirt (1 rechange).
- Pantalon ou short (1 rechange).
- Chapeau ou casquette.
- Maillot de bain.

Pluie ou froid :

- Polaire, coupe-vent imperméable et respirant.
- Surpantalon de pluie, guêtres "stop tout".
- Housse de pluie du sac à dos.
- Bonnet, gants, tour du cou ou écharpe.

Sécurité :

- Pharmacie, pastilles pour purifier l'eau.
- Sifflet, couverture de survie.
- Téléphone mobile et chargeur.
- Chapeau, crème et lunettes de soleil.
- Lampe frontale.

Nuitées :

- Sac de couchage, bouchons d'oreille, sandales.

Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de votre règlement ou paiement en ligne.

Les places seront attribuées à partir du **jeudi 20 mai 2021** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.



Photos : Philippe Cuvillier