

## Balisage

 **GR®**  
Grande Randonnée

 **GR® de Pays**  
Grande Randonnée de Pays

 **BL - Boucle Locale**

 **PR - Promenade et randonnée** inscrite au PDIPR

## Signalisation

 **Bonne direction**

 **Changement de direction**

 **Mauvaise direction**

“Le Département et les baliseurs bénévoles officiels de la FFRandonnée Bouches-du-Rhône entretiennent les itinéraires de randonnée pédestre.”

  
les chemins, une richesse partagée  
**Bouches-du-Rhône**

## Conseils et recommandations pour se promener en Provence

La forêt et la colline sont source de vie, elles profitent à tous mais elles appartiennent à quelqu'un. Respectons l'hospitalité de leur propriétaire.

- Respectons la charte du randonneur éditée par la FFRandonnée
- Restons sur les chemins balisés
- N'abandonnons aucun objet, aucun détrit. Nous pouvons ramener les emballages vides que nous avons apportés pleins
- Respectons les arbres, admirons les plantes, observons les animaux mais ne mutilons pas, ne coupons pas, ne dérangeons pas
- Respectons la réglementation, ne pénétrons pas les massifs avec des véhicules en dehors des voies ouvertes à la circulation publique
- Respectons les viticulteurs et les agriculteurs ; ne cueillons pas leurs produits
- Sachons cohabiter avec les chasseurs et les autres utilisateurs
- N'allumons pas de feu, ne fumons pas, ne nous aventurons pas en forêt par temps de sécheresse et surtout par grand vent.

### Pour rendre votre randonnée agréable

- Ne surevaluez pas vos forces physiques
- Renseignez vous sur le temps de parcours, sur la météo
- Evitez de partir seul
- Emportez de l'eau en quantité suffisante, une trousse de secours, la carte IGN, une boussole
- Soyez équipés d'un sac à dos et de chaussures de randonnée, d'un vêtement chaud, d'un vêtement de pluie, d'un chapeau.

Pour votre sécurité et pour la préservation des massifs forestiers, l'accès aux espaces naturels est réglementé par arrêté préfectoral de juin à septembre. Renseignez-vous pendant la période estivale :

au **08 11 20 13 13** (prix d'un appel local)

ou sur : [www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr](http://www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr)

[www.myprovence.fr/enviedebalade](http://www.myprovence.fr/enviedebalade)

### EN PARTENARIAT AVEC :

- Le Département des Bouches-du-Rhône - Direction de la forêt et des espaces naturels : [www.cg13.fr](http://www.cg13.fr)
- La Métropole Aix-Marseille Provence - Pays de Martigues : [www.paysdemartigues.fr](http://www.paysdemartigues.fr)
- L'ONF - Forêt domaniale de Castillon
- L'office de tourisme de Martigues : [www.martigues-tourisme.com](http://www.martigues-tourisme.com)
- Le Parc de Figuerolles à Martigues
- L'office de tourisme de Port-de-Bouc : [www.portdebouc-tourisme.fr](http://www.portdebouc-tourisme.fr)

### EN COLLABORATION AVEC :

- Le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Bouches-du-Rhône et ses clubs affiliés : [www.ffrandonnee13.fr](http://www.ffrandonnee13.fr)
- Le point d'information de Saint-Mitre-les-Remparts : [www.saintmitresremparts.fr](http://www.saintmitresremparts.fr)

## PROVENCE TOURISME

13, rue Roux de Brignoles  
13006 Marseille

Tél. 04 91 13 84 13

Télécharger les topos-randos du «Entre mer et étangs» sur : [www.myprovence.fr](http://www.myprovence.fr)



DURÉE **4 H**

LONGUEUR **13,5 KM**

DÉNIVELÉ **397 M**

NIVEAU **PEU DIFFICILE**

BALISAGE 

SAINT-MITRE-LES-REMPARTS

# LE BALCON DE CADERAOU

TOPO RANDO

SENTIER ENTRE MER ET ÉTANGS

Photo © T. Kreiser



Très belle promenade pour découvrir l'Étang de Berre, en longeant ses plages ou en le surplombant, offrant ainsi un panorama magnifique sur cet immense plan d'eau, la chaîne de la Nerthe et la montagne Sainte-Victoire ou encore les villes environnantes. Depuis des temps immémoriaux, les hommes ont peuplé les rives de l'Étang de Berre. Sur votre chemin, la petite ville de Saint-Mitre-les-Remparts témoigne bien de cette occupation historique : elle a conservé ses remparts du XV<sup>e</sup> 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. Non loin du centre, le site archéologique de Saint-Blaise habité dès le VII<sup>e</sup> siècle avant Jésus-Christ mérite le détour après la balade ! Collines ombragées, quiétude exemplaire, paysages oubliés, sont autant de bonnes raisons de découvrir la Balade de l'Étang.

### Départ :

Aire au bord de l'Étang, Allée du bord de l'eau à Massane

### ITINÉRAIRE :

#### Balisage bleu ■

- 1 De l'aire de parking remontez vers l'avenue de Massane (RD52) par l'allée Bernard de Palissy. Tournez à gauche. Suivez l'avenue de Massane (RD52) vers l'est. Tournez à gauche (Allée de la Plage d'Arthur) et poursuivez.

Traversez la place du Commandant Cousteau jusqu'à une petite plage : la Patorque.

- 2 A partir de la plage, le sentier longe le bord de l'étang. Quittez le bord de l'étang au niveau de la plage suivante pour monter

à droite vers le balcon de Caderaou.

Suivez le sentier balisé en bleu jusqu'au bord de l'Étang de Berre.

- 3 A proximité du lieu-dit Figuerolles, quittez le bord de l'Étang de Berre en empruntant le chemin qui tourne à droite, et qui repart vers la colline. Contournez la ruine de Figuerolles et poursuivez la piste principale. Admirez un très beau chêne pluricentenaire.
- 4 Après 600m tournez à droite et poursuivez sur une piste jusqu'à la citerne de la Loubière.
- 5 A la citerne de la Loubière, tournez à gauche. 50 mètres après se trouve une fourche ; prenez la voie de gauche (piste cimentée). Quittez-la vers la droite, puis poursuivez la piste principale. Au bas d'une descente, 50 mètres avant une grande haie de cyprès, tournez à droite en épingle à cheveux. Le chemin traverse une deuxième haie de cyprès et rejoignez une voie qui dessert une propriété privée.
- 6 Contournez la colline du Collet Long. Traversez la route départementale (RD52). Après le centre équestre à gauche montez la calade vers Saint-Mitre
- 7 Vous arrivez alors à Saint-Mitre-les-Remparts, charmant bourg à découvrir. Rejoignez le centre-ville en poursuivant tout droit (Boulevard de la Fontaine du Loup puis rue des Paillières).

A la place Neuve : belle vue sur les remparts et le portail Nord qui permet de visiter le centre ancien.

- 8 Pour revenir au point de départ, emprunter ensuite la rue Bellefont, tourner à droite rue Irénée Sabatier puis tout droit rue du Moulin et chemin des Calieux.
- 9 A partir d'ici descendez vers le bord de l'étang. Quand le chemin rejoint les premières maisons de Varage, suivez l'allée Léonard de Vinci. En arrivant sur la RD52 (route de Massane) tournez à droite en direction de l'allée du bord de l'eau.

### A savoir :

La fondation de Saint-Mitre ou du moins celle du Castrum Sancti Mitrii (château fort de Saint-Mitre) remonte à l'époque où la ville voisine Castelveyre (aujourd'hui Saint-Blaise). Le premier document officiel mentionnant le bourg de Saint-Mitre n'apparaît que vers la fin du XIV<sup>e</sup> siècle. Les remparts furent construits au début du XV<sup>e</sup> siècle et bien qu'au fil des ans ils aient subi des modifications, ils existent encore dans leur quasi-totalité aujourd'hui. Les richesses de la ville provenaient de la culture du blé, de la vigne et principalement de l'olivier et de la commercialisation de l'huile d'olive, le sel et le vermillon assurant pour l'avenir la prospérité des familles saint-mitrenques.