



© P. Aguilar

SEMAINE 13

CHOISISSEZ VOTRE RANDONNÉE

22 - 29 MARS 2015



SEMAINE 13 DE LA RANDONNÉE

DU 22 AU 28 MARS 2015

&

FÊTE DE LA RANDONNÉE

DIMANCHE 29 MARS 2015

Cette année, le Comité Départemental de Randonnée Pédestre et Bouches-du-Rhône Tourisme mettent la randonnée à l'honneur sur leur territoire !

DU DIMANCHE 22 MARS AU DIMANCHE 29 MARS, toutes les associations de randonnée des Bouches-du-Rhône proposeront **des balades gratuites et ouvertes à tous** permettant à la fois la découverte du patrimoine culturel et naturel du département tout en valorisant le territoire et la diversité paysagère.

C'est ainsi que 4 randonnées ont été créées et pensées pour les personnes en situation de handicap ainsi que 13 randonnées labellisées «**13 en partage**».

La **SEMAINE 13**, c'est aussi la volonté de «faire vivre» le magnifique projet initié lors de l'année de la culture 2013 : **le GR2013®**. Les participants pourront profiter des randonnées proposées toute la semaine sur les 365 km de sentier ainsi que de 3 jours de randonnées consécutifs «spécial GR2013®» partant de Port-de-Bouc pour arriver à Salon-de-Provence.

- Plus de **90 randonnées** tous niveaux sur l'ensemble du territoire
- **3 jours** de randonnées consécutifs sur le **GR2013®**
- **4 randonnées** adaptées au handicap
- **13 randonnées** labellisées «**13 en partage**»

Mais au fait, pourquoi Semaine 13 ?



Semaine 13, comme le numéro du département, mais aussi car cette manifestation aura toujours lieu la 13^{ème} semaine de l'année !

SOMMAIRE

INFORMATIONS PRATIQUES ET MODE D'EMPLOI	P. 4
CARTE DU DÉPARTEMENT	P. 5
CATALOGUE DES RANDONNÉES DE LA SEMAINE 13	P. 6
DIMANCHE 22 MARS	P. 7
LUNDI 23 MARS	P. 8
MARDI 24 MARS	P. 11
MERCREDI 25 MARS	P. 16
JEUDI 26 MARS	P. 21
 VENDREDI 27 MARS	P. 26
SAMEDI 28 MARS	P. 29
FÊTE DE LA RANDONNÉE DU 29 MARS	P. 34
LES PARTENAIRES ET CONTACTS	P. 35

INFORMATIONS PRATIQUES

& MODE D'EMPLOI

Dans les pages suivantes **sélectionnez** votre ou vos randonnée(s).

Inscrivez-vous
en cliquant sur le bouton

Inscrivez-
vous

vous serez ainsi connectés sur
la plateforme d'inscriptions en ligne.

Allez-y en train
en cliquant sur le bouton



et consultez les horaires
de votre destination.

LÉGENDE DES PICTOGRAMMES

Distance		21,7 km
Dénivelé		880 m
Durée		6h45
Nombre de personnes		20
		Prévoir pique-nique (sorti du sac)

Télécharger le topoguide



En cliquant sur ce picto
vous obtenez le tracé
de l'itinéraire

Vous pouvez aussi vous
rendre à l'**office de tourisme**
proche de chez vous parmi
les villes partenaires.

LES OFFICES DE TOURISME PARTENAIRES

Aix-en-Provence	04.42.16.11.61
Barbentane	04.90.90.85.86
Cassis	0.892.39.01.03
Châteaurenard	04.90.24.25.50
Eguilles	04.42.92.49.15
Eyragues	04.90.92.84.47
Fontvieille	04.90.54.67.49
Fuveau	04.42.50.49.77
Gardanne	04.42.51.02.73
Gemenos	04.42.32.18.44
Istres	04.42.81.76.00
La Ciotat	04.42.08.61.32
Lambesc	04.42.17.00.62
Mallemort	04.90.57.41.62
Marignane	04.42.31.12.97
Martigues	04.42.42.31.10
Massif-des-Costes/Pelissanne	04.90.55.15.55
Miramas	04.90.58.08.24
Orgon	04.90.73.09.54
Pays d'Aubagne et de l'Etoile	04.42.03.49.98
Port de Bouc	04.42.06.27.28
Port St Louis du Rhône	04.42.86.01.21
Rognes	04.42.47.71.96
Saint-Rémy-de-Provence	04.90.92.05.22
Saint-Cannat	04.42.57.34.65
Saint-Chamas	04.90.50.90.54
Senas	04.90.59.20.25
Saint-Martin-de-Crau	04.90.47.98.40
Tarascon	04.90.91.03.52

IMPORTANT – LES RECOMMANDATIONS !

- **Le port de chaussures de randonnée** (semelle à crampons) est obligatoire ; les personnes mal chaussées ne pourront pas être admises.
- Pensez à prendre **de l'eau** en quantité suffisante, **un pique-nique** pour les sorties à la journée, vos médicaments, votre **trousse de secours**.
- Et surtout, **pensez au covoiturage** pour vous rendre sur les lieux de départ des randonnées !
- Malheureusement, **nos amis les animaux ne sont pas admis**.



SEMAINE 13 DE LA RANDONNÉE

DU 22 AU 28 MARS 2015

LE CATALOGUE DES RANDONNÉES



D

L

M

M

J

V

S

22

23

24

25

26

27

28

Dimanche 22 mars 2015

SAINTE-VICTOIRE ET PLAISIR DE RANDONNER AVEC DES JOËLÈTTES



Bonne montée sur la colline du Devançon, histoire de se réchauffer. Une petite halte au sommet permettra un large coup d'œil au nord vers l'oppidum d'Untinos et la crête de la Sainte-Victoire en toile de fond, et au sud vers la plaine de Trets et la chaîne de l'Etoile. Descente vers la brèche du Troncas, cheminement le long de la barre du Cengle. Pique-nique à proximité du pas de Maqnan, puis le parking.

Pour toute personne à mobilité réduite, inscription nécessaire au : 04 91 45 41 01.



**Randonnée
adaptée au handicap
Moyen**

Inscrivez-
vous

DEPART : 9h30

**Parking de la Maison
de Sainte-Victoire**

**SAINT-ANTONIN-
SUR-BAYON**

Organisateur :
HANDICAP EVASION

Lundi 23 mars 2015

LA GROTTE AUX FÉES

↔ 15 km
 ⚓ 670 m
 ⌚ 5h45
 👤 40

L'Etoile est un petit massif montagneux situé sur la même lignée que le massif du Garlaban. En forme d'arc de cercle, il constitue une véritable barrière naturelle de la région Nord de Marseille. Le massif est très contrasté avec, au Sud, climat méditerranéen: pins d'Alep et garigue et au Nord un micro-climat plus frais et plus humide.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h00
Parking à gauche du panneau «La Fève»
ALLAUCH

Organisateur :
EVASION RANDONNEE

LE MAZET DU GARDE

↔ 15 km
 ⚓ 150 m
 ⌚ 4h30
 👤 25

La Montagnette est un lieu de promenade agréable et authentique, au milieu des collines. Le massif est de faible altitude (150 m environ) mais au relief assez abrupt, notamment sur ses flancs Est et Ouest. Le décor est plutôt aride, aux bonnes odeurs de thym et romarins. Les randonneurs peuvent apercevoir la magicienne dentelée, la plus grosse sauterelle d'Europe.

Public adulte

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 10h00
Office du tourisme
BARBENTANE

Organisateur : LES
ATELIERS DE BELLINTO

LES HAUTS DE CARRY

↔ 16 km
 ⚓ 440 m
 ⌚ 5h30
 👤 25

Aux abords des calanques côtières et des falaises calcaires, les paysages du Massif de la Côte Bleue sont magnifiques et très fréquentés en été. Etroit et allongé, découpé par quelques vallons et vallées, ce massif est très homogène. Entre terre et mer, le climat est typique de la Provence littorale.

Chaussures hautes obligatoires

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h00
Parking du port du Rouet

CARRY LE ROUET



Organisateur : RANDO
PASSION COTE BLEUE

PIC DE BERTAGNE PAR LE COL DE L'ANGE

↔ 21,7 km
 ⚓ 880 m
 ⌚ 6h45
 👤 20

Une bonne montée aux pieds du Mont Cruvelier et du Sommet du Brigou. Arrivée au Pic de Bertagne, puis sur la crête de la Sainte-Baume avec un magnifique panorama. Pour le retour, traversée de la forêt domaniale de Cuges les Pins...

Pour rejoindre le col de l'Ange : Navette gratuite «les bus de l'Agglo»
Chaussures hautes et bâtons recommandés

Inscrivez-vous

Randonnée
Difficile

DEPART : 9h30
Parking du Col de l'Ange

CUGES-LES-PINS

Organisateur :
CENTRE HUGUES LONG

Lundi 23 mars 2015

D'ISTRES À SULAUZE PAR LE GR2013®

17 km
 430 m
 6h30
 50

Depuis Istres, nous suivons le tracé du GR2013® en passant par la colline Saint-Etienne, sa chapelle et son magnifique panorama à 360°. Nous continuons au bord des rives de l'Étang de Berre avant d'atteindre le domaine de Sulauze (vignes et élevage de taureaux). Le retour vers Istres alterne bois et garrigue.

Inscrivez-vous

Randonnée
Difficile

DEPART : 9h00

Esplanade
Charles De Gaulle

ISTRES



Organisateur :
MARCHÉ ET REVE ISTRES

CIRCUIT COLLET DE LA GARDE - MAS DE GUÉRIN

12 km
 150 m
 4h00
 25

A partir du parking Haut de Cabasse, à travers la garrigue et des sous-bois vers Collet de la Garde (vigie) avec un panorama 360° - Mas de Guérin - Forêt des Stroumpfs.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 13h30

Parking Haut de
Cabasse

MIRAMAS



Organisateur :
LE GRAPE

Télécharger le topoguide



Chaussures hautes obligatoires

FONTAINE DE DOUDONNE

15 km
 250 m
 5h00
 20

Typique de la Provence intérieure, ce paysage fait la part belle à la culture, favorisée par un réseau de canaux d'irrigation. Dans les plaines, sur les collines, semées de belles bastides campagnardes, s'alternent champs de blé, parcelles maraîchères, vergers, oliveraies et vignes, tel un catalogue des plus emblématiques productions de la région.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h30

Parking du Stade
(Av. Victor Hugo - D18)

SAINT-CANNAT

Organisateur :
EVASION RANDONNEE

Télécharger le topoguide



COL DES PORTES - LAMBRUISSE PAR LA CITADELLE

10 km
 200 m
 4h30
 30

La combinaison des domaines du Taulisson, de Lambruisse et de la Sinne-Puits d'Auzon, qui enjambent la montagne des Ubacs sur le repli nord de Sainte-Victoire, offre une mosaïque de paysages et de lieux mémoriels : forêt de chênes, garrigues, champs, bâtisses de caractère.

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 10h00

Parking près du
Col des Portes

VAUVENARGUES

Organisateur :
EXCURSIONNISTES
PROVENCAUX

Rythme tranquille

D	L	M	M	J	V	S
22	23	24	25	26	27	28

Lundi 23 mars 2015

DE LA LUYNES AU MUR DE GUEIDAN

10 km
 200 m
 3h45
 25

Cette balade se déroule en partie le long des falaises qui surplombent le pavillon de chasse du roi René et le château de Valabre. Le sentier longe le surprenant mur de Gueidan construit en trois ans à partir de 1692. Ne manquez pas une visite à l'écomusée de la forêt. C'est l'occasion d'en savoir plus sur la flore et la faune qui peuplent garrigues et forêts de la région.

Inscrivez-vous

Randonnée
Labellisée
"13 en partage"

Facile

DEPART : 9h15
Stade Fontvenelle

GARDANNE



Organisateur :
GV RANDO GARDANNE

SUR LE GR2013® : PORT DE BOUC - LE RANQUET

17,4 km
 150 m
 5h30
 30

Depuis le sentier du littoral vous aurez une vue d'ensemble sur le complexe industriel du port de Fos. Plus loin sur le parcours vous pourrez admirer la chaîne des étangs (Engrenier, Lavalduc et Estomac) que vous pourrez voir de plus près.

Possibilité d'arriver à la gare de Port-de-Bouc TER 879716 à 8h06 de Marseille (retour à 16h53 ou 17h22)

Inscrivez-vous

Randonnée
Spécial GR2013®
Moyen

DEPART : 9h30
Office du tourisme
Port-de-Bouc

PORT-DE-BOUC



Organisateur : RSD MARTI-
GUES ASPPT MARSEILLE

Mardi 24 mars 2015

LE TOUR DE MAUCASTEYOU



Télécharger le topoguide



Au départ du domaine de Cabasse et de son château, ce parcours de 8 km vous plongera dans le poumon vert de Miramas. Forêt de chênes et de pins, canaux, rejoignent une partie du GR13.

Bâtons de marche nordique nécessaires.

Inscrivez-vous

Marche nordique
Facile

DEPART : 14h00

Parking (haut) de Cabasse

MIRAMAS



Organisateur :
LE GRAPE

CAP CANAILLE - FALAISES SOUBEYRANES



Télécharger le topoguide



Comme une invitation à l'envol, au voyage...le massif du cap Canaille ! La Méditerranée s'étend à perte de vue. Au gré des luminosités et de l'imagination, on peut y voir, qui la tête d'un rapace, qui d'un aigle assis dans l'eau, qui d'un capucin...Jalonnée de belvédères, la célèbre route des Crêtes, grimpe, tourne, flirte avec la mer, tourbillonne dans le vent.

Chaussures hautes obligatoires - bâtons conseillés

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h00

Pas de la Colle (D141a - Route des Crêtes)

CASSIS

Organisateur : RELAIS
MALAKOFF MEDERIC
GOLFE DE FOS

BALADE DANS LES COLLINES DE CORNILLON-CONFOUX



Télécharger le topoguide



Un village haut perché, des «bancaous» innombrables contre lesquels s'arc-boutent des bories et des «capitelles» et le château de Confoux !

Tout est facile d'accès !

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 10h00

Parking de la médiathèque

CORNILLON-CONFOUX

Organisateur : ISTRES RAN-
DO - LA PIERRE TROUVEE

CHAINE DE LA FARE ET EGUILLES



Télécharger le topoguide



Situé à une dizaine de kilomètres à l'ouest d'Aix-en-Provence, Eguilles se dévoile tel un village fortifié de Provence dans les collines. C'est le point de départ idéal pour une randonnée au coeur du patrimoine agricole. Entre pinèdes, oliveraies, vignobles, bories et anciennes voies de transhumance, l'itinéraire proposé vous fera découvrir les vestiges d'une vie agricole révolue.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 10h00

Parking Espace Georges Duby

EGUILLES

Organisateur :
JOIE ET SANTE

Mardi 24 mars 2015

SUR LE CHEMIN DE LA TRANSHUMANCE

12 km
 140 m
 4h00
 30

Télécharger le topoguide



Randonnée entre la Durance et les Alpilles sur d'anciens chemins de la transhumance.

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 13h45
Place de la Libération
EYRAGUES

Organisateur :
LA DRAILLE

LA RONDE DES ÉTANGS

17 km
 150 m
 6h30
 50

A partir des Arènes de Fos sur Mer, une invitation à la découverte des 5 étangs enserrés entre Fos sur Mer, Saint Mitre les Remparts et Istres. Belle approche de la flore et de la faune des Étangs. Pause culture et patrimoine sur le site archéologique de Saint Blaise.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h30
Arènes de Fos
FOS-SUR-MER

Organisateur :
MARCHE ET REVE ISTRES

PARC NATIONAL DES CALANQUES : LUMINY ET LA GRANDE BLEUE

14 km
 700 m
 5h00
 25

Randonnée et partage du repas avec les randonneurs et les bénévoles qui se chargent du balisage et de l'entretien des chemins. Le Parc national des Calanques est le seul parc national à la fois terrestre, marin et périurbain d'Europe, le seul parc national continental, insulaire et marin en milieu méditerranéen, le premier parc national mis en place en France métropolitaine depuis 1979.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h30
Parking du Col de la Gineste
MARSEILLE

Organisateur : EXCURSIONNISTES MARSEILLAIS

PARC NATIONAL DES CALANQUES : LUMINY

9 km
 300 m
 4h00
 30

Randonnée et partage du repas avec les randonneurs et les bénévoles qui se chargent du balisage et de l'entretien des chemins. Le Parc national des Calanques est le seul parc national à la fois terrestre, marin et périurbain d'Europe, le seul parc national continental, insulaire et marin en milieu méditerranéen, le premier parc national mis en place en France métropolitaine depuis 1979.

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 10h30
Stade de Luminy
MARSEILLE

Organisateur : EXCURSIONNISTES MARSEILLAIS

Mardi 24 mars 2015

PARC NATIONAL DES CALANQUES : LE PLATEAU D'EN VAU DE LA GARDIOLE



En Vau, la plus spectaculaire des Calanques avec son écrin de falaises blanches, abruptes et déchiquetées. C'est le lieu privilégié des amoureux de l'escalade, amateurs ou confirmés, qui trouvent ici la sensation unique de pouvoir grimper sur des parois entre ciel et mer.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 10h00
Parking du Col de la Gardiole

MARSEILLE

Organisateur :
PAS ET REPAS

PARC NATIONAL DES CALANQUES : TRAVERSÉE DES CALANQUES



Traversée des Calanques de Marseille à Cassis. Pour marcheurs entraînés : long et difficile, nécessite un pied sûr et de l'endurance. Randonnée et partage du repas avec les randonneurs et les bénévoles qui se chargent du balisage et de l'entretien des chemins. Retour par les transports en commun depuis Cassis.

Inscrivez-vous

Randonnée
Très difficile

DEPART : 8h30
Départ du GR à la Madrague de Montredon

MARSEILLE



Organisateur : EXCURSIONNISTES MARSEILLAIS

Deux groupes de 25 personnes. Avant toute réservation : contactez M. Jean Claude Pene (04 91 51 16 20).

SAINTE VICTOIRE - LE PRIEURÉ PAR LA FACE SUD



Les massifs du Concors et de la Sainte-Victoire abritent de vastes espaces parmi les plus sauvages de Provence. Le patrimoine naturel est exceptionnel avec plus de 200 espèces de faune et flore remarquables. Les nombreuses richesses historiques et archéologiques attirent les visiteurs.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h30
Route de Cézanne
Parking Plan d'en Choix

SAINT-ANTONIN-SUR-BAYON

Organisateur : ASSOCIATION DES EXCURSIONNISTES PROVENCAUX

LE BALCON DE CADÉRAOU



Découverte de l'Etang de Berre, en longeant ses plages ou en le surplombant, offrant ainsi une vue magnifique sur cet immense plan d'eau, les villes environnantes, ou encore la Chaîne de la Nerthe, la montagne Sainte-Victoire et, au nord le Mont Ventoux.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 10h00
Parking bord de l'étang Massane Plage

SAINT-MITRE-LES-REMPARTS

Organisateur : RANDONNEES ET SKI DE DECOUVERTE - MARTIGUES

Télécharger le topoguide



Mardi 24 mars 2015

LE PLATEAU DE VITROLLES

13 km
 287 m
 4h00
 40

Le circuit : Panorama sur le Rocher - Vallon de Rouard - Passage de Bondon - Centre équestre de la Walbacol - les Lapinos - la plaine du Maroc - le télégraphe.

Le plateau de Vitrolles fait partie du massif de l'Arbois. Il offre ainsi une belle visibilité sur les plaines qui l'entourent. Le massif est fortement soumis au mistral mais aussi au vent du Sud.

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 9h00
Parking du radar de Vitrolles
VITROLLES

Organisateur : MAISON POUR TOUS - VITROLLES

MASSIF DE LA MONTAGNETTE

7 km
 150 m
 2h45
 20

La Montagnette est un lieu de promenade agréable et authentique, au milieu des collines. Le massif est de faible altitude (150 m environ) mais au relief assez abrupt, notamment sur ses flancs Est et Ouest. Le décor est plutôt aride, aux bonnes odeurs de thym et romarins. La faune est remarquable.

Public adulte

Inscrivez-vous

Randonnée
Labellisée
«13 en partage»
Facile

DEPART : 13h45
Parking du Moulin de la Bretole

BARBENTANE

Organisateur : LES ATELIERS DE BELLINTO

EMBOUCHURE DU RHÔNE

8 km
 0 m
 2h00
 20

Une randonnée à la plage Napoléon, là où les eaux du fleuve se mêlent à celles de la Méditerranée.

Inscrivez-vous

Randonnée
Labellisée
«13 en partage»
Facile

DEPART : 14h30
Poste de secours de la plage Napoléon

PORT-SAINT-LOUIS DU-RHÔNE

Organisateur : CYCLO LOISIRS ST LOUISIEN

CIRCUIT DES COLLINES DE PÉCOULE ET DE LA CABRE

8 km
 80 m
 2h30
 30

Promenade familiale permettant de découvrir la petite colline de la Cabre et de Pécoule, la plaine agricole entre Sénas et Alleins avec des points de vue sur les Alpilles et le Lubéron.

Inscrivez-vous

Randonnée
Labellisée
«13 en partage»
Facile

DEPART : 13h30
Devant le bar du Marché, place du marché

SENAS



Organisateur : SPORT LOISIRS SENAS

Télécharger le topoguide



D	L	M	M	J	V	S
22	23	24	25	26	27	28

Mardi 24 mars 2015

SUR LE GR2013® : LE RANQUET - MIRAMAS

17 km

270 m

05h00

25

Cet itinéraire longe la mer de Berre par le sentier du littoral pour ensuite rejoindre Istres et découvrir l'étang de l'Olivier. Plages, criques, cafés, restaurants et petits ports défilent au fil du sentier. Après avoir longé l'étang de l'Olivier, poursuivez sur les anciens sentiers de la Transhumance.

Transfert par bus au choix le matin ou le soir : Gare SNCF de Miramas - Ranquet avec Ulysse ligne 25 (Coût 1 €)

Inscrivez-vous

**Randonnée
Spécial GR2013®**

Moyen

DEPART : 8h45

Arrêt bus «Le Ranquet»
Rond-point sur la D5
entre Istres et St Mitre
ISTRES - LE RANQUET

Organisateur : RAN-
DONNEES ET SKI DE DE-
COUVERTE - MARTIGUES

Mercredi 25 mars 2015

LE GARLABAN ET LE TAOUMÉ

20 km
 1000 m
 7h00
 5

Le circuit : Taoumé - Garlaban - Aroumi.

Le massif du Garlaban est un massif emblématique de la Provence profonde grâce aux films de Marcel Pagnol. Culminant à 731 mètres d'altitude, il surplombe la ville et la plaine d'Aubagne. Très contrasté, le Garlaban est exposé au vent au Sud. La garrigue et les Pins d'Alep sont alors très présents.

Avant toute réservation : contactez M. Jean Claude Pene (04 91 51 16 20)

Inscrivez-vous

Randonnée
Difficile

DEPART : 8h45
Parking du Poney Club
ALLAUCH

Organisateur : EXCURSIONNISTES MARSEILLAIS

TOUR DU GUET EN FAMILLE

7 km
 150 m
 3h00
 25

La Montagnette est un lieu de promenade agréable et authentique, au milieu des collines. Le massif est de faible altitude (150 m environ) mais au relief assez abrupt, notamment sur ses flancs Est et Ouest. Le décor est plutôt aride, aux bonnes odeurs de thym et romarins. La faune est remarquable.

Rencontre intergénérationnelle / Rando Famille / Enfants à partir de 5 ans (accompagnés)

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 13h30
Office du tourisme
BARBENTANE

Organisateur : LES ATELIERS DE BELLINTO

AUTOUR DE FUVEAU

10,5 km
 234 m
 3h00
 30

Le vieux village de Fuveau est fièrement dressé sur un piton rocheux qui fait face à la Sainte Victoire. Les vieux quartiers sont agglutinés autour de l'église Saint Michel, dont la majestueuse façade est fortement inspirée du style baroque italien. Perdez-vous dans ce labyrinthe de ruelles sinueuses et ombragées typiques de la Provence.

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 14h00
Parking Avenue Guérin
Marchi
FUVEAU

Organisateur : ASSOCIATION DES RANDONNEURS PEDESTRES DE FUVEAU

ISTRES - ENTRE VILLE ET NATURE

12,5 km
 245 m
 5h00
 50

Un circuit qui mélange patrimoine urbain et nature. Au départ de l'étang de l'Olivier, découverte de l'étang de Berre sous différents angles du vues. Retour vers la ville en parcourant le centre historique pour retrouver l'ambiance typique des villages provençaux.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 10h00
Esplanade Charles
de Gaulle / Etang de
l'Olivier

ISTRES



Organisateur : MARCHÉ ET REVE ISTRES

Télécharger le topoguide



Mercredi 25 mars 2015

NIOLON - MÉJAN -NIOLON

13,5 km
 680 m
 6h00
 25

Randonnée de bon niveau s'adressant à des randonneurs aguerris. Passages en colline et bord de mer.
Beaux points de vue à 360°

Chaussures hautes obligatoires - bâtons conseillés

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h00

Parking de la gare de Niolon

LE ROVE



Organisateur : RANDO
PASSION COTE BLEUE

PARC NATIONAL DES CALANQUES : LA CHEMINÉE GRILLEMALIN

12 km
 400 m
 5h00
 10

Circuit : Col de Sugiton - Chemin de Centaure.
Le Parc national des Calanques est le seul parc national à la fois terrestre, marin et périurbain d'Europe, le seul parc national continental, insulaire et marin en milieu méditerranéen, le premier parc national mis en place en France métropolitaine depuis 1979.

Avant toute réservation : contactez M. Jean Claude Pene (04 91 51 16 20)

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h00

Luminy - Terminus du bus RTM n°21

MARSEILLE



Organisateur : EXCURSIONNISTES MARSEILLAIS

MASSIF DE L'ETOILE - PILON DU ROY

15 km
 700 m
 5h00
 5

Outre les points de vue sur la plaine de Gardanne, le massif de Sainte-Victoire et la baie de Marseille, la découverte du flanc nord de l'Etoile a d'autres attraits qu'il faut goûter pour leur rareté. L'ubac du massif s'opposant à un adret aride et recouvert de garrigue, est en effet un exceptionnel havre de fraîcheur en Provence.

Avant toute réservation : contactez M. Jean Claude Pene (04 91 51 16 20)

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h00

Place de la Mairie

MIMET

Organisateur : EXCURSIONNISTES MARSEILLAIS

BOUCLE NORD - MAS DE COMBE

13 km
 160 m
 4h15
 25

Entre ville et nature, ce circuit de 13 km expose une diversité d'attrait de Miramas : théâtre La Colonne, lac Saint-Suspi, une partie du GR13, les hauteurs boisées du golf, la Touloubre, canaux, forêt de pins...

Chaussures hautes obligatoires

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 13h30

Parking du théâtre la Colonne

MIRAMAS



Organisateur : LE GRAPE

Mercredi 25 mars 2015

MOURIÈS- AUREILLE AU CŒUR D'UNE OLIVERAIE

19 km
 325 m
 5h30
 40

Télécharger le topoguide



Longeant le versant sud des Alpilles entre les villages de Mouriès et d'Aureille, cette balade sans difficulté particulière traverse d'Ouest en Est un terroir façonné par l'homme autour des cultures de l'olivier, de la vigne et des arbres à fruits.

Possibilité de se retrouver à 8h15 devant l'Office de Tourisme de Fontvieille.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 09h00
Parking de l'Europe
MOURIÈS

Organisateur :
CLUB D'ACTIVITES PHYSIQUES FONTVIEILLOIS

BALADE AU BOIS FRANÇOIS AU BORD DU RHÔNE

5 km
 0 m
 1h45
 20

Agréable site pour la marche en famille au bord du Rhône. La formation du delta du Rhône, au fil des siècles, a façonné l'aspect de son embouchure. Les fortes crues de 1711 ont créé le lit actuel du fleuve. Le passage des bateaux maritimes et fluviaux du Rhône à la mer se fait par le canal Saint-Louis grâce à une écluse.

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 14h30
Tour St Louis Quai
Bonardel

PORT-SAINT-LOUIS-DU-RHÔNE

Organisateur : CYCLO LOISIRS ST LOUISIEN

DU GRAND CAUNET À LA CHAPELLE ST ANDRÉ

11,5 km
 350 m
 3h15
 50

Télécharger le topoguide



Roquefort-la-Bédoule est posé au pied de magnifiques collines provençales d'où le point de vue est imprenable à pratiquement 360°, embrassant la rade de Marseille, La Ciotat et Cassis côté mer, la Chaîne de l'Etoile, le massif du Garlaban et de la Sainte-Baume côté terre.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 14h00
Parking Le Grand
Caunet

PORT-SAINT-LOUIS-DU-RHÔNE

Organisateur : RANDO LOISIRS

ETANG DE RAMBAILLE ET VERSANT SUD DES ALPILLES

15 km
 220 m
 4h30

Etang de Rambaille, panoramas sur les Baux et les Monts Valence et Paon – grottes (anciennes carrières). Possibilité de croiser le chemin des chèvres et des moutons qui entretiennent cette forêt.

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 8h30
Parking du château
Face à l'office de
tourisme

TARASCON



Organisateur :
TARASCON RANDO

Le lieu de rendez-vous est un regroupement co-voiturage. 9 km à faire en covoiturage.

Mercredi 25 mars 2015

GRAND SITE SAINTE-VICTOIRE : LES PLAIDEURS - LES VENTURIERS

15 km
 600 m
 5h30
 15

Montée versant Nord par le chemin des Plaideurs - le plateau - chemin des Venturiers.

9h00 : Parking des 3 Bons Dieux pour covoiturage (route de Vauvenargues, sortie d'Aix)

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h30

Parking des Cabassols
VAUVENARGUES

Organisateur : ASSOCIATION DES EXCURSIONNISTES PROVENCAUX

LE PATRIMOINE RURAL

15,5 km
 540 m
 4h30
 20

Un tour d'horizon du patrimoine rural de Cuges-les-Pins, qui passe par l'aire de foulage, les oratoires, les jas de Sylvain et Frédéric, le four à cade et la chapelle Sant-Antoine.

Un sympathisant qui pratique la Langue des Signes peut permettre aux sourds de participer plus largement...

Chaussures hautes et bâtons recommandés. Covoiturage conseillé.

Inscrivez-vous



Randonnée
adaptée au handicap
Moyen

DEPART : 9h00

Parking chemin de La Ribassée près du jardin de la ville
CUGES-LES-PINS

Organisateur : CENTRE HUGUES LONG

LES BORDS DE LA LUYNES

7 km
 40 m
 2h30
 20

Promenade le long de la Luynes, Cascade et pavillon du Roi René.

Inscrivez-vous

Randonnée
Labellisée
«13 en partage»
Santé

DEPART : 9h45
Stade Fontvenelle

GARDANNE

Organisateur : GV RANDO GARDANNE

LES COLLINES DE JOUQUES

3,5 km
 115 m
 1h30
 20

Cette balade ne comporte pas de difficulté particulière. Elle vous fait découvrir tout le charme culturel et naturel de ce village provençal.

Inscrivez-vous

Randonnée
Labellisée
«13 en partage»
Facile

DEPART : 14h00
Office de tourisme
JOUQUES

Organisateur : ASSOCIATION DES EXCURSIONNISTES PROVENCAUX

Télécharger le topoguide



Mercredi 25 mars 2015

PROMENADE COMMENTÉE DE MAZARGUES AU MUCEM PAR LE GR2013®

11 km
 250 m
 4h30
 25

Obélisque de Mazargues - Notre-Dame-de-la-Garde - Mucem
Promenade vers les petites rues avec commentaires sur l'histoire des lieux.

Ne pas oublier tickets ou carte RTM pour être indépendant

Inscrivez-vous

Randonnée
Labellisée
«13 en partage»

Moyen

DEPART : 9h30

Obélisque de Mazargues
devant arrêt de bus du Jet
Bus ligne 921 vers Luminy

MARSEILLE



Organisateur :
GR ST TRONC

SUR LE GR2013® : MIRAMAS - SALON DE PROVENCE

15 km
 0 m
 04h00
 25

Au cœur du massif du Pont de Rhaud, vous longerez un bout du canal de Miramas ainsi que la Touloubre tout en sillonnant de beaux chemins empierrés. A la sortie du village de Grans il est conseillé de faire un détour par la splendide ferme de la Tour avec son allée de platanes pour ensuite se retrouver dans la campagne. Découverte de la ville de Salon-de-Provence.

Possibilité d'arriver à la gare de Salon ou Miramas matin ou soir - Navette Carreize fréquentes

Inscrivez-vous

Randonnée
Spécial GR2013®

Moyen

DEPART : 09h30

Gare SNCF

MIRAMAS



Organisateur :
LE GRAPE

Télécharger le topoguide



Jeudi 26 mars 2015

SUR LE GR2013® : D'AUBAGNE À LA PENNE SUR HUVEAUNE

12 km
 300 m
 3h00
 10

Par les sommets du télégraphe et de la Candolle. Niché dans le massif des Calanques, vous passerez devant le camp militaire de Carpiagne.

Bâtons de marche nordique : nécessaire

Inscrivez-vous

Marche nordique
Moyen

DEPART : 8h50

Gare d'Aubagne

AUBAGNE



Organisateur : EXCURSIONNISTES MARSEILLAIS

SAINT MITRE - LES COLLINES ET LES ÉTANGS

12 km
 100 m
 3h00
 20

Entre Martigues et Istres, se cachent les hauteurs de Saint-Mitre-les-Remparts. Depuis des temps immémoriaux, les hommes ont peuplé les rives de l'Etang de Berre. Cette petite ville témoigne bien de cette occupation historique : elle a conservé ses remparts du XVe siècle, percés de deux portes. Un labyrinthe de petites rues mène à l'église d'où l'on jouit d'une belle vue sur l'étang du Pourra.

Bâtons de marche nordique : nécessaire

Inscrivez-vous

Marche nordique
Facile

DEPART : 9h00

Parking du site de Sainte Blaise

SAINT-MITRE-LES-REMPARTS

Organisateur : ISTRES RANDO - LA PIERRE TROUVÉE

PNR DES ALPILLES : DE ST-RÉMY-DE-PROVENCE AUX BAUX-DE-PROVENCE

12 km
 390 m
 4h00
 40

Circuit : Vallons d'Estienne - Valmouriane - Piste de crête au dessus des Baux (GR6).

Les Alpilles sont un voyage dans le paysage d'une magnifique Provence. Chaîne calcaire aux crêtes déchaquetées, il s'agit du dernier massif avant la Méditerranée lorsque l'on descend la vallée du Rhône.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 13h45

Parking Lac des Peiroou

SAINT-RÉMY-DE-PROVENCE

Organisateur : LA DRAILLE

TOUR DE CARNOUX

15 km
 600 m
 05h00
 30

Superbe randonnée qui permet de découvrir la commune de Carnoux-en-Provence.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 10h00

Parking de la salle du Mont Fleuri

CARNOUX-EN-PROVENCE

Organisateur : SPORT NATURE CARNOUX

Jeudi 26 mars 2015

LE SENTIER DU LIMBERT

11,5 km
 529 m
 5h00
 30

Télécharger le topoguide



Circuit Gemenos - Mont Cruvelier - Brigou - Saint-Pons : Le parc de Saint-Pons (55 hectares) est une exception en basse Provence. Propriété du Conseil Général des Bouches du Rhône depuis 1972. Niché au pied de la Sainte Baume, le parc forestier est constitué d'une grande variété d'espèces d'arbres dont la plupart sont peu communes, voire extrêmement rares pour notre région.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART: 10h00

Parking Boulevard
Vessot

GEMENOS

Organisateur :
PAS ET REPAS

ISTRES - ENTRE VILLE ET NATURE

12,5 km
 245 m
 4h00
 25

Télécharger le topoguide



Découverte de l'Etang de Berre, en longeant le littoral depuis une succession de belvédères avec ses criques préservées.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h00

Office du tourisme -

ISTRES



Organisateur : ISTRES RAN-
DO - LA PIERRE TROUVEE

PARC NATIONAL DES CALANQUES : SÉMAPHORE DU BEC DE L'AIGLE

14 km
 450 m
 05h00
 25

Caché derrière les anciens chantiers navals de La Ciotat, le Bec de l'Aigle (appelé aussi rocher du cap de l'Aigle) plonge tel un bec de rapace dans le bleu de la Méditerranée. Cette falaise bistrée aux parois aussi arides qu'un désert est l'attraction favorite du parc du Mugel, 7 ha aménagés dans un petit massif rempli de curiosités botaniques comme les érythrines ou les bambous.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 09h30

Parking du Mugel

LA CIOTAT



Organisateur :
EVASION RANDONNEE

PARC NATIONAL DES CALANQUES : 4 KM SUR LE GR2013®

10 km
 300 m
 3h30
 25

Circuit La Candole et le Télégraphe.

Le Parc national des Calanques est le seul parc national à la fois terrestre, marin et périurbain d'Europe, le seul parc national continental, insulaire et marin en milieu méditerranéen, le premier parc national mis en place en France métropolitaine depuis 1979.

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 10h30

Cimetière des
Candolles

LA PENNE-SUR-
HUVEAUNE



Organisateur : ASSO-
CIATION PENNOISE DE
RANDONNEE

Jeudi 26 mars 2015

PARC NATIONAL DES CALANQUES : 8KM SUR LE GR2013®

16 km
 600 m
 5h30
 25

Circuit La Millière - les Escourtines - La Candole - le Télégraphe - le Camp de Lambert.

Le Parc national des Calanques est le seul parc national à la fois terrestre, marin et périurbain d'Europe, le seul parc national continental, insulaire et marin en milieu méditerranéen, le premier parc national mis en place en France métropolitaine depuis 1979.

Inscrivez-vous

Randonnée
Difficile

DEPART : 9h00

Cimetière des Candolles

LA PENNE-SUR-HUVEAUNE



Organisateur : ASSOCIATION PENNOISE DE RANDONNEE

LAMBESC ET LA CRÊTE DE LA CHAÎNE DES CÔTES

12 km
 200 m
 4h00
 40

Départ avec une visite de la ville de Lambesc, pique-nique le midi et continuation de la journée avec une randonnée «la crête de la Chaîne des Côtes»

Lieu de pique-nique prévu : Salle des Association, contigu à l'Office du Tourisme

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 10h00

Office de tourisme

LAMBESC

Organisateur : RANDO LOISIRS LAMBESC

GRAND SITE SAINTE-VICTOIRE : LES BARRAGES - ZOLA ET BIMONT

12 km
 350 m
 4h00
 40

A voir l'aridité de Sainte-Victoire, on peine à croire que ses replis cachent des barrages. C'est pourtant bien deux ouvrages qu'elle héberge, l'un rangé au rayon des "antiquités historiques", l'autre bien vivant ! Le premier barrage porte le nom : Zola. Le second, barrage Bimont, côté nord de la montagne Sainte-Victoire, retient jusqu'à 40 millions de m² d'eau, provenant pour l'essentiel du Verdon

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 9h30

Parking du Tholonet
LE THOLONET

Organisateur : ASSOCIATION DES EXCURSIONNISTES PROVENCAUX

GRAND SITE SAINTE-VICTOIRE : LES BARRAGES - ZOLA ET BIMONT

15 km
 450 m
 05h00
 40

A voir l'aridité de Sainte-Victoire, on peine à croire que ses replis cachent des barrages. C'est pourtant bien deux ouvrages qu'elle héberge, l'un rangé au rayon des "antiquités historiques", l'autre bien vivant ! Le premier barrage porte le nom : Zola. Le second, barrage Bimont, côté nord de la montagne Sainte-Victoire, retient jusqu'à 40 millions de m² d'eau, provenant pour l'essentiel du Verdon

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 9h30

Parking du Tholonet
LE THOLONET

Organisateur : NATURE ET PROVENCE

Jeudi 26 mars 2015

GRAND SITE SAINTE-VICTOIRE : LE PRIEURÉ ET LA CROIX DE PROVENCE



Prairie des Roques Hautes - Refuge Cézanne - Sentier Pas de l'Escalette - Prieuré - Croix de Provence
Retour par le sentier bleu Imoucha.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h30

Parking des Roques Hautes - de l'Aurigon

LE THOLONET

Organisateur : ASSOCIATION DES EXCURSIONNISTES PROVENCAUX

PARC NATIONAL DES CALANQUES : LE MONT ST CYR



Magnifique randonnée avec un panorama sur la ville de Marseille à partir du Parc des Bruyères. Le Parc national des Calanques est le seul parc national à la fois terrestre, marin et périurbain d'Europe, le seul parc national continental, insulaire et marin en milieu méditerranéen, le premier parc national mis en place en France métropolitaine depuis 1979.

Avant toute réservation : contactez M. Jean Claude Pene (04 91 51 16 20)

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h00

Parc des Bruyères - Terminus bus RTM 17

MARSEILLE



Organisateur : EXCURSIONNISTES MARSEILLAIS

DU MUSÉE URGONIA À LA PLAINE DE BONNAUD



Depuis le Musée Urgonia, situé au cœur du village, l'itinéraire vous conduit à Notre-Dame de Beauregard pour rejoindre la plaine de Bonnaud. Découvrez la magnifique vue sur la vallée de la Durance et le Luberon depuis la tour du télégraphe Chappe. Le Club Sport Loisirs Sénas s'associe à la commune d'Orgon pour organiser cette promenade découverte.

Chaussures hautes obligatoires

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 13h30

Musée Urgonia (Parking chemin des Aires)

ORGON



Organisateur : SPORT LOISIRS SENAS

LES VALLONS DE SIMIANE



Office de tourisme - Bédouffe - les Vallons - Domaine de Jean le Maître - l'Oasis.

La découverte du flanc nord de l'Etoile a d'autres attraits qu'il faut goûter pour leur rareté. L'ubac du massif s'opposant à un adret aride et recouvert de garrigue, est en effet un exceptionnel havre de fraîcheur en Provence.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h00

Office du tourisme (Ch. des Marronniers - Ch. des Aires)

SIMIANE-COLLONGUE



Organisateur : GV RANDO GARDANNE

Jeudi 26 mars 2015

CIRCUIT DANS LA MONTAGNETTE

14 km
 350 m
 4h30
 60

Découverte du vieux village de Boulbon et de l'abbaye de St-Michel-de-Frigolet. La Montagnette est un lieu de promenade agréable et authentique, au milieu des collines sillonnées d'amandiers, d'abricotiers et d'oliviers. Le massif est de faible altitude (150 m environ) mais au relief assez abrupt. Le décor est plutôt aride, aux bonnes odeurs de thym et romarins.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h00
Parking Ouest de l'Abbaye St-Michel-de-Frigolet

TARASCON

Organisateur : UN PAS
DEVANT L'AUTRE

BALADE AUTOUR DU VILLAGE

14 km
 300 m
 3h30
 40

Télécharger le topoguide



Vernègues - Chapelle St-Cezaire - Chapelle St-Symphorien - GR06 - Vernègues.
Le massif des Côtes est sans doute l'un des plus secrets du département. En son cœur, le village de Vernègues se prête d'autant mieux à la randonnée qu'il a gardé intacte l'architecture agricole d'antan et une vraie tranquillité.

Rythme tranquille - Guidage et explications des sites historiques

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 9h00
Place de la Mairie
VÈRNEGUES

Organisateur : CSA DE
LA BA 701 SALON DE
PROVENCE

DU CHÂTEAU DE MONTAUBAN À LA MEUNERIE ROMAINE

12 km
 150 m
 4h00
 30

Parcours des moulins et découverte de la meunerie romaine, une des plus importantes du monde romain du 2^e siècle.
Rythme tranquille - Guidage et explications des sites historiques.

Inscrivez-vous

Randonnée
Labellisée
«13 en partage»

Facile
DEPART : 9h00
Parking château de Montauban

FONTVIEILLE

Organisateur : LES RAN-
DONNEURS PAYS D'ARLES

PARC NATIONAL DES CALANQUES : 6,5KM SUR LE GR2013®

14 km
 350 m
 5h00
 30

Circuit : Les Escourtines - la Candole - le Télégraphe - le Camp de Lambert.
Le Parc national des Calanques est le seul parc national à la fois terrestre, marin et périurbain d'Europe, le seul parc national continental, insulaire et marin en milieu méditerranéen, le premier parc national mis en place en France métropolitaine depuis 1979.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h30
Cimetière des Candolles
LA PENNE SUR HUVEAUNE



Organisateur : ASSO-
CIATION PENNOISE DE
RANDONNEE

Vendredi 27 mars 2015

MARCHE NORDIQUE : PLAGE ET VOIE DOUCE

9 km
 44 m
 2h00
 15

Marche en bord de mer et voie douce piétonne.

Bâtons de marche nordique obligatoires.

Inscrivez-vous

Marche nordique Facile

DEPART : 9h00

Office tourisme

LA CIOTAT



Organisateur : AMITIE ET NATURE LA CIOTAT

LA CRÊTE DE LA STE-BAUME

20 km
 890 m
 6h00
 20

Une belle montée par le vallon de Sainte-Madeleine. Arrivée sur la crête de la Sainte-Baume avec un magnifique panorama. Pour le retour, descente dans la forêt domaniale de Cuges les Pins par le vallon de Beaumissard en passant par la citerne de Frédéric et les Escoussaous.

Chaussures hautes et bâtons recommandés

Inscrivez-vous

Randonnée Difficile

DEPART : 9h00

Parking chemin de La Ribassée près du jardin de la ville

CUGES-LES-PINS

Organisateur : CENTRE HUGUES LONG

LA CIOTAT, LE CAP CANAILLE... 394M AU DESSUS DE LA MER

15 km
 550 m
 5h15
 20

Pour randonneurs expérimentés. De la petite oasis du Mugel en passant le balcon de la chapelle de Notre-Dame au point culminant de la falaise maritime la plus haute d'Europe, cette randonnée offre un contraste de couleurs jouant du bleu profond de la mer, au bleu azur du ciel de Provence, de l'ocre rouge de ce relief tourmenté, au blanc immaculé des incursions calcaire.

Télécharger le topoguide



Inscrivez-vous

Randonnée Difficile

DEPART : 9h30

Office de tourisme

LA CIOTAT



Organisateur : AMITIE ET NATURE LA CIOTAT

SUR LE GR2013® : DE MAZARGUES À ST MARCEL

11 km
 200 m
 4h00
 30

L'Obélisque - Ste-Marguerite - St-Tronc - St-Loup - St-Marcel

Cet itinéraire offrira plusieurs vues sur les massifs de l'Etoile et de Saint Cyr, tout cela depuis la ville, le long de l'Huveaune.

Pour le retour : Bus N° 15 et métro

Inscrivez-vous

Randonnée Moyen

DEPART : 9h00

Obélisque de Mazargues - Boulevard de la Concorde

MARSEILLE



Organisateur : PAS ET REPAS

Vendredi 27 mars 2015

ENTRE AURÉLIEN ET RÉGAGNAS

17 km
 575 m
 5h00
 25

Les Monts Aurélien font partie du massif du Regagnas. Le massif de Regagnas est une destination de randonnée idéale au cœur des paysages typiques de la Provence. Situé à l'extrémité Est du département, entre la Sainte Victoire et la Sainte-Baume, le relief du massif est très contrasté.

