

Code : 16-RW28

Niveau : M

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

Calanques de la Côte Bleue



Week-end du 26 au 28 mars 2016

Destination pour ce week-end de Pâques la Côte Bleue à l'ouest de Marseille qui doit son nom à la couleur de la mer. Nous parcourons pendant les 3 jours de celui-ci le sentier côtier en balcon, avec ses points de vue spectaculaires sur les petits ports tranquilles dont une journée spécialement dédiée à la **découverte des calanques en kayak de mer** telles que les Eaux Salées, la calanque du Puy ou encore la calanque des Anthénors tout en passant par sa grotte atypique et ses ports provençaux comme Ensues la redonne et Niolon tel sera notre programme.

Transports :

Aller samedi 26 mars :

Départ par TGV de Paris Gare de Lyon à 8h37 pour Marseille Saint Charles arrivée 11h59 puis TER à 12h26 pour Carry-le-Rouet pour une arrivée à 12h54. RV à l'arrivée.

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

Site internet : 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

Retour lundi 28 mars :

TER au départ de Carry-le-Rouet à 18h05 pour la gare de Marseille Saint Charles arrivée 18h39 puis TGV départ 19h06 pour une arrivée à 22h23 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 à l'hôtel à Carry-le-Rouet pour deux nuits en chambres twin (sauf pour une chambre double) avec petits déjeuners. **Possibilité de mixité dans les chambres selon la composition du groupe.**
- Les repas des midi sont à votre charge (celui du samedi est à prendre avant l'arrivée à Carry-le-Rouet)
- Les repas du samedi soir et du dimanche soir (boissons comprises) seront pris dans divers établissement du port de Carry-le-Rouet.

Programme du Week-end de Pâques :

Samedi 26 mars : boucle Carry-le-Rouet

A la sortie du TER à Carry-le-Rouet, surnommée la Perle de la Côte Bleue, nous déposerons nos affaires à l'hôtel pour les deux nuits et profiterons de l'après-midi avec une mise en jambes pour la calanque du Cap Rousset et une boucle autour du port du Rouet par un sentier en balcon.

Distance 10 km environ, dénivelé +110m / - 110m.

Dimanche 27 mars : randonnée kayak de mer Carry-le-Rouet - Niolon

Après un bon petit déjeuner, nous découvrirons en kayak de mer les calanques de la Côte Bleue pour une journée complète de randonnée sur le parcours de Carry – Niolon A/R, encadrés par un professionnel (prestation incluse pour 50€ hors repas du midi).



Lundi 28 mars : Carry-le-Rouet – chaîne de l'Estaque – Carry-le-Rouet

Une boucle au départ de Carry-le-Rouet à destination de l'arrière-pays sur les hauteurs de la chaîne de l'Estaque avec un magnifique point de vue du plateau de l'Estaque vers la Côte Bleue. Retour sur la côte par Sausset-les-Pins et Carry-le-Rouet.

Distance 20 km environ, dénivelé +380m / - 380m (altitude max 166m).

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

Site internet : 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

Équipement 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). Chausson de mer (ou vieilles basket) pour le kayak de mer avec casquette et crème solaire, maillot de bain. **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 Etang-de-Berre/Istres/Marignane/Martigues 3144 OT

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 (**possibilité de paiement en 2 fois sur place, 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 22 décembre 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 WE (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 (Mistral). **La sortie kayak de mer est tributaire des conditions météorologiques locales et peut être soumise à annulation de la part du prestataire de service. Un programme de remplacement sera proposé pour la journée du dimanche.***

Coût prévisionnel: **260€**

Comprenant l'hébergement pour deux nuits à l'hôtel avec les petits déjeuners, les repas du samedi et dimanche soir (boissons comprises), **la randonnée kayak de mer (50€)**, les frais administratifs du CAF, une participation aux frais d'organisation incluant : correspondance, téléphone, cartographie, réservations TGV, etc.. ; mais ne comprenant pas les repas des midis, le repas du lundi soir, les en-cas et boissons diverses en journée **et les transports SNCF A/R**.

A bientôt, Jean-Philippe.



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

Site internet : 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