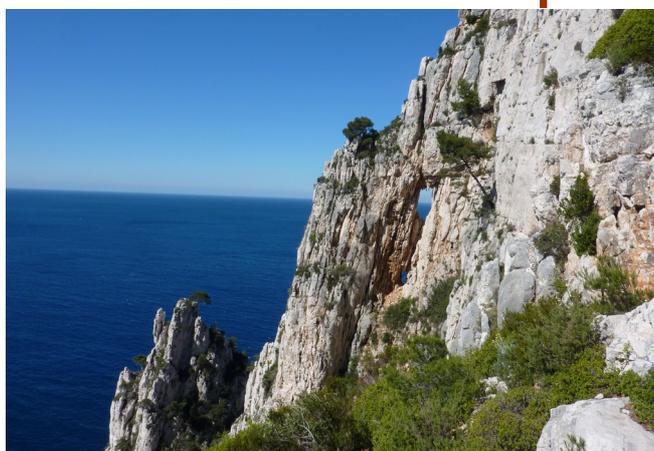


Code : 17-RW02
Niveau : Soutenu
terrain montagneux : ▲▲

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

Ciel bleu des Calanques



Aiguille de l'Essaidon (photo JPD 04/2014).

Week-end du 3 et 4 décembre 2016

Destination pour ce week-end la Grande Bleue et les Calanques ou une fois de plus nous aurons le souffle coupé au vu de ce décor unique en Europe avec comme paysage à perte de vue les falaises ocre et blanches calcaires qui viennent se jeter dans l'eau bleu turquoise de la mer Méditerranée et comme hébergement la magnifique AJ de La Fontasse, tel sera notre programme pendant ces 2 jours inspiré des parcours réalisés par Alain Zürcher en 2012 et en 2015.

Transports libres :

Aller samedi 3 décembre :

Départ par TGV de Paris Gare de Lyon à 7h37 pour Marseille Saint Charles arrivée 10h57. RV à l'arrivée. Transfert local en métro + bus pour Luminy.

Retour dimanche 4 décembre :

Bus au départ des Baumettes (ou Luminy) + 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 en point de vente.

Hébergement / Restauration :

- Hébergement simple en Auberge de Jeunesse à La Fontasse (pas de douche, pas d'eau chaude sauf pour la cuisine, électricité solaire, drap sac ou duvet à prévoir).
- Les repas des deux midi + le samedi (hors collation apéritive prévue) et dimanche soir + le petit déjeuner du dimanche matin sont à votre charge.

Programme du Week-end :

Samedi 3 décembre :

Dès la sortie du TGV, nous rejoignons Luminy en métro (ligne 2) et le bus 21. Nous allons admirer le panorama au belvédère du crêt de St Michel, descendons vers Sugiton puis faisons un A/R en balcon au-dessus de la mer vers la Tour de Pise. Nous remontons le GR jusqu'au col de la Candelle et rejoignons le col de l'Oule par l'intérieur, par la vallon des Chaudronniers. Après un passage au belvédère d'en Vau, nous rejoignons l'AJ par le vallon de la Gardiole ou par le chemin du plateau suivant l'heure.

Distance 15 km ~ - dénivelé +1100m / -1050m ~ 5h00 de marche effective



Cap Morgiou et Grande Candelle (photo JPD – 04/2014)

Dimanche 4 décembre :

De bonne heure, nous rejoignons la pointe de la Cacaou dont nous faisons le tour, longeons la calanque de Port Pin et surplombons la calanque d'en Vau pour y descendre en A/R par le Vallon d'en Vau, arrivé au Col de l'Oule puis descente du vallon par le Puits de l'Oule avant une montée rude jusqu'au belvédère de l'Eissadon (passage ▲▲▲) au pied des ressauts Est des falaises de Devenson pour les parcourir dans leur intégralité jusqu'au Cap Gros.

Toujours pour varier notre itinéraire de retour, nous contournons le Vallon de la Candelle avant de repasser le col éponyme et de rejoindre le col de Sugiton par un chemin légèrement différent. Nous dominons le vallon de Morgiou jusqu'au col de Morgiou et descendons prendre le bus 22 aux Baumettes ou le bus 21 à Luminy suivant l'heure.

Distance 20 km ~ - dénivelé +1200m / -1300m ~ 6h30 de marche effective

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). **Gourde pour l'eau minimum 2L**, barres énergétiques. Affaires de toilette et de rechange, pharmacie personnelle. **Draps sac ou duvet**. Lampe frontale. **Carte CAF** + papiers d'identité. **Faites votre sac le plus léger possible.**

Pour en savoir plus : Carte topographique IGN Les Calanques de Marseille à Cassis 1/15000.

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

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

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 2 août 2016, confirmation de celles-ci selon les [règles de priorité d'inscription du Club](#) et dans la limite des places disponibles.
- **Info importante :** vous devrez être à jour de votre cotisation CAF 2016-2017 lors de ce WE.
- 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 dans le massif des Calanques (Mistral). Vitesse d'ascension >400m/h.

Montant du WE : 45€

Comprenant l'hébergement simple en AJ, la collation apéritive du samedi soir, les transports locaux, les frais administratifs du CAF, une participation aux frais d'organisation comprenant : correspondance, téléphone, cartographie, réservations TGV + transports locaux ; mais ne comprenant pas les repas des deux midis, les repas du samedi et dimanche soir et le petit déjeuner du dimanche matin ainsi que les en-cas et boissons diverses **et les transports SNCF TGV Paris-Marseille A/R**.

A bientôt, Jean-Philippe.



Montée au belvédère de l'Essaidon

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

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