

## LES CALANQUES DE MARSEILLE ET CASSIS

### **Séjour de liberté organisé à MARSEILLE du lundi 13 JUIN au samedi 18 JUIN 2022**

Hébergement au VVF Club du Soleil LA BELLE DE MAI situé au cœur de Marseille 3<sup>e</sup>, dans un parc de 2 ha, dans les murs d'une ancienne maternité de la Belle de Mai, en pension complète (repas servi en buffet avec vins compris, repas du midi à emporter sur demande ou pris sur place, draps et linge de lit fournis, animation et soirées comprises)

TRAJET : de Bayonne en bus soit environ 700 km (départ lundi matin, retour samedi soir)

PROGRAMME : la découverte de Marseille et du Massif des Calanques.

Le Parc National des Calanques est le seul parc national périurbain en Europe, à la fois terrestre et marin, situé au cœur de la métropole Aix-Marseille Provence. Il s'étend de MARSEILLE à LA CIOTAT.

Ce massif des Calanques se compose de falaises calcaires vertigineuses, d'une blancheur éclatante, plongeant dans les eaux turquoise de la Méditerranée.

Situé à plus de 97% sur la commune de Marseille, le Massif des Calanques s'étend sur 20 km de MARSEILLE à CASSIS sur une superficie de 5000 hectares (dont 90% espace marin) avec une faune et flore diverses et exceptionnelles. Ses points culminants sont le sommet de MARSEILLEVEYRE (432m) et le Mont PUGET (565m)

Au programme : - 3 randonnées pour  
découvrir à pied ses nombreuses calanques - la visite du Massif des Calanques en bateau (en  
option) au départ de Vieux-Port de Marseille; circuit de 3h15 de Marseille à la baie de Cassis, pour  
savourer le saisissant paysage du Parc National des Calanques vu de la mer, ses criques cachées et ses  
eaux cristallines. Tarif = 27 € par personne.

**- 1<sup>ère</sup> randonnée : au départ de Marseille Ouest** : circuit le long de la côte avec vue sur les îles de l'archipel de Riou ; L= 14 km, dénivelé =250 m

- Passage au petit village des pêcheurs LES GOUDES,
- parcours dans la presqu'île LE CAP CROISSETTE à l'entrée du Parc Naturel des calanques, face à l'île Maire
- la calanque de CALLELONGUE : joli site regroupant quelques cabanons et abritant une flottille de bateaux
- la calanque de la MOUNINE : peu profonde, fait penser à un petit aquarium avec son lot de poissons coquillages et oursins.
- la calanque de MARSEILLEVEYRE : toujours très ensoleillée, sa plage de galets, de sable et son eau turquoise séduisent nombreux promeneurs. On y trouve quelques cabanons et un bar restaurant approvisionné par la mer.

Soit 7 km du départ

**2<sup>ième</sup> randonnée à partir de LUMINY**, quartier sud de Marseille, site exceptionnel aux portes des Calanques, au pied des majestueuses falaises du Mont Puget (pt culminant 547m du massif des Calanques) où se trouvent une bastide ancienne et un campus de l'Université d'Aix –Marseille.

Suivant les conditions du terrain lors de notre séjour nous atteindrions les calanques suivantes :

- la calanque de SORMIOU : la plus grande plage de sable blanc avec ses eaux cristallines, un petit port,

nombreux cabanons, restaurants de poissons dont le plus connu et réputé depuis 1948 Restaurant Le Château, lieu idéal pour la plongée sous-marine et l'escalade pour ses hautes falaises.

- Le Cap MORGIU belvédère offrant des vues magnifiques sur 2 calanques et la côte orientale du massif.  
- La calanque de MORGIU : étroite, profonde et secrète, un petit port de pêche typique, plusieurs petits cabanons, anciens abris de pêcheurs, un seul bar restaurant, ici pas d'électricité mais rustiques conditions de vie pour les 40 résidents permanents qui vivent aux pulsations ralenties du temps qui passe. Chants de cigales, eaux turquoises, chemins bordés d'agaves ou de figuiers de barbarie,  
« *vivre est un art, venir ici est un enchantement permanent.* » Voie accès par une route de montagne depuis 1959.

- La calanque de SUGITON : très à l'écart et accessible uniquement à pied ou en bateau, comprend 2 petites criques encaissées assorties chacune d'une minuscule plage au pied de grandes falaises et une eau turquoise.

**3ième randonnée au départ de CASSIS :** environ 11 km, dénivelé = 460 m

- la calanque de PORT-MIOU : la seule sur le territoire de CASSIS, abri naturel pour les navires (500 au mouillage) , pas de plage mais un site magnifique comme un « fjord provençal » comprenant plusieurs sources d'eau chaude plongeant dans une eau turquoise.

- Le tour de la POMME DE PIN jusqu'à la Pointe de la Cacau .

- La calanque de PORT-PIN, calme et séduisante, entourée de pins d'Alep, petite plage de sable et galets, eau cristalline.

- La calanque d'EN VAU : la plus grandiose de part ses falaises, impressionnante, ses eaux claires turquoises, au fond la petite plage abritée de galets, le paradis des kayakistes.

**AUTRE OPTION** : si la météo ne permet pas la sortie bateau,

une excursion à bord du **TRAIN DE LA CÔTE BLEUE** pour parcourir les 32 km de calanques de MARSEILLE à MIRAMAS , un parcours panoramique ; pendant près de 1h15, viaducs et tunnels s'enchaînent de l'Estaque à la Couronne dans un décor multi coloré.

**TARIFS** : en chambre double = **460 €** , en chambre simple = **550 €**

Acomptes à verser au moment de l'inscription : en ch double = 200 €, en ch simple = 250 €

Nombre de participants limité à 40 pour des raisons bien évidentes de sécurité + accompagnatrice.

Les adhérentes et adhérents à jour de leur cotisation au jour de l'inscription seront prioritaires.

Ce séjour concerne en premier lieu les groupes de randonneurs.

**Anita** vous donne rendez-vous sur la Côte Méditerranéenne pour de nouvelles aventures et se charge de prendre les inscriptions.

A bientôt Anita OLHATS 9, rue Charles Floquet - 64100 Bayonne

[anitaolhats@gmail.com](mailto:anitaolhats@gmail.com) Tél= 06 73 21 27 65