Inscrivez-vous

Randonnée
Moyen

DEPART : 9h00
Parking de Kirbon
TRETS - KIRBON

Organisateur : ASSO. DES RANDONNEURS PEDESTRES DE FUYEAU

GRAND SITE SAINTE-VICTOIRE : MALIVERT

8 km
 400 m
 4h30
 30

Col des Portes - Pic des Mouches - Malivert- Grand Vallon - Pic des Mouches

9h00 : Parking des 3 bons dieux pour covoiturage (route de Vauvenargues, sortie d'Aix)

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 9h00
Parking des trois bons Dieux (sortie d'Aix route de Vauvenargues)
VAUVENARGUES
Organisateur : ASSOCIATION DES EXCURSIONNISTES PROVENCAUX

LES FORTS DE NIOLON

7 km
 150 m
 2h30
 35

Port de Niolon - fort de Niolon, avec vue splendide sur la Méditerranée, Marseille et les îles.

Chaussures hautes obligatoires - bâtons conseillés (terrain rocheux)

Inscrivez-vous

Randonnée
Facile

DEPART : 14h00
Parking 300m avant l'entrée du village
NIOLON

Organisateur : RELAIS MALAKOFF MEDERIC GOLFE DE FOS

LA NÈGRE

6,5 km
 150 m
 3h00
 25

L'Etoile est un petit massif montagneux situé sur la même lignée que le massif du Garlaban. En forme d'arc de cercle, il constitue une véritable barrière naturelle de la région Nord de Marseille. Le massif est très contrasté avec, au Sud, climat méditerranéen, pins d'Alep et garigue et au Nord un micro-climat plus frais et plus humide.

Avant toute réservation : contactez M. Jean Claude Pene (04 91 51 16 20)

Inscrivez-vous

Randonnée
Labellisée
«13 en partage»
Facile

DEPART : 11h00
Château Gombert - Arrêt de bus «Paloma Pignol»
MARSEILLE

Organisateur : EXCURSIONNISTES MARSEILLAIS

D	L	M	M	J	V	S
22	23	24	25	26	27	28

Vendredi 27 mars 2015

CASTILLON - ST BLAISE

 30 km
 400 m
 5h00
 30 

Balade facile et très belle dans les sous-bois de la forêt de Castillon, poumon vert entre les étangs, à la découverte du passé antique et médiéval de la région.

Inscrivez-vous

Randonnée Moyen

DEPART : 10h00

**Parking centre
equestre de Castillon**

PORT-DE-BOUC



Organisateur : RAN-
DONNEES ET SKI DE DE-
COUVERTE - MARTIGUES

Samedi 28 mars 2015

MARCHE NORDIQUE SUR LE PLATEAU DE LANGUILLARD

6 km
 180 m
 2h30
 20

Le plateau de Languillard. Points de vues sur Marseille, Aubagne, le Garlaban, le pic de Bertagne et la Sainte Victoire.

Randonnée réservée aux personnes pratiquant déjà la marche nordique. Bâtons de marche nordique obligatoires.

Inscrivez-vous

**Marche nordique
Difficile**

DEPART : 9h00

**Parking du cimetière
CARNOUX-EN-
PROVENCE**

Organisateur :
RANDO LOISIRS

GRAND SITE SAINTE-VICTOIRE : MARCHE NORDIQUE BIBÉMUS

9 km
 200 m
 2h00

Marche nordique niveau débutant sur le plateau de Bibemus.

Bâtons de marche nordique obligatoires. Peu de places sur le parking

Inscrivez-vous

**Marche nordique
Facile**

DEPART : 9h30

**Parking Bibémus
AIX-EN-PROVENCE**

Organisateur :
AEP AIX EN PROVENCE

MIRAMAS LE VIEUX

7 km
 142 m
 2h00

Ce circuit de 7 km, vous fera découvrir les atouts du vieux village Miramas-le-Vieux et vous réserve des points de vue admirables de la côte sauvage de l'étang de Berre. Patrimoine historique, bâti, naturel, ce sentier révèle des trésors et surprises comme les troglodytes et grottes. Il ravira les amoureux des vieilles pierres et contemplatifs.

Bâtons de marche nordique obligatoires.

Inscrivez-vous

**Marche nordique
Moyen**

DEPART : 8h45

**Parking cimetière de
Miramas**

MIRAMAS

Organisateur :
LE GRAPE

Télécharger le topoguide



A LA DÉCOUVERTE DE LA MONTAGNETTE POUR FAMILLES ET ENFANTS

7 km
 150 m
 3h00
 15

La Montagnette est un lieu de promenade agréable et authentique, au milieu des collines sillonnées d'amandiers, d'abricotiers et d'oliviers. Le massif est de faible altitude (150 m environ) mais au relief assez abrupt, notamment sur ses flancs Est et Ouest. Le décor est plutôt aride, aux bonnes odeurs de thym et romarin.

17h00 : Pot organisé et offert par la mairie de Barbentane (Salle Louis Veray).

Inscrivez-vous

**Randonnée
Facile**

DEPART : 10h00

Devant la mairie

BARBENTANE

Organisateur : LES ATE-
LIERS DE BELLINTO

Samedi 28 mars 2015

A LA DÉCOUVERTE DE LA MONTAGNETTE POUR ADULTES ET SÉNIORS

14 km
 150 m
 4h00
 15

La Montagnette est un lieu de promenade agréable et authentique, au milieu des collines sillonnées d'amandiers, d'abricotiers et d'oliviers. Le massif est de faible altitude (150 m environ) mais au relief assez abrupt, notamment sur ses flancs Est et Ouest. Le décor est plutôt aride, aux bonnes odeurs de thym et romarins.

17h00 : Pot organisé et offert par la mairie de Barbentane (Salle Louis Veray).

Inscrivez-vous

Randonnée Facile

DEPART : 10h00
Devant la mairie
BARBENTANE

Organisateur : LES ATELIERS DE BELLINTO

DÉCOUVERTE DES ENVIRONS DE CABRIÈS

18 km
 375 m
 6h30

Découverte de Cabriès et de ses collines jusqu'à Calas en passant par le domaine de Calas, le bois de Boulard, la plaine des Tisserands, le verger et la Chapelle Notre-Dame-des-Sablettes.

Inscrivez-vous

Randonnée Moyen

DEPART : 8h30
Parking de la dissuasion
(en face du groupe scolaire de la Trebillane)

CABRIÈS - CALAS
Organisateur : RANDONNEURS PEDESTRES DE CABRIES

LE MONT JULIEN

17 km
 850 m
 5h30
 20

Le Mont Julien fait partie du massif de l'Etoile. L'Etoile est un petit massif montagneux situé sur la même lignée que le massif du Garlaban. En forme d'arc de cercle, il constitue une véritable barrière naturelle de la région Nord de Marseille. Le massif est très contrasté avec, au Sud, climat méditerranéen, pins d'Alep et garigue et au Nord un micro-climat plus frais et plus humide.

Inscrivez-vous

Randonnée Difficile

DEPART : 9h00
Parking de la Fève
(sortie Cadolive près du restaurant le Colysée)

CADOLIVE
Organisateur : SKI CLUB MARSEILLE ST ANTOINE

DE LA FONT AUX PIGEONS AU PUIT DE BARBE - VALLON DES FOURQUES

3 km
 0 m
 3h00
 30

Promenade commentée très riche en préhistoire, histoire locale, géologie, géographie, lecture de paysage...

Inscrivez-vous

Randonnée Facile

DEPART : 9h30
Office du tourisme
CHATEAUNEUF-LES-MARTIGUES

Organisateur : ASPPT

Samedi 28 mars 2015

LE CAP COURONNE, CÔTE ET COLLINES

24 km
 300 m
 7h00
 25

Circuit entre mer et collines à la découverte du Cap Couronne et de ses collines. Massifs forestiers, bord de mer, vestiges militaires de la dernière guerre.
Le tout au départ de la gare de La Couronne.

DEPART : 09h00 Gare (ST Charles TER 879716, 8h06, arrivée 8h49, retour 17h37)

Inscrivez-vous

**Randonnée
Moyen**

DEPART : 09h00

**Gare Saint-Charles
Marseille**

**MARTIGUES -
LA COURONNE**



Organisateur : RAN-
DONNEES ET SKI DE DE-
COUVERTE - MARTIGUES

PORT NAPOLEON - THEY DU MAZET

6 km
 0 m
 2h00
 20

Agréable site pour la marche en famille.

Inscrivez-vous

**Randonnée
Facile**

DEPART : 14h30

**Tour St Louis - Quai
Bonardel**

**PORT-SAINT-LOUIS-
DU-RHONE**

Organisateur : CYCLO
LOISIRS ST LOUISIEN

SAUSSET - L'ESCALETTE - VALESTÉLOUÉ

7,25 km
 240 m
 2h30
 25

Aux abords des calanques côtières et des falaises calcaires, les paysages du Massif de la Côte Bleue sont magnifiques et très fréquentés en été. Etroit et allongé, découpé par quelques vallons et vallées, ce massif est très homogène. Entre terre et mer, le climat est typique de la Provence littorale.

Inscrivez-vous

**Randonnée
Facile**

DEPART : 14h00

**D5 direction St-Julien
les-Martigues en venant
de Sausset - Aire de
parking sur la gauche**

SAUSSET-LES-PINS

Organisateur : RANDO
PASSION COTE BLEUE

LA CHAPELETTE : AU BORD DE L'EAU

10 km
 0 m
 3h00
 25

Du village à la basse du Raillon par les canaux.

Inscrivez-vous

**Randonnée
Facile**

DEPART : 13h30

Place Mitterrand

SAINT-MARTIN-DE-CRAU



Organisateur : RANDON-
NEURS ST MARTINOIS

Samedi 28 mars 2015

UN AUTRE REGARD SUR BEAUCAIRE ET TARASCON



Randonnée sur l'Île de la Barthelasse - Château - Rive gauche du Rhône vers le Nord - Ecluse de Vallabrègues - Puis direction Sud de l'Île jusqu'à la pointe sud et retour par le même chemin.

