

FRANCE *Accompagné*

PROVENCE

Nouvel An à Cassis – Hôtel **

4 jours / 3 nuits / 3 jours de randonnée



Randonnée Nouvel An à la découverte du charmant port de Cassis et des spectaculaires calanques.

Ce petit port de pêche, niché entre les deux sites naturels exceptionnels du célèbre massif des Calanques et du majestueux Cap Canaille, vous offrira un concentré de Provence et de Méditerranée. Les randonnées quotidiennes vous emmèneront à la découverte d'une nature sauvage, préservée et pleine de charme. Vous découvrirez la calanque de Sugiton, le col de la Candelle, La Ciotat et les plus hautes falaises maritimes d'Europe, le Cap Canaille. Pour finir le dernier jour, une balade en boucle sur le plateau de la Fontasse à l'aplomb de la calanque d'En-Vau pour revenir par les calanques de Port Pin et de Port Miou...

Sans oublier le réveillon à Cassis !

PROGRAMME INDICATIF :

JOUR 1 : Accueil vers 18h à votre Hôtel à Cassis. Installation à l'hôtel pour 3 nuits. Votre accompagnateur vous retrouvera directement à l'hôtel pour la présentation du programme. Dîner dans un restaurant dans le village.

JOUR 2 : La Ciotat - Cassis

Transfert en bus pour La Ciotat son port traditionnel et ses massifs de roches colorés aux formes extravagantes. Flânerie dans le Parc du Mugel puis montée vers le sémaphore du Bec de l'Aigle (316m) et le sommet des falaises Soubeyrannes.

Etape spectaculaire de crêtes surplombant la mer que nous suivons jusqu'à Cassis : passage sur les plus hautes falaises maritimes d'Europe, le Cap Canaille (363m) avant de descendre à la ravissante Anse de l'Arène.

Vues grandioses et spectaculaires sur la baie de Cassis et le massif des Calanques..

▲ **5 h de marche, + 600m/-600m de dénivelée**

JOUR 3 : Les Calanques de Marseille

Court transfert en bus ou voitures personnelles jusqu'au point de départ de la randonnée.

Magnifique boucle au cœur du massif des Calanques dans une nature sauvage et préservée.

Magnifiques points de vue sur la baie de Marseille et l'archipel protégé du Riou. Étonnants points de vue des calanques de Sormiou, Morgiou et Sugiton.

Réveillon dans un restaurant de Cassis..

▲ **5 h de marche, +650m/650m de dénivelée**

JOUR 4 : Superbe boucle par les Calanques d'En Vau et Port Pin.

Départ à pied de Cassis et traversée du plateau de la Fontasse à l'aplomb de la calanque d'En-Vau.

Retour par le bord de mer et les magnifiques calanques de Port Pin et de Port-Miou, longues calanques bordées de falaises chargées d'histoire.

Fin du séjour le 1er janvier vers 16h à Cassis.

▲ **4 h de marche, +400m/-400m de dénivelée**

FICHE PRATIQUE :

NIVEAU : facile à moyen, de 5h à 6h de marche par jour sur parfois terrain caillouteux, et 400 à 600 m de dénivelée environ par jour

PORTAGE : uniquement les affaires de la journée

ENCADREMENT : accompagnateur en montagne diplômé

GROUPE : de 5 à 15 participants

HEBERGEMENT : hôtel ** en chambre de 2 (triple exceptionnellement)

RENDEZ-VOUS : Le jour 1 à 18h hôtel à Cassis (les coordonnées vous seront fournies sur la convocation)

DISPERSION : Le jour 4 vers 16h à Cassis

PRIX ET DATES :

Du 29/12/2019 au 01/01/2020 : 595€

Supplément Chambre individuelle : 180€

LE PRIX COMPREND :

- L'hébergement : 3 nuits en hôtel **
- Les 3 petits déjeuners, les 3 dîners, et les 3 pique-niques le midi
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne connaissant bien la région
- Les transferts tels que prévus au programme
- Les taxes de séjour
- Les frais d'organisation

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- l'assurance assistance et/ou annulation
- votre transport jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- les visites éventuelles
- les boissons et dépenses personnelles
- les frais de dossier éventuels- d'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "*Le prix comprend*"

Frais d'inscription :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais de dossier
- pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € par personne
- pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € par personne

MOYEN D'ACCES :



Accès voiture :

Cassis est situé sur la D 559 à environ 22 km à l'est de Marseille.

Les hôtels sont en principe situés sur le port (nom et coordonnées fournies à la convocation).

Parkings gardés et payants à Cassis :

- Parking de la Viguerie
- Parking Les Mimosas (prendre 1 ticket 1 jour et voir avec votre guide sur place pour les autres jours car on trouve parfois en fin de journée de la place sur le parking gratuit les Gorguettes en haut du village.

Peu de parking gratuit à Cassis :

Le parking des Gorguettes en haut du village ou le long de la route d'accès à Cassis.

Le mieux pour les parkings, c'est de voir directement avec votre guide sur place.

