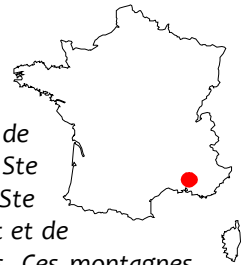


C104-ST Montagnes sacrées de Provence

**Interdiction de randonner dans ces montagnes
De mi-juin à mi-septembre à cause des forts risques d'incendies.**



Vous allez découvrir deux des massifs montagneux de Provence: la montagne Ste Victoire et le massif de la Ste Baume, lieux de recueillement et de prières depuis des millénaires. Ces montagnes calcaires orientées Est-Ouest sont toutes nées du plissement alpin. Elles présentent de fortes similitudes, même hauteur, versants asymétriques se terminant par des barres rocheuses d'un blanc vif qui contraste avec les terres ocres ou le bleu du ciel. Vous serez enchantés par ces paysages arides mais grandioses, ces villages provençaux regorgeant de soleil, étonnés par la forêt de la Ste Baume aux essences plus septentrionales que méditerranéennes ou par le Parc de St Pons, îlot de verdure et de fraîcheur. Vous apprécierez cette dernière étape au



bord de la mer et votre retour sur Cassis par ce balcon sublime sur la Méditerranée.

La randonnée

C10406-ST 6 jours

Jour 1 - Arrivée à AIX EN PROVENCE, ancienne capitale de la Provence. La ville incite à la flânerie avec ses nombreuses fontaines, ses places ombragées et ses hôtels particuliers. *Nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 2 étoiles du centre ville*

Jour 2 - LAC DU BIMONT - PUYLOUBIER (20 km - 700 mètres de dénivelé) -TRETS. *Transfert en taxi d'Aix au lac du Bimont dans le vallon de l'Infernet. Ascension de la Montagne Ste Victoire par le chemin Imoucha, le Pas du Moine et les crêtes de Costes Chaudes. Puis vous suivrez le sentier sur la crête par le Prieuré et le Croix de Provence, le Baou de Vespré et le Pic des Mouches (1125 mètres) avant de redescendre sur Puylobier, petit village aux rues étroites bordées de maisons tout en hauteur. Transfert en taxi de Puylobier à Trets - Nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 2 étoiles de Trets*

Jour 3 - TRETS - PLAN D'AUPS STE BAUME (22 km). Vous quitterez Trets qui a conservé ses remparts, de petites rues étroites et des passages voûtés autour de l'église Ste Marie. Vous franchirez la Montagne de Regagnas au niveau de l'Ermitage de St Jean du Puy. Puis vous descendrez sur Sainte Zacharie avant de rejoindre le Plan d'Aups par la forêt de la Ste Baume - *Dîner, nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 3 étoiles*



Jour 4 - PLAN D'AUPS STE BAUME - GEMENOS (22 km - 500 mètres de dénivelé). Du Plan d'Aups, vous irez jusqu'au niveau de l'Hostellerie de la Ste Baume (couvent de Dominicains) puis gravirez la Ste Baume, véritable muraille calcaire blanc à plus de 1 000 mètres d'altitude qui domine une majestueuse forêt de chênes et de hêtres. Vous ne manquerez pas la grotte de Ste Marie Madeleine et la chapelle St Pilon avant de longer la crête de la Ste Baume vers le Pic de Bertagne. Puis du Col de l'Aigle, vous descendrez, par le vallon de l'Aigle, vers le Parc de St Pons, havre de verdure, avant de rejoindre Gémenos - *Nuit et petit-déjeuner dans un hôtel tout confort en centre ville*



Jour 5 - GEMENOS - CASSIS (25 km). Vous quitterez Gémenos par le Mont Cruvelier et gagnerez le Col de l'Ange. Par la forêt de Font Blanche, vous rejoindrez le Montounier avant de descendre vers les Pas d'Ouillier et de la Belle Fille ! Puis vous grimpez sur la couronne de Charlemagne, éperon rocheux qui surplombe le vignoble de Cassis, contournez le Bau de la Saoupe, dernier sommet face à la mer, avant de descendre sur le port de Cassis et la plage de Bestouan où se trouve votre hôtel –
Nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 2 étoiles

Jour 6 - CASSIS. Fin de la randonnée après le petit déjeuner

C10407-ST 7 jours

Jour 1 - Arrivée à AIX EN PROVENCE - *Nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 2 étoiles du centre ville*

Jour 2 - Visite d'AIX EN PROVENCE -
Nuit et petit-déjeuner dans le même hôtel du centre ville

Jour 3 - LAC DU BIMONT - PUYLOUBIER (20 km - 700 mètres de dénivelé) –TRETS

....

Jour 7 - CASSIS. Fin de la randonnée après le petit-déjeuner

Meilleure période

Cette randonnée peut se faire de mi-mars à mi-novembre, à l'exception de la période estivale durant laquelle ces massifs sont interdits à tous les promeneurs.

Prestations

- ✓ C10606-ST 5 nuits en hôtels 2 étoiles avec petits-déjeuners et 1 dîner (menu du terroir ou équivalent)
- ✓ C10607-ST 6 nuits en hôtels 2 étoiles avec petits-déjeuners et 1 dîner (menu du terroir ou équivalent)
- ✓ le transport des bagages entre les hôtels
- ✓ les transferts en taxi
- ✓ le carnet de route détaillé avec informations touristiques et cartes IGN détaillées
- ✓ numéro d'urgence où vous pouvez nous joindre à tout moment

Les repas du midi, les dîners, les boissons, les coûts de visites de sites ou de transports et autres dépenses personnelles ne sont pas inclus dans ce prix. L'assurance Annulation / Assistance est en sus.

Accès

Par le rail : Rejoindre la Gare TGV d'Aix en Provence puis navette pour le centre ville. Pour le retour, transfert en taxi, bus ou train de Cassis à la gare St Charles à Marseille.

Par la route : Aix en Provence est desservi par les autoroutes A8 et A51.

Où laisser sa voiture : Parking gardé et payant à Aix. Retour à Marseille en taxi bus ou train et train de Marseille à Aix pour récupérer votre véhicule.

Difficulté de la randonnée

Niveau 3 - Les étapes nécessitent 6 à 8 heures de marche par jour. Certaines étapes peuvent voisiner les 25 ou 30 kilomètres. Nous sommes en terrain très vallonné, accidenté ou montagneux. Le dénivelé total est de l'ordre de 500 à 700 mètres. Il faut avoir une bonne condition physique et s'être préparé auparavant