



APHRAP

Spécial 115: La calanque de Sormiou

Mai 2015

Association des Anciens de Procida, Hoechst, Roussel, AgrEvo, ProdeTech
diffusion limitée

Ce Spécial est envoyé par courrier ou courriel à toute personne intéressée ou concernée, et par extension à tous les internautes.

La calanque de Sormiou

Jeudi 21 mai 2015

Distances : 1 km ou 10 km ou 11 km

Dénivelés : 0 m ou 200 m ou 250 m

Difficultés : ** ou ***

Rendez-vous : - Pour la première option (1 km) : **11h30** sur le parking de la calanque de Sormiou, route encore ouverte à cette date. (GPS N 43° 12' 40" / E 5° 25' 10")

- Pour la deuxième ou troisième option (10 et 11 km) : **9h15** parking de l'Ecole de Commerce de Luminy. Pour vous y rendre : dès que vous êtes engagé sur la route de Luminy, aller jusqu'au premier rond-point, prendre la première sortie et suivre les indications «marins-pompiers» jusqu'au bout de la route, nous stationnerons au fond du parking de l'Ecole de Commerce, situé à droite de la route. (GPS N 43° 13' 54" / E 5° 25' 55")



Pour clore la période des balades d'avant l'été, nous vous proposons un coin idyllique et accessible à tous avec différentes options.

Nous ne ferons pas le SMS (Sugiton, Morgiou, Sormiou) mais seulement le S de Sormiou, c'est déjà bien ; c'est la calanque la plus large avec une plage de sable, une eau turquoise et des points de vue de "cartes postales" à couper le souffle.

Pour ce qui est du parcours, le sentier qui débute au fond du parking de l'Ecole de Commerce monte légèrement pour s'élargir en une large piste confortable. Puis nous descendrons un petit sentier ombragé pour arriver au parking des Baumettes, nous traverserons le parc des Baumettes et après une faible montée nous voilà sur le sentier empierré qui descend vers la calanque avec quelques difficultés à traverser.

Après environ deux heures de marche, nous apercevrons la calanque et très vite nous gagnerons le parking où nous attendrons ceux qui auront choisi l'option 1.

Tout le monde prendra la voie bordée de cabanons (devenus des maisons au fil du temps) qui surplombe deux petites plages de galets pour rejoindre un petit coin à l'ombre avec vue sur la mer, ses bateaux et ses plongeurs....Il faut imaginer qu'à l'extrémité gauche de la calanque de Sormiou se trouve la grotte préhistorique Cosquer : c'est dire si ce lieu a été habité depuis fort longtemps !

Mais n'oublions pas le moment préféré de tous, le pique-nique ; pour une fois il est fortement conseillé de porter beaucoup d'eau car au retour « ça monte !! ».....et il risque de faire très chaud.

Il est vrai que la pause du repas ne sera pas de trop pour ceux qui auront choisi les options 2 ou 3 !

Après ce moment de partage, nous nous séparerons en trois groupes :

Option 1 : Vous pourrez peut-être prendre un bain ou faire une sieste avant de reprendre vos voitures.

Option 2 : Nous ferons le parcours du matin mais en montant pour varier les plaisirs !

Option 3 : Pour ceux qui aiment les chemins de chèvres ce sera l'ascension de la crête avec des passages acrobatiques et une forte déclivité.

Rassemblement des deux groupes de marcheurs vers 16h pour repartir sur la large piste que nous avons emprunté le matin.

Recommandations : - Le massif des calanques est à prendre au sérieux : il faut de bonnes chaussures, de la crème solaire, un chapeau et surtout beaucoup d'eau, au moins 2 litres/personne.

- Les personnes qui choisissent l'option 1 sont priées de nous en informer.

Pour participer à cette journée, nous vous remercions par avance de vous inscrire auprès de l'Association, soit sur le site "[Les Aphrapnautes](http://www.aphrapnautes.fr)", soit auprès de :

Nadia ARPAJA : nadia.arpaja@orange.fr (04.42.04.84.11)

Jean-François HUGONNET : hugonnetjf@voila.fr (04.42.04.68.86)

Gérard RIOU : riougerard@orange.fr (06.14.84.46.44)

Siège : Les Airelles, 3 rue Courencq - 13011 Marseille
Tél. : 06.22.21.43.21 - E-mail : association.aphrap@laposte.net

Notre site internet : <http://www.aphrapnautes.fr/wordpress/>

Responsable de la publication : Gérard RIOU