




Escapades dans les Calanques ^(AM3Q9)

Côte Méditerranée - France

5 jours (dont 4 jours : Randonnée)

Prix à partir de 875.00 EUR p.p.

Niveau	
Type	Accompagné
Age minimum	16 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Hôtel
Groupe	de 6 à 14 personnes
Repas	Pension complète
Encadrement	Accompagnateur en montagne



Les points forts de ce voyage

- La découverte des Calanques de Cassis et Marseille, parc national terrestre et marin.
- Un séjour en étoile en hôtel au coeur de Cassis.
- L'excursion en bateau.
- L'accueil à la gare de Marseille Saint-Charles.



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
 25, Bohey - L-9647 DONCOLS
 Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Votre voyage

La découverte des calanques dans toute sa diversité, les coins les plus sauvages et les sites plus courts.

Des sentiers en crête, en bord de mer, dans des vallons profonds, un dépaysement total avec des criques aux eaux turquoises, de hautes falaises blanches, le parfum entêtant de la garrigue. Immersion de cinq jours dans le village méditerranéen de Cassis, découverte de La Ciotat, cité balnéaire agréablement entretenue, panoramas à 360°, chaleur de la Méditerranée, un guide spécialiste du site et amoureux des calanques. Cerise sur le gâteau, la découverte en bateau de huit calanques !

Jour 1 MARSEILLE - CASSIS

Hébergement : hôtel.

Repas inclus : soir. Repas libres : matin, midi.

Accueil à la gare Saint-Charles à Marseille à 16 h (ou directement à l'hôtel de Cassis à 17 h 30). Transfert en minibus à Cassis par la route des crêtes. Installation pour quatre nuits dans notre hôtel tout près du port. Cassis, porte d'entrée des Calanques est un petit port superbe, avec un village méditerranéen typique. Il fait bon profiter de son atmosphère méditerranéenne, du bouquet de couleurs offert par les pointus ! Diner au restaurant.

NB : Afin d'organiser les transferts, merci de nous communiquer à l'inscription si vous arrivez en gare de Marseille ou directement à l'hôtel à Cassis.

Jour 2 LA GRANDE CANDELLE ET LES FALAISES DE DÉVENSON

Dénivelée positive : 900 m. Dénivelée négative : 900 m. 5 h 30 à 6 h de marche.

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi, soir.

La Grande Candelle (465 m) constitue l'un des sommets emblématiques du massif des calanques, tandis que les immenses falaises de Devenson surplombent la mer de 200 m. Court transfert jusqu'au Col de la Gardiole sur la route entre Cassis et Marseille. Nous pénétrerons dans le cœur du parc national des Calanques par un accès nord. Petit à petit, la mer va se dévoiler, et le sentier dans les montagnes de calcaire va finir par surplomber la Grande Bleue. Nous passerons au pied de la Grande Candelle, promontoire magnifique sur la calanque de Sugiton et son torpilleur, le cap Morgiou, la calanque des pierres tombées, l'île du Riou. L'itinéraire en boucle se poursuit en crête sur les fabuleuses falaises de Devenson, dévoilant calanques, vallons et plateaux.

Jour 3 LA CIOTAT ET LE CAP CANAILLE

Dénivelée positive : 550 m. Dénivelée négative : 550 m. 4 h 30 à 5 h de marche.

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi, soir.

Après un transfert en autocar de ligne entre Cassis et la Ciotat, traversée de la vieille cité, promenade le long de son port, le belvédère de Notre Dame de la Garde, avant de commencer l'ascension vers le cap Canaille. Massif



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

classé, les falaises de cette montagne sont les plus hautes falaises maritimes d'Europe. Culminant à 394 m, il offre un des plus impressionnants panoramas de la région avec une vue imprenable sur les calanques et sur Cassis. Territoire sauvage, le sentier permet de rejoindre Cassis à pied.

Jour 4 LES CALANQUES DE SORMIOU, MORGIOU ET SUGITON

Dénivelée positive : 700 m. Dénivelée négative : 700 m . 5 h 30 de marche.
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi, soir.

Après un court transfert en minibus, l'itinéraire en crête, à découvert dans la garrigue, surplombe la calanque de Sormiou avant de descendre jusqu'à la calanque de Morgiou. Morgiou doit son allure de petit village pittoresque à son petit port et ses cabanons dispersés ça et là. Un cheminement côtier permet d'atteindre la magnifique crique de Sugiton où la baignade (sous votre responsabilité et selon la saison) est possible sous les pins d'Alep. La remontée se fait par un beau sentier panoramique. Cet itinéraire comporte de brefs passages équipés et sécurisés (présence de chaînes ou de petits barreaux d'échelles) qui peuvent nécessiter de vous aider de vos mains, sans vertige.

Jour 5 CASSIS ET LE PARC NATIONAL DES CALANQUES

Dénivelée positive : 150 m. Dénivelée négative : 150 m. 3 h de marche.
Repas inclus : matin, midi. Repas libre : soir.

Découverte des calanques au ras de l'eau ! L'itinéraire de la veille nous proposait une randonnée en hauteur, une invitation à aller au plus proche des criques aux eaux turquoise. Ce jour nous cheminerons au cœur des calanques, d'abord le long de Port Miou, une profonde calanque qui abrite un petit port. Passage au trou du souffleur, le trou chantant des calanques ! Poursuite jusqu'à la calanque de Port Pin et au belvédère sur la calanque d'En Vau. Retour au port de Cassis et croisière en bateau pour admirer la côte depuis le large. Cette croisière dure 1 h 30, est commentée et permet la découverte depuis la mer des calanques de Port Miou, Port Pin, En Vau, l'Oule, Devenson, l'Oeil de Verre, Sugiton et Morgiou, huit calanques que vous aurez foulé à pied ! Transfert à la gare de Marseille Saint-Charles et dispersion à 18 h.

