

Balises

 **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 débris. 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 surévaluez 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

www.myprovence.fr/enviedebalade

EN PARTENARIAT AVEC :

- Le Département des Bouches-du-Rhône - Direction de la forêt et des espaces naturels : www.cg13.fr
- L'office de tourisme et des congrès de Martigues : www.martigues-tourisme.com

EN COLLABORATION AVEC :

- Le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Bouches-du-Rhône et ses clubs affiliés : www.ffrandonnee13.fr
- L'office de tourisme de Carry-le-Rouet : www.otcarrylerouet.fr
- L'office de tourisme de Sausset-les-Pins : www.ville-sausset-les-pins.fr

DURÉE 4 H

LONGUEUR 12 KM

DÉNIVELÉ 210 M

NIVEAU **PEU DIFFICILE**

BALISAGE 

CARRY-LE-ROUET

ENTRE CALANQUES ET COLLINES

TOPO RANDO

GRAND SENTIER DE LA CÔTE BLEUE





Cette randonnