



APHRAP

# Spécial 47: Activités Loisirs

avril 2011

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

diffusion limitée

## La Gardiole

**Jeudi 7 avril 2011**

### Balade au sein du "site protégé des calanques"

Distance : 11,1 km  
Difficulté : \* \*  
Dénivelé : 300 m  
Rendez-vous : 9 h, parking de La Gardiole

Pour vous y rendre :

- en venant de Marseille, prendre la route de la Gineste (D 559), sur le plateau repérer le panneau indiquant "Carpiagne", juste après sur votre droite vous verrez une citerne verte (432).
- en venant de Cassis, prendre la route de la Gineste (D 559) passer l'entrée du camp de Carpiagne à droite et tout de suite à gauche une citerne verte (432).
- pour tout le monde, emprunter le chemin à partir de la citerne, continuer pendant 3,3 km et vous arrivez au parking de la Gardiole.



Quand on parle des calanques on pense immédiatement au bord de mer, mais c'est une autre facette que vous découvrirez au cours de cette journée.

Tout d'abord, descente à travers des plantations récentes de pins, cyprès... pour rejoindre un vallon très arboré. Pendant 1h 30 ce sera une mise en condition pour aborder la grimpe.

Après le puits Cancel, c'est un sentier empierré qui nous attend, ça monte mais pas de difficultés particulières.

Il faudra 2h 30 pour arriver au sommet du massif de la Gardiole.



Sur les hauteurs, arrêt pique-nique avec vue imprenable sur la baie de Cassis.

Ce décor sera présent tout au long du chemin de retour, environ 1h 30. Nous emprunterons le large chemin sur les crêtes et terminerons par la descente pour rejoindre le point de départ.

**Prévoir des chaussures adaptées, de l'eau et un bon pique-nique !**

Pour faciliter l'organisation de cette journée, nous vous remercions par avance de vous inscrire auprès de l'Association, soit par Gestasso, soit auprès de :

Nadia ARPAJA : [nadia.arpaja@wanadoo.fr](mailto:nadia.arpaja@wanadoo.fr) (04.42.04.84.11) ;

Gérard RIOU : [riougerard@orange.fr](mailto:riougerard@orange.fr) (04.42.72.40.41) ;

Gilbert ROLS : [gilrols@aol.com](mailto:gilrols@aol.com) (04.91.93.35.20)

Prévenez-nous à l'avance pour faciliter l'organisation d'un covoiturage.

#### Les prochains rendez-vous :

Jeudi 12 mai : Balade à Gordes et visite de l'abbaye de Sénanque.

Samedi 28 mai : Journée boules de Beaucaire.

Siège : Les Airelles, 3 rue Courencq - 13011 Marseille

Tél. : 06.22.21.43.21 - E-mail : [association.aphrap@laposte.net](mailto:association.aphrap@laposte.net)

Notre site internet : [http://www.gestasso.com/frontoffice/action\\_manager.php?assoId=83](http://www.gestasso.com/frontoffice/action_manager.php?assoId=83)

Responsable de la publication : Gérard RIOU