

# DES CALANQUES A STE VICTOIRE

*La Provence Marseillaise recèle des massifs naturels hors du commun. Le simple fait d'évoquer « Les calanques », on devine la blancheur incomparable de ses calcaires qui se reflètent dans le bleu de la Méditerranée. Ou bien encore « La Sainte Victoire ou la Sainte Baume » des massifs légendaires, où de nombreux artistes*

**Groupes et  
Individuels**



## Votre séjour jour après jour

### Jour 1 : "Bienvenue en Provence"

*Arrivée dans l'après-midi à l'hôtel \*\* à la Ciotat. Présentation du séjour avant le repas par notre responsable qui sera votre contact pour la mise en place du séjour. Visite du parc du Muguet et du port de la Ciotat.*

✓ Temps de marche : 1h30

### Jour 2 : "De Cassis à la Calanque d'En-vau"

*Depuis Cassis, nous rejoignons le Parc National, à la découverte des calanques de Port Miou, Port Pin et En-vau, de toute beauté et facilement accessibles. Elles n'en comptent pas moins parmi les plus spectaculaires...! Dîner à l'hôtel*

✓ Dénivelé: 400 m - Temps de marche : 4h00

### Jour 3 : "Au Cœur des Calanques – Sormiou, Morgiou et Sugiton"

*Départ de Luminy pour une très belle randonnée qui nous permettra de dominer les calanques de Morgiou et Sormiou avant de rejoindre la plus « intime » des calanques marseillaises : Sugiton...*

✓ Dénivelé: 500 m - Temps de marche : 5h00

### Jour 4 : "Traversée La Ciotat – Cassis et le cap Canaille"

*Promenade de 2 heures en bateau au départ de La Ciotat afin d'admirer les Calanques. De retour à la Ciotat, nous partons pour une randonnée sur les hauteurs du Cap Canaille, la plus haute falaise maritime d'Europe. Après-midi à Cassis.*

✓ Dénivelé: 500 m - Temps de marche : 4h30

### Jour 5 : "La Sainte Baume"

*De Plan d'Aups, Circuit pour découvrir le massif de la Sainte Baume sur le chemin du Docteur Joseph Poucel (1870-1971) passionné de nature qui pendant plus de 50 ans récolta et dessina la flore sous forme d'aquarelle.*

✓ Dénivelé: 550 m - Temps de marche : 6h00

### Jour 6 : "Le sentier des 13 contours"

*Ascension du Mont Puget (565 m) où nous profiterons d'un panorama unique sur tout le massif et la ville de Marseille. Nous admirerons également les curiosités géologiques, avec la petite et la grande Candelle.*

✓ Dénivelé: 450 m - Temps de marche : 4h30

### Jour 7 : "La Sainte Victoire"

*De St Antonin sur Bayon, au pied de la montagne Ste Victoire, randonnée vers la fameuse Croix de Provence d'où nous pourrions admirer un panorama à 360 ° sur toute la Provence de Pagnol et de Giono. Retour vers 16h00 et fin du séjour.*

## Séjour en Etoile

### Durée

7 jours / 6 nuits

### Période

De Septembre à Mai

### Niveaux : 3

**Randonnées accessibles à toute personne pratiquant la randonnée de manière régulière ou pratiquant une activité physique de manière assidue. Randonnée de 4h à 6h de marche environ pour un dénivelé de 600 à 900 m sur des terrains variés pouvant présenter quelques difficultés techniques, des passages hors sentiers et/ou aériens.**

Séjours vendus par nos partenaires, pour lesquels Chemins d'Azur assure l'encadrement  
Pour tout renseignement, contactez notre référent : Patricia Nicolay

✉ [pierre.rivier@cheminsdazur.org](mailto:pierre.rivier@cheminsdazur.org) / © 06-62-43-87-03

## Vos conditions de randonnées

### Votre équipement :

L'utilisation d'un équipement adapté concourt à votre confort et à votre sécurité.

- Chaussures adaptées à la marche en montagne
- Dans un sac à dos : Vêtements chauds (polaire) – Vêtements de pluie – Lunettes de soleil – Chapeau – Bouteille d'eau (1L mini) – Crème solaire.
- Bâtons de marche

L'accompagnateur en tant que responsable du groupe, se réserve le droit de modifier le programme proposé selon les conditions météorologiques, le niveau et l'équipement des participants ou tout autre élément pouvant avoir une incidence quant à la sécurité du groupe

### Le terrain que vous allez rencontrer :

Les différentes randonnées du séjour s'effectuent sur des terrains variés et différents d'un jour à l'autre. Les variations de température peuvent être importantes de 30° à 10° selon les journées.

## Partenaires

### Hôtel La Croix de Malte ou autre hôtel 2\*\*

L'hôtel est situé au centre ville de **La Ciotat**, au calme, face au port de plaisance, à 100m de la mer. Chambres tout confort avec douche, wc, télévision : single, double, twin, triple, famille 4 personnes. Certaines climatisées avec vue mer, balcon ou terrasse privative. Parking fermé, sécurisé suivant disponibilité et jardin arboré.

Accès Wifi gratuit dans toutes les chambres

**Pour tous renseignements concernant les randonnées contactez notre référent**



**Pieds dans l'Eau  
Pierre RIVIER**

✉ [pierre.rivier@cheminsdazur.org](mailto:pierre.rivier@cheminsdazur.org) / ☎ 06 62 43 87 03

**Chemins d'Azur** est un syndicat local regroupant des accompagnateurs en montagne des Alpes Maritimes qui partagent une vision commune de leur métier :

- Apporter un encadrement professionnel compétent et spécialiste tant sur les milieux parcourus, les thèmes abordés que sur la sécurité
- Limité la taille des groupes afin de favoriser la convivialité et le partage (de 6 à 14 personnes)
- Respecter au quotidien l'environnement naturel, encourager et éduquer à sa sauvegarde.
- Privilégier un fonctionnement économique solidaire et responsable.

### Encadrement :

Les randonnées sont encadrées par des Accompagnateurs en Montagne membre du syndicat local «Chemins d'Azur» :

- Titulaire d'un Brevet d'Etat
- Déclaré auprès de Jeunesse & Sports
- Assuré en Responsabilité Civile Professionnelle
- A jour de ses obligations réglementaires et administratives
- Partenaire du Parc National du Mercantour et titulaire de l'agrément «Vallée des Merveilles
- Membre du réseau radio «Secours 06» et disposant de ce fait d'un radio personnelle

**RETROUVEZ LES ACCOMPAGNATEURS « CHEMINS D'AZUR » SUR LES SENTIERS**