- Carte Michelin au 1/175 000ème N° 340 "Bouches-du-Rhône - Var"

- Carte IGN TOP 100 au 1/100 000ème N°67 "Marseille - Carpentras."



Accès train + bus :

Gare *SNCF* de Cassis via la gare *SNCF* de Marseille Saint-Charles (distance 32km - durée environ ¾h - Horaires à consulter auprès de la *SNCF*). TGV depuis de nombreuses villes et notamment de Paris.

L'hôtel se trouve à moins de 3km de la gare de Cassis. Des navettes existent entre la gare et le centre-ville, il vous restera alors 7mn à pied pour rejoindre l'hôtel.

Pas de bus gare/port le dimanche.



Accès avion :

Aéroport Marseille-Provence, situé à environ 25km au nord-ouest de Marseille. Navette bus toutes les 20mn de 6h30 à 20h50 pour la gare *SNCF* Marseille Saint-Charles. Durée du trajet environ 25mn.



EQUIPEMENT CONSEILLE :

- un sac à dos à armatures souples et muni d'une ceinture ventrale : 30 à 40 litres minimum (affaires de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie ...)
- un grand sac plastique pour protéger le contenu du sac à dos ; chaussettes coton et (ou) laine.
- Les chaussettes "type bouclette" vous éviteront souvent l'échauffement prématuré des pieds ; une paire de chaussures de marche souples déjà utilisées (type trekking avec tige montante et semelle crantée). Évitez de partir en baskets ; ce n'est pas très confortable pour la marche en tout terrain ;
- une tenue de rechange confortable et une paire de chaussures légères pour l'étape ; tee-shirt coton ; chemise ou polo en coton ; un pull chaud en laine ou polaire ; une veste de montagne ou une veste coupe-vent avec un capuchon (le Gore Tex et le Micropore sont les meilleurs tissus) ; une cape de pluie couvrant le sac ; un pantalon de marche ample en toile légère (coton ou coton polyester).
- Évitez les jeans qui sont relativement inconfortables pour la marche ; un short ou un bermuda ;
- un maillot de bain + une serviette de bain (pour les courageux) ;
- un chapeau ; un foulard (pour se protéger le cou) ;
- une paire de lunettes de soleil ;
- crème protectrice pour la peau et les lèvres ; nécessaire de toilette minimum (serviettes fournies) ; papier hygiénique ;
- petite pharmacie personnelle (une pharmacie collective est prévue pour le groupe) : antalgique : aspirine, Doliprane ; vitamine C ; élastoplaste, pansements adhésifs, double peau (Compeed) ; boules Quiès ; plus vos médicaments personnels... ;
- pour les pique-niques : un bol plastique (bol hermétique type Tupperware) ; des couverts ; un gobelet ; un couteau pliant (type opinel) ; une gourde et/ ou une thermos (deux litres minimum) ; une lampe de poche légère (de préférence frontale) ;
- Des sachets plastiques pour classer et ranger vos affaires ;
- Une pochette plastique étanche avec : la Carte Nationale d'Identité ou le Passeport (valide) ; le dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance) ou votre assurance personnelle ; argent : dépenses personnelles (boissons en cours de randonnée, visites éventuelles...)

Facultatif :

- un équipement photo ;
- une paire de jumelles ;
- une paire de sandalettes en plastique.

INFORMATIONS TOURISTIQUES :

✓ **Comité régional du tourisme Provence Alpes Côte d'Azur :**

Les Docks, 10 place de la Joliette, Atrium 10.5, BP 46214 - 13567 Marseille

Tél : 04 91 56 47 00 / www.crt-paca.fr

✓ **Comité départemental du tourisme des Bouches du Rhône :**

Le Montesquieu, 13 rue Roux de Brignoles - 13006 Marseille

Tél : 04 91 13 84 13 / www.visitprovence.com

✓ **Hôtel du Palais****, 26 rue de Breteuil – 13000 MARSEILLE

Tél : 04 91 37 78 86 / Fax : 04 91 37 91 19 (Métro "Estrangin - Préfecture", ligne 1)

✓ **Office de tourisme de Marseille :**

La Canebière - 13001 Marseille

Tél : 04 91 13 89 00 / www.marseille-tourisme.com

BIBLIOGRAPHIE :

-Le Guide du Routard : "Provence - Côte d'Azur" - Ed Hachette.

-"Bouche du Rhône" - Ed Gallimard.

-Le Guide Vert : "Provence" - Ed Michelin.

-Le Guide Bleu : "Provence" - Ed Hachette ;

-Le Guide Région : "Provence" - Ed Le Petit Futé.

METEO-FRANCE

Prévisions départementales au 3250 (0,34 € F/mn) puis taper le numéro du département choisi ou

www.meteo.fr

NOTES PERSONNELLES



En cas de problème de dernière minute, appelez :

en priorité au 04 90 09 06 06

Si vous n'avez pas réussi à nous joindre à ce numéro, vous pouvez ensuite nous contacter
au 07 77 08 14 68