Randonnée soumise aux conditions météorologiques (annulée ou modifiée en cas de crue du Rhône ou du Gardon)

Inscrivez-vous

Randonnée Facile

DEPART : 13h15
Parking du château
Face à l'office de tourisme

TARASCON



Organisateur :
TARASCON RANDO

GRAND SITE SAINTE-VICTOIRE : LE CIRCUIT DE L'EAU



A voir l'aridité de Sainte-Victoire, on peine à croire que ses replis cachent des barrages.

C'est pourtant bien deux ouvrages qu'elle héberge, l'un rangé au rayon des "antiquités historiques", l'autre bien vivant ! Le premier porte le nom de Zola. Le second, le barrage Bimont, côté nord de la montagne Sainte-Victoire, retient jusqu'à 40 millions de m³ d'eau.

Avant toute réservation : contactez M. Jean Claude Pene (04 91 51 16 20)

Inscrivez-vous



Randonnée adaptée au handicap Facile

DEPART : 10h00
Parking du barrage de Bimont

SAINT-MARC-JAUMEGARDE

Organisateur : EXCURSION-
NISTES MARSEILLAIS - ASS.
V. HAÛY DE MARSEILLE

GRAND SITE SAINTE-VICTOIRE : LE PLATEAU DE BIBEMUS



Du barrage de Bimont à la carrière de Bibémus. Les carrières de molasse ocre de Bibémus fournissaient autrefois la pierre blonde si caractéristique de nombreux monuments de la ville d'Aix-en-Provence. Le site comprend le motif si singulier des rochers oranges, aux formes géométriques, dont Cézanne a tiré des œuvres saisissantes qui annoncent le cubisme.

Avant toute réservation : contactez M. Jean Claude Pene (04 91 51 16 20)

Inscrivez-vous



Randonnée adaptée au handicap Facile

DEPART : 10h00
Parking du barrage de Bimont

SAINT-MARC-JAUMEGARDE

Organisateur : EXCURSION-
NISTES MARSEILLAIS - ASS.
V. HAÛY DE MARSEILLE

PARC NATUREL RÉGIONAL DES ALPILLES : LES DEUX VALLONS



Vallon de St Clerg (sentier botanique) - Gaudre de Valrugues.

Chaîne calcaire aux crêtes déchiquetées, il s'agit du dernier massif avant la Méditerranée lorsqu'on descend la vallée du Rhône. C'est également dans ce Parc Naturel Régional que l'on trouvera de nombreuses oliveraies de la vallée des Baux aux plaines d'Orgon et Saint-Rémy-de-Provence.

Inscrivez-vous

Randonnée Labellisée «13 en partage» Facile

DEPART : 13h45
Parking des Antiques
SAINT-RÉMY-DE-PROVENCE

Organisateur :
LA DRAILLE

Samedi 28 mars 2015

AUTOUR DU VILLAGE DE BARBENTANE

4 km
 50 m
 3h00
 25

Randonnée d'une heure pour un public adulte et visite du centre ville avec un guide de l'office de tourisme de Barbentane.

17h00 : Pot organisé et offert par la mairie de Barbentane (Salle Louis Veray).

Inscrivez-vous

Randonnée
Labellisée
«13 en partage»
Facile
DEPART : 13h30
Devant la mairie
BARBENTANE

Organisateur : LES
ATELIERS DE BELLINTO

DANS LES COLLINES DE LA FARE-LES-OLIVIERS

5 km
 175 m
 1h30
 30

Le dénivelé moyen se répartit en douces montées et petites descentes. Le parcours varié contentera les amateurs de flore, de paysages et d'histoire.

Télécharger le topoguide



Inscrivez-vous

Randonnée
Labellisée
«13 en partage»
Facile
DEPART : 14h00
Mairie
LA FARE-LES-OLIVIERS

Organisateur :
CENTRE HUGUES LONG

LES MARAIS DE PATAFLOUX, BARLATIER ET DES PALUNS

6,5km
 0 m
 2h00
 30

Cet itinéraire se trouve au sein du site protégé du Bolmon et du Jaï, propriété du Conservatoire du Littoral, dans la zone humide des Paluns. Sentier labellisé «Tourisme & Handicap» avec deux observatoires d'oiseaux.

Télécharger le topoguide



Inscrivez-vous

Randonnée
Labellisée
«13 en partage»
Facile
DEPART : 14h00
Parking au bout du
chemin de la Macreuse
MARIGNANE

Organisateur :
ASPTT MARSEILLE

FÊTE DÉPARTEMENTALE DE LA RANDONNÉE

DIMANCHE **29** MARS 2015

PARC DÉPARTEMENTAL DE PICHAURIS

ALLAUCH

Pour clôturer cette semaine riche de découvertes et de rencontres, le Comité Départemental de Randonnée Pédestre organise la Fête de la Randonnée le dimanche 29 Mars sur le Parc départemental de Pichauris : **5 randonnées tous niveaux, de la marche nordique, un village exposants** et des weekends cadeaux à gagner grâce à la traditionnelle **tombola**. L'occasion de faire découvrir le Parc et la randonnée aux petits et aux grands !

DÉPARTS TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE !

1 – Randonnée niveau Très facile : Labellisée «13 en partage»



Tour du parc départemental, 5 km et 120 m de dénivelé.

Bons chemins et circuit destiné à la rando santé, à la rando contée et autres...

Départs matin entre 10h30 et 11h00 et après-midi entre 14h00 et 14h30

2 – Randonnée niveau Facile : Labellisée «13 en partage»



La table d'orientation, 8 km et 250 m de dénivelé.

Randonnée découverte de l'aménagement du Parc Départemental de Pichauris. Randonnée grand public et famille.

Départs matin entre 10h00 et 10h30 et après-midi entre 13h00 et 13h30

3 – Randonnée niveau Moyen :



Le Mont du Marseillais par le GR 2013, 12 km et 450 m de dénivelé.

Cette randonnée sur les Ubacs qui domine le parc départemental reste facile pour un public averti.

Départs entre 10h00 et 11h00

4 - Randonnée niveau Difficile :



Le Mont du Marseillais par le puits de l'Aroumi, 17 km et 700m de dénivelé.

Pour des marcheurs entraînés.

Départs entre 9h30 et 10h00

5 - Randonnée niveau Sportif :



La Croix du Garlaban, 24 km et 1000 m de dénivelé à la découverte de la grande partie sud du Pichauris sur de bons sentiers.

Pour marcheurs entraînés.

Départs entre 9h00 et 9h30

6 - Marche nordique 1 :



5 km, 120 m de dénivelé. Bâtons de marche nordique obligatoires.

Sur terrain facile pour initiation matin et après-midi.

Départs matin entre 10h30 et 11h00 et après-midi entre 14h00 et 14h30

7 - Marche nordique 2 :



11 km et 400 m de dénivelé pour les pratiquants de la marche nordique.

Bâtons de marche nordique obligatoires. Itinéraires sur bons chemins.

Départs matin entre 10h00 et 10h30 et après-midi entre 13h30 et 14h00

LES PARTENAIRES

& CONTACTS

COMITÉ DE RANDONNÉE PÉDESTRE DES BOUCHES-DU-RHÔNE

Le Comité de Randonnée Pédestre des Bouches-du-Rhône est le représentant de la Fédération Française de Randonnée dans notre département. Avec plus de 100 clubs et 8000 licenciés, le comité de randonnée anime et coordonne l'activité « randonnée pédestre » sur tout le territoire :

- Balisage et entretien des sentiers
- Aide et conseil aux associations
- Formation (animateurs- baliseurs- responsables associatifs)
- Développement et diversification des pratiques de randonnée
- Organisation d'événements

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à parcourir notre site internet :

www.bouches-du-rhone.net

Contact : FFRandonnée 13

21 Avenue de Mazargues - 13008 Marseille

Tél. : 04 91 32 17 10

E-mail : cdrp13.sentiers@orange.fr



BOUCHES-DU-RHÔNE TOURISME

Missionné par le Conseil Général, Bouches-du-Rhône Tourisme agit en faveur du dynamisme touristique du département. En partenariat étroit avec les institutions et les professionnels locaux, il conduit la stratégie en faveur de l'attractivité du territoire.

Sur le terrain, son équipe pluridisciplinaire propose un accompagnement sur-mesure et gère la diffusion de l'information touristique des Bouches-du-Rhône. A un niveau plus large, il contribue à des actions nationales pour l'évolution du tourisme et assure la promotion de la destination « Provence-Marseille-Camargue », en France et à l'étranger.

Pour plus d'informations :

www.visitprovence.com

Contact : Bouches-du-Rhône Tourisme

13 rue Roux de Brignoles - 13006 Marseille

Tél. : 04 91 13 84 13 - E-mail : info@visitprovence.com



LES PARTENAIRES & CONTACTS

CONSEIL GÉNÉRAL DES BOUCHES-DU-RHÔNE PARCS ET DOMAINES DÉPARTEMENTAUX

Le Conseil Général des Bouches-du-Rhône est le premier département propriétaire foncier avec des sites uniques et remarquables. La préservation du patrimoine naturel et du cadre de vie des habitants s'intègre donc naturellement dans l'ambition de favoriser un développement durable sur le territoire.

Propriétaire de 16 520 hectares répartis sur une trentaine de domaines, la constitution de ce patrimoine départemental résulte d'une politique volontariste d'acquisition et de gestion initiée dès les années 1960.

Chaque jour, l'Assemblée départementale prolonge cet effort d'accueil du public en portant une politique de diversification et de dynamisation de l'ouverture au public.

