

Code : **16-RW04**  
**Niveau : M+**  
terrain montagneux : ▲▲

**Organisateur** : Jean-Philippe DESPONGES  
Vous pouvez m'envoyer un courriel via le "kifaikoi" sur le site web

**Nombre de participants à la sortie (organisateur compris) : 8**

## Y aura-t-il des dauphins dans les Calanques ?



### Week-end du 5 et 6 décembre 2015

Destination pour ce week-end la Grande Bleue. Verrons-nous une fois de plus ces magnifiques mammifères marins comme lors de nos précédentes expéditions. Difficile à prévoir, il faudra donc s'y rendre. Quel que soit la réponse il y aura toujours la mer, les roches blanches calcaires, le soleil d'automne et les îles du Frioul comme point de mire.

#### Transports :

##### **Aller samedi 5 décembre :**

Départ par TGV de Paris Gare de Lyon à 7h37 pour Marseille Saint Charles arrivée 10h54. RV à l'arrivée. Transfert local en métro + bus pour La Cayolle.

##### **Retour dimanche 6 décembre :**

Bus au départ des Baumettes (ou Luminy suivant l'heure) + métro pour la gare de Marseille Saint Charles. TGV départ 19h06 pour une arrivée à 22h24 à Paris Gare de Lyon.

Info pratique : si vous avez des chèques vacances, vous pouvez les utiliser comme paiement de vos billets SNCF.

## Hébergement / Restauration :

- Hébergement en Auberge de jeunesse en chambres de 4 (**possibilité de mixité selon la composition du groupe**, draps et couvertures fournis) avec le petit déjeuner.
- Les repas des deux midi sont à votre charge.
- Le repas du samedi soir inclus avec boissons comprises sera pris dans un restaurant de la plage du Prado.

## Programme du Week-end :

### **Samedi 5 décembre :**

A la sortie du bus, au pied du massif des Calanques à La Cayolle, nous monterons au point culminant de celui-ci (sommet de Marseilleveyre 433m) par le Plateau de l'Homme Mort (376m) et le Col de la Selle (374m). Descente pour le parc de la Campagne Pastré, le port de la Pointe Rouge et la plage du Prado puis destination notre hébergement.

Distance 12 km environ avec un dénivelé +700m / -700m.



### **Dimanche 6 décembre :**

Après un bon petit déjeuner, nous prendrons le bus pour la Madrague de Montredon départ de notre randonnée d'où nous ferons l'ensemble du parcours sur le GR avec un passage en descente par le Pas Edgard Garrigue (classé ▲▲▲ mais contournable), Callelongue, le Col de Sormiou (181m). Descente à la calanques de Sormiou. Remontée au Col des Baumettes (220m), le Col de Morgiou (198m) puis descente vers l'arrêt de bus des Baumettes (ou Luminy), termes de notre randonnée dominicale.

Distance 18 km environ avec un dénivelé +1000m / -1000m.



---

**Bureaux :** 12 rue Boissonnade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

**Téléphone :** 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : [accueil@clubalpin-idf.com](mailto:accueil@clubalpin-idf.com)

Site internet : [www.clubalpin-idf.com](http://www.clubalpin-idf.com)

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne  
Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C

### Equipement et matériels à emporter :

Protections efficaces contre la pluie éventuelle et le vent fort (Mistral). Bonnes chaussures de randonnée à semelles type Vibram (pas neuves). **Gourde pour l'eau minimum 2L**, barres énergétiques. Affaires de toilette et de rechange (**tenue présentable + chaussures légères pour le soir au restaurant**), pharmacie personnelle. Carte CAF + papiers d'identité.

### Pour en savoir plus :

Carte topographique IGN Les Calanques de Marseille à Cassis 1/15000.

### Inscription :

- **Modalités** : ouverture et enregistrement dès la parution de cette fiche **après demande d'accord de l'organisateur**. Paiement en ligne direct sur le site internet du CAF Ile-de-France ou auprès du secrétariat en imprimant le bulletin d'inscription accompagné de votre paiement (**les chèques vacances sont acceptés**). Les bulletins remplis mais non accompagnés d'un paiement ne seront pas pris en compte.
- **Date de validation des inscriptions** : mardi 4 août 2015, confirmation de celles-ci selon les [règles de priorité d'inscription du Club](#) et dans la limite des places disponibles.
- Vous pouvez contracter une assurance annulation facultative en option lors de votre inscription pour un montant de 3,6% du coût du circuit (uniquement pour une inscription au minimum 30 jours avant le départ). Celle-ci jouera lorsque vous n'êtes pas remplacé suite à annulation pour motifs sérieux. Se renseigner auprès du secrétariat du CAF ou pendant la procédure d'inscription en ligne.

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, de cohésion du groupe ainsi que des conditions de météo dans le massif des Calanques (Mistral).*

### Coût : 80€

Comprenant l'hébergement en Auberge de jeunesse avec le petit déjeuner les transports locaux, le repas du samedi soir au restaurant avec boissons comprises, les frais administratifs du CAF, une participation aux frais d'organisation comprenant : correspondance, téléphone, cartographie, transports locaux + réservations TGV de l'organisateur, etc.. ; mais ne comprenant pas les repas des deux midis, les en-cas et boissons diverses en journée **et les transports SNCF A/R**.

A bientôt, Jean-Philippe.



*Expédition Calanques - édition 04/2014*

---

**Bureaux** : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

**Téléphone** : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : [accueil@clubalpin-idf.com](mailto:accueil@clubalpin-idf.com)

Site internet : [www.clubalpin-idf.com](http://www.clubalpin-idf.com)

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne

Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C