



SPORTS LOISIRS & CULTURE MARTIGUES

SECTION **RANDONNÉE PLEIN AIR**

Avenue Calmette et Guérin

13500 MARTIGUES

☎ 06 89 75 94 13 ou 06 73 43 40 31

Email : slcrandonnee@hotmail.fr

<http://slcrandonnee.wifeo.com>

RANDONNÉE DU 18 FEVRIER 2018

LA MURAILLE DE CHINE (13)

Départ : 7 h30 de la Halle de Martigues.

Durée : 5 heures 30

Dénivelé cumulé positif : 980 mètres

Longueur : 15 km

Cotation : P2 - T1 Carte IGN 1/250000^{ème} 3145 ET

Il n'est pas nécessaire de voyager à des milliers de kilomètres ni de prendre un billet d'avion pour visiter la Muraille de Chine alors que vous vous trouvez à Marseille. Vous n'avez jamais vu la Muraille de Chine à Marseille, nous allons vite y remédier ! Dans le quartier de Vaufrèges se trouve la muraille de Chine. Ce site classé des calanques est protégé c'est une réserve de faune et de flore qui devrait être inclus dans le parc national des calanques. Nous allons vous faire découvrir 2 monts de la région : Le Mont Carpiane et le Mont St Cyr qui vous offrira un panorama sur les massifs de Marseille et sur la rade, vous pourrez observer au loin l'archipel du Frioul, Notre Dame de la Garde, le Vélodrome et la Sainte Victoire.

Le départ de notre randonnée se fera du col de la Gineste en direction du Mont Carpiane où nous monterons toute la matinée pour atteindre le sommet à 646m qui nous offrira un panorama exceptionnel. Nous redescendrons ensuite jusqu'à un croisement pour parcourir le site naturel et protégé de la Muraille de Chine sur plusieurs centaines de mètres nous marcherons sur la crête. En revenant sur nos pas à un croisement nous prendrons la direction du Mont Saint Cyr en passant par le col Sabatier. Attention de ne pas glisser. Nous monterons au Mont Saint Cyr pour atteindre les 610m d'altitude avec un panorama des plus attrayants, une vue 360° vous attend sur la rade de Marseille, l'archipel des massifs Marseillais vous ne regretterez pas la petite rando !

Nous redescendrons le Mont Saint Cyr par un sentier qui nous mènera à la source des eaux vives, puis nous remonterons sur le Mont Carpiane pour revenir sur le col de la Gineste où nous attendra notre bus.

Une randonnée sportive avec un dénivelé positif cumulé d'environ 980 m et qui ne sera possible qu'avec une météo favorable, en cas de vent fort ou pluie elle ne pourra être réalisée.

Recommandations :

- * Une trousse de secours individuel et une pharmacie personnelle.
- * Chaussures de marche tiges hautes Recommandée.
- * Bâtons de marche Utiles.
- * 1,5 litre d'eau minimum par personne.
- * Divers : appareil photo, jumelles...
- * Suivre l'animateur de tête
- * Respecter les consignes et faire preuve de prudence.

Animateurs : Georges, Boune, Dany tél : 06 87 16 93 72