Pour plus d'informations :

<https://www.cg13.fr/le-cg13-en-action/environnement/>



CONSEIL GÉNÉRAL 13 EN PARTAGE

Le Conseil général des Bouches-du-Rhône a développé, en appui de ses compétences sociales, une politique volontariste d'accès à des actions culturelles, sportives, de loisirs ou environnementales, favorisant la cohésion sociale et l'épanouissement des citoyens.

13 en partage contribue à l'égal accès de chacun à la vie locale départementale, en aidant ceux qui y participent le moins ou qui se trouvent empêchés d'y participer.

C'est par l'intermédiaire des structures sociales du territoire que les habitants sont associés aux propositions.

Le Conseil général est partenaire de la Semaine 13. Pour accompagner la démarche d'ouverture de l'événement et favoriser la pratique de la randonnée, 13 en partage a activé son réseau de partenaires sociaux et a déclenché son dispositif d'aide à la mobilité.

Contacts :

Delphine Cabrillac Tél. 04 13 31 26 40 ou Florence Murzi Tél. 04 13 31 15 83
13enpartage@cg13.fr

Plus d'informations :

<https://www.cg13.fr/le-cg13-en-action/culture/les-dispositifs/13-en-partage>



LES PARTENAIRES & CONTACTS

HANDI CAP EVASION

- Passionné des randonnées... comme nous
- Souci de l'autre... comme nous
- Envie de convivialité... comme nous
- Voir de beaux paysages... comme nous

Nous sommes membres de la Fédération Française de Randonnée Pédestre (FFRP).

Pour que des personnes à mobilité réduite et des personnes valides puissent randonner ensemble.

Pour ce faire nous utilisons **la joëlette** ou la pulka qui nous permettent l'accès à tous les sentiers.

Plus d'informations :
www.hce13.fr

Contact :
hce13@free.fr



ASSOCIATION VALENTIN HAÛY

Depuis plus de 125 ans, l'Association Valentin Haüy (prononcer A-U-I) poursuit l'objectif suivant : **lutter avec et pour les personnes déficientes visuelles** pour la reconnaissance de leur droits, leur participation à part entière à la vie sociale et professionnelle, le développement de leur autonomie au quotidien, leur information et l'information du grand public sur la réalité du handicap visuel, les moyens de sa prévention et la nécessité de toujours faire évoluer le regard que la société, et parfois les personnes déficientes visuelles elles-mêmes, portent sur le handicap.

Contact :
Comité Valentin Haüy des Bouches du Rhône
72 rue Saint Suffren - 13006 Marseille.
Tél. 04 91 37 47 90 -
Email : comite.marseille@avh.asso.fr

Plus d'informations :
<http://marseille.avh.asso.fr>



LES PARTENAIRES & CONTACTS

LES OFFICES DE TOURISME

Les offices de tourisme sont chargés de l'accueil, l'information, la promotion de la destination et de la coordination des socio-professionnels sur leur territoire. Ils peuvent également commercialiser des produits touristiques et organiser des événements.

Vitrine des territoires touristiques, les offices de tourisme jouent un rôle important dans l'attractivité de la destination.

Dans le département des Bouches-du-Rhône, un réseau de 70 offices de tourisme, accueille au quotidien, avec dynamisme et délivre des conseils éclairés aux visiteurs et aux habitants.

Plus d'informations :

Liste des Offices de Tourisme des Bouches-du-Rhône
www.visitprovence.com



LE GR2013®

Le GR2013® est un sentier métropolitain de 365 km qui révèle le territoire de Marseille-Provence sous un nouveau jour et propose une nouvelle expérience de la randonnée pédestre. **Il invite à marcher là où on ne randonne habituellement pas : en zone urbaine et péri-urbaine.**

À travers campagne et lotissements, cabanons et garrigue, réserves naturelles et autoroutes, ce sentier métropolitain dessine une sorte de grand 8 sur le département des Bouches du Rhône. Il propose de suivre un chemin pour observer et rencontrer ce qui fait l'existence réelle d'un territoire : ses paysages contrastés, ses habitants et leurs usages, son histoire et sa géographie, ses flux et ses circulations mais aussi ses frontières, visibles ou invisibles...

Venez découvrir ce sentier grâce à la dizaine de randonnées proposées sur cet itinéraire ou encore grâce aux 3 jours de randonnée itinérante (de Port de Bouc à Salon de Provence) organisés sur le GR2013®.



LES PARTENAIRES & CONTACTS

SURICATE, TOUS SENTINELLES DES SPORTS DE NATURE

Soyez acteur de la qualité de vos sites de pratiques ! SURICATE vous permet de nous signaler les problèmes que vous pouvez rencontrer lors de vos activités sportives et de loisirs de nature.

Une erreur de balisage, un panneau défectueux, un problème de pollution, un besoin de sécurisation, un conflit avec un propriétaire ou d'autres pratiquants... Remplissez le formulaire, localisez le problème et cliquez sur envoyer.

Votre signalement sera traité par les fédérations sportives de nature et les conseils généraux en lien avec le pôle ressources national des sports de nature du ministère des sports.

Pour signaler un problème :
<http://sentinelles.sportsdenature.fr/>



LA FÉDÉ, UN GUIDE POUR RANDONNER !



CHOISISSEZ LA FORMULE ADAPTÉE À VOTRE PRATIQUE :



LA LICENCE C'EST :

La garantie de randonner régulièrement grâce à des programmes variés proposés par votre club !

- Marcher dans une ambiance conviviale toute l'année, près de chez vous,
- Essayer de nouvelles pratiques : marche nordique, raquette à neige, marche aquatique côtière, ...
- Bénéficier d'un encadrement adapté grâce aux animateurs bénévoles qualifiés.

Trouvez un club près de chez vous sur www.ffrandonnee.fr, rubrique « randonner »



LA RANDOCARTE® C'EST :

La liberté de marcher, en famille ou entre amis, où et quand vous le souhaitez !

- Bénéficier d'un abonnement annuel gratuit à Passion Rando
- Accéder à des informations randos, des conseils de préparation et des stages de formation.
- Choisir la formule qui vous ressemble « Familiale ou individuelle ».

Choisissez votre formule sur www.ffrandonnee.fr, rubrique « nous rejoindre »

AVANTAGE PARTENAIRE :

– 4% sur les séjours Huwans-clubaventure pour les adhérents de la FFRandonnée



Contactez-nous : • par tél. : 01 44 89 93 90
• par courriel : info@ffrandonnee.fr

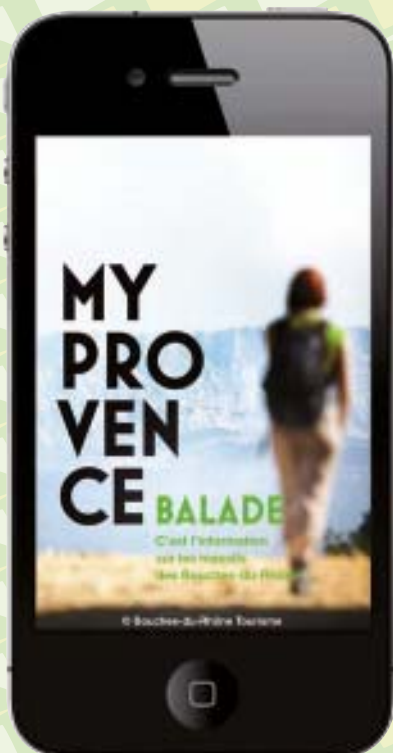
Fédération Française de la Randonnée Pédestre - 64 rue du Dessous des Berges - 75013 PARIS.



FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
www.ffrandonnee.fr

MY PROVENCE BALADE

L'APPLICATION OFFICIELLE DU TOURISME DES BOUCHES-DU-RHÔNE



✓ **Sélectionnez** ✓ **Vérifiez** ✓ **Baladez**

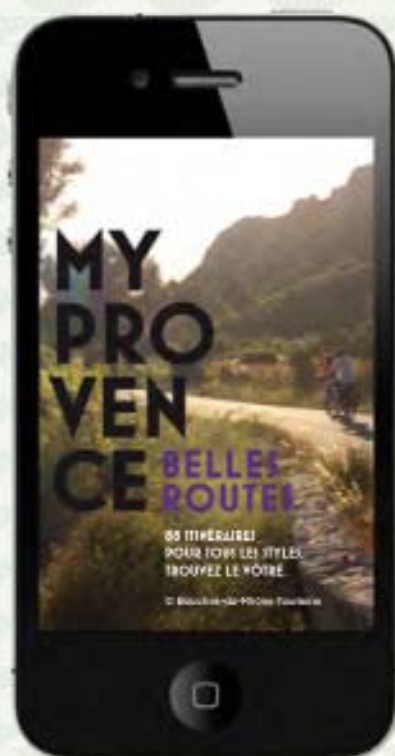
L'accès aux massifs des Bouches-du-Rhône, particulièrement exposés au danger feu de forêt, est réglementé en fonction des conditions météorologiques. L'application vous informe en temps réel.

TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION ET PARTEZ EN TOUTE SÉCURITÉ !

- Application gratuite disponible sur iTunes App Store et Android Market.
- Informations également disponibles au : **0811 20 13 13**



MY PROVENCE BELLES ROUTES
L'APPLICATION OFFICIELLE DU TOURISME DES BOUCHES-DU-RHÔNE



QUI 
REGARDE
DANS SA POCHE
TROUVE
SON CHEMIN

✓ **Sélectionnez** ✓ **Localisez** ✓ **Démarrez**

Promenade en ville ou escapade en pleine nature, à pied, en vélo,
en moto, en voiture et même en transport en commun

TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION ET TROUVEZ LE VÔTRE !

► Application gratuite disponible sur iTunes App Store et Android Market.

