



**CLUB ALPIN IDF**



***LE MASSIF DES MAURES, LES ILES D'OR  
LES CALANQUES***

*Alain Bourgeois*

***12-RC 13***

***DU 22 AU 29 AVRIL 2012***

***Soumis à l'accord de l'organisateur***

***CHANGEMENT D'HORAIRE A L'ALLER  
Pour que vous puissiez aller voter***

**Descriptif :**

Ambiance du sud pour ce séjour. Quatre nuits en bivouac et trois nuits sur un voilier de 13 mètres au port de Porquerolles. La côte entre Fréjus et Marseille offre des sentiers de toute beauté et l'arrière pays avec ses vastes forêts de chênes liège, d'arbousiers et sa châtaigneraie, nous enchanterons. Nous formerons un groupe de 8 personnes.

**Dimanche, Lundi, Mardi,**

Le massif des Maures est une petite chaîne de montagnes située dans le sud de la France. (Point culminant 780 m). Nous la traverserons et nous ne manquerons pas de faire une halte culturelle et culinaire (l'abbaye la chartreuse de la Verne, le fameux marron glacé de collobrières). Dans l'après-midi du Mardi, nous passerons par un petit paradis insoupçonné (la Presqu'île de Giens). Un sentier escarpé du littoral nous emmènera à la tour Fondue pour le dernier bateau de Porquerolles.

**Mercredi, Jeudi :**

Contrairement à la plupart des touristes, nous avons le privilège de dormir trois nuits sur l'Île de Porquerolles et donc d'avoir tout notre temps pour découvrir cette perle rare. Noms évocateurs pour notre circuit de randonnée : plage d'argent, calanque du Maure, plage du grand langoustier, Gorge du Loup. Porquerolles, c'est aussi ses allées bordées d'eucalyptus, ses terrasses où l'on sirote le pastis.

**La journée de Jeudi,**

Après une heure de mer, nous voici à Port Gros avec ses crêtes aériennes, vallons secrets et son point culminant le Mont Vinaigre (196 m). Là aussi quelques noms évocateurs : vallon de la solitude, anse de la fausse monnaie et la charmante petite plage de l'anse de Port Man, nous invite à une pause prolongée. Retour en bateau sur Porquerolles.

### **Vendredi, Samedi, Dimanche :**

Après un transfert en bateau et en train sur Cassis, nous aurons pour ces trois jours un itinéraire montagnard et deux nuits en bivouac. Montée sur les falaises maritimes de Soubeyrane (les plus hautes d'Europe) et belle vue sur la baie de Cassis. Nous passerons par des sites de charme : Morgiou, ses cabanons, son port, son bistrot, Sugiton et sa plage, col de la Candelle, cap Gros, col de l'Oule et le massif Marseillevyre. En fin d'après-midi de dimanche, transfert en bus à la gare sncf de Marseille.

### **Organisation et niveau:**

Ce n'est pas un itinéraire de montagne difficile, mais comporte néanmoins quelques passages sur sentiers escarpés dans les Calanques, qui ne conviennent pas aux personnes sujettes au vertige. Nous n'emprunterons pas de passages d'escalade nécessitant l'usage de la corde. **D'un niveau moyen +**, nous aurons 400 à 600 m de dénivelées positives avec une distance de 15 à 25 km chaque jour.

Nous passerons trois nuits à bord d'un voilier de 13 m à quai au port de Porquerolles équipé d'une cuisine et de huit couchettes. Nous dînerons un ou deux soirs au restaurant. Prévoir une dose de bonne humeur pour ce séjour idyllique et une bonne forme physique. Participant habitué au portage et au bivouac. Pas de sac lourd.

### **Équipement :**

Prévoir une tente légère, un duvet avec sursac et matériel habituel de bivouac. Chaussures de randonnées adaptées à vos pieds et équipement habituel d'un randonneur. Pastille pour purifier l'eau .

Température douce en avril donc, **prévoir le maillot de bain.**

Pour toute info supplémentaire me contacter par le kifaikoi, situé sur le site web du club.

### **Coût :**

**205 euros** comprenant les trois nuits sur un voilier, les transports aller/retour en bateaux pour Porquerolle et Port Gros, le transport en train Hyères Cassis, les frais administratifs et d'organisation. C'est un budget approximatif.

Ne comprend pas le transport en train de Paris et les bus de transfert.

### **Transports :**

**ALLER** le dimanche 22 Avril - Paris gare de Lyon - Les Arcs Draguignan  
départ 10 h 49 arrivée 15 h 12.

**RETOUR** le dimanche 29 Avril - Marseille - Paris  
départ 20 h 08 arrivée 23 h 28.

Rendez-vous à Paris gare de Lyon devant le quai de départ du train à 10 h 30.

Chaque participant prend en charge son billet de train .