*NB : les temps de marche sont donnés à titre indicatif.
M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.*



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Le climat

La Provence bénéficie d'un climat méditerranéen caractérisé par un été sec et chaud, des précipitations peu abondantes (moins de 60 jours de pluie par an), et donc beaucoup de soleil. Le mercure peut atteindre 35 °C en été, bien qu'il se situe plutôt autour de 30 °C. En hiver, le climat est doux sur la côte, et le mercure descend rarement en dessous de 10 °C. Cependant, dans les villages de l'arrière-pays, il fait souvent plus frais en hiver, notamment dans les zones exposées au vent autour du Vaucluse et des collines du Lubéron. Avril et octobre sont les mois les plus humides, avec de fortes ondées et des averses pouvant durer quelques jours. Les conditions sont les meilleures de la fin mai à la fin juin, lorsque les températures oscillent autour de 26 °C et que le soleil abonde. Les plantes, les fleurs et les arbres fruitiers s'épanouissent, et les routes sont généralement libres de vacanciers. Septembre est agréable et bénéficie également d'un climat favorable ; la mer est encore assez chaude. Juillet et août correspondent à la haute saison touristique. Le mistral frappe la Provence tout au long de l'année : il s'agit d'un vent violent qui peut atteindre 100 km/h et souffler toute une journée, voire plusieurs jours.

L'équipe

Vous serez encadré par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat.

Les déplacements

Les transferts pour rejoindre les départs de randonnée sont prévus en train ou en bus de ligne.

L'hébergement

Quatre nuits en hôtel deux étoiles situé à Cassis, à proximité du port, en chambre double ou twin.

NB : vous pouvez choisir, sous réserve des disponibilités, une chambre individuelle. A réserver à l'inscription. Voir notre rubrique “Services plus”.

Les repas

- — Les repas du matin sont servis chauds à l'hébergement.
- — Les repas de midi sont pris sous forme de pique-nique.
- — Les repas du soir sont pris dans un restaurant du village.
- — Les boissons ne sont pas comprises dans le forfait.

Le transport ou portage des bagages

Vous portez uniquement vos affaires de la journée ainsi que le pique-nique.

Carte

— IGN les calanques de Marseille 1/15000.

Bibliographie

- — *Marseille insolite et secrète*, éditions Jonglez.
- — *Le Guide du routard Marseille 2015*, éditions Hachette.
- — *Le Guide du routard Marseille-Provence 2013, capitale européenne de la culture*, éditions Hachette.
- — *Les Randonnées des calanques : De Marseille à Cassis*, éditions Glénat.

[Call](#)

[Send SMS](#)

[Call from mobile](#)

[Add to Skype](#)

You'll need Skype CreditFree via Skype



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Dates et prix

■ Promotion ■ Départs complet ■ Départ assuré					
Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	26/04/2026	30/04/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	30/04/2026	04/05/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	10/05/2026	14/05/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	13/05/2026	17/05/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	17/05/2026	21/05/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	24/05/2026	28/05/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	31/05/2026	04/06/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	13/09/2026	17/09/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	20/09/2026	24/09/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	27/09/2026	01/10/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	04/10/2026	08/10/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	11/10/2026	15/10/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	18/10/2026	22/10/2026	5 jours	875.00 EUR
Côte Méditerranée	Escapades dans les Calanques	08/11/2026	12/11/2026	5 jours	875.00 EUR

Info pays



Côte Méditerranée

Le golf du Lion, entre Perpignan et Menton offre de multiples trésors avec sa grande diversité de paysages, son climat exceptionnel et ses traditions. Languedoc, Provence, côte d'Azur : ces régions ont tout pour satisfaire les randonneurs : criques sauvages, petits ports typiques, forêts et pinèdes, champs de lavande, de fleurs et d'oliviers, collines et montagnes majestueuses.

Formalités administratives

France

La France étant membre de l'Union Européenne, il suffit d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité pour les ressortissants d'un pays de UEM.

Conseil(s) santé

France

Les conditions sanitaires sont équivalentes à celles de l' Europe et ne présentent aucun danger particulier.

Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.

Infos pratiques

Votre budget

NOTE IMPORTANTE : Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol (si applicable) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport (Bruxelles, Luxembourg, Genève, ...) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

Le prix comprend

- L'hébergement et les repas tels que décrits dans le programme.
- Les transferts prévus au programme (bus et bateau).
- Le transport des bagages.
- Les taxes de séjour.
- Les frais d'organisation.
- L'encadrement

Le prix ne comprend pas

- L'assurance annulation et/ou assistance.
- Les transports jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans 'le prix comprend'.
- Vos dépenses sur place : voir paragraphe ci-dessous.

Autres dépenses sur place

- Les boissons pendant et hors des repas.
- Les dépenses personnelles.
- Les visites éventuelles.
- Les déplacements supplémentaires liés à une modification du programme pour raisons météorologiques.

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ) si possible sur un parcours avec dénivellée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1 h à 1h30).

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Un antibiotique à large spectre.
 - Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antiémétique.
 - Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
 - Un antiseptique.
 - De la crème solaire et de la Biafine.
 - Vos médicaments personnels.
- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
 - Un stick pour les lèvres haute protection

Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclair latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et baché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich (désert)
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison)
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique (suivant la saison)
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure (voir rubrique ci dessous)
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo

> Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
 25, Bohey - L-9647 DONCOLS
 Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antivols et documents

- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance
- Papiers personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
- Un stick pour les lèvres haute protection

A ne pas oublier dans vos valises

- Des sandalettes légères (type tongs à scratch avec un bon maintien du pied).
- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Le couchage est fourni par l'hébergeur

Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.