



LES RODAÏRES DU CRES

Anne-Marie NUTTEN
Présidente de l'Association
Port : 06 43 66 13 36
am.nutten87@orange.fr



SPLENDEURS DES CALANQUES

du mercredi 19 au samedi 22 mars 2025

La Ciotat est une station balnéaire ouverte sur une baie magnifique qui offre une richesse et une diversité de paysages hors du commun : six kilomètres de plages de sable et de galets, deux Calanques, les plus hautes falaises maritimes d'Europe, le Cap Canaille, son parc botanique et son Belvédère qui offre une vue magnifique.



La Ciotat a très certainement été fondée vers le IV^e siècle avant notre ère par quelques colons phocéens, marins et commerçants grecs qui avaient fondé Massilia (Marseille) 200 ans auparavant.

C'est aussi l'endroit choisi par les frères Auguste et Louis Lumière pour réaliser leur 1^{er} film avec le cinématographe en 1895 : "L'arrivée du train en gare de La Ciotat".

La projection de celui-ci a eu lieu au Cinéma "l'Eden" à la Ciotat qui est la plus ancienne salle de cinéma existante au monde (à visiter).

Hébergement :

- Hôtel** La Croix de Malte - 54 bld Jean Jaurès 13600 La Ciotat
- En chambre double, ou single, draps et linge de toilette fournis

Restauration :

- Petit-déjeuner à l'hôtel sous forme de buffet
- Déjeuner pique-nique
- Repas du soir servis à l'assiette (vin, café, infusion compris)

Trajet :

En autocar par la compagnie « Transhotel » conducteur : Franck DI PIETRO.

DEROULEMENT DU SEJOUR – Programme des randonnées

✓ Jour 1 : mercredi 19 mars 2025

Le départ est prévu sur le parking du centre commercial Carrefour (Rn113). .
Suivant les possibilités, le bus devrait se stationner dès 7h 30 près de la laverie en libre service
Stationner les voitures sur la voie d'accès longeant le labo d'analyse médicale. .

Prévoir votre pique-nique – Être en tenue de randonnée (chaussures, bâtons et eau).

Arrivée prévue aux environs de midi au parking Font de Mai à Aubagne où nous serons accueillis par nos 3 guides.

Pique-nique puis randonnée « **sur les traces de Marcel Pagnol et du Garlaban** » 3 niveaux (Contemplatif, Moyen, Sportif).

Après la randonnée, transfert en autobus à l'hôtel La Croix de Malte.

Installation dans les chambres

Pot de bienvenue

Repas du soir



✓ **Jour 2 : jeudi 20 mars 2025**

Après le petit-déjeuner, récupérer le pique-nique, transfert en autobus vers **les calanques de Port-Miou, Port Pin et En-Vau pour randonner à la journée**. Trois calanques étroites et profondes, parmi les plus belles tout en étant faciles d'accès – (3 niveaux : Contemplatif, Moyen, Sportif).

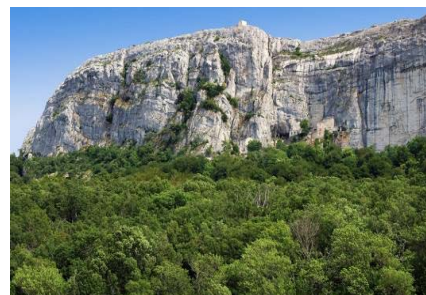
Retour à l'hôtel en fin d'après-midi.



✓ **Jour 3 : vendredi 21 mars 2025**

Après le petit-déjeuner, récupérer le pique-nique, transfert en autobus vers le plan d'Aups. Circuit en boucle pour découvrir **le magnifique massif de la Sainte Baume** sur les pas du Docteur Joseph Pourcel (1870-1971). Passionné de nature, pendant plus de 50 ans, il récolta et dessina la flore locale, précieuse mémoire de ce qui fut la richesse de ce milieu. Suivant l'itinéraire 3 à 6 heures de marche.

Retour à l'hôtel en fin d'après-midi.



✓ **Jour 4 : samedi 22 mars 2025**

Après le petit-déjeuner, récupérer le pique-nique, puis départ de l'hôtel à pied pour une **visite commentée de la Ciotat** et ensuite randonnée pour **le Cap Canaille** puis découverte des **Calanques de la Ciotat**. (Environ 2h30 à 3h de marche pour un dénivelé positif de 300 m) Pique-nique dans une calanque.

Le séjour ne serait pas complet sans une **balade en bateau** dans les méandres des criques dessinées par les Calanques, véritables joyaux de la nature.

En fin d'après-midi, retour à l'hôtel pour récupérer les bagages et départ vers le Crès en autobus.



ATTENTION !

Les guides se réservent le droit de varier ou changer le programme pour s'adapter à la météo et à la fatigue des participants.

Pensez à prendre votre licence FFRANDO, votre carte vitale, vos médicaments, vos ordonnances, et une pharmacie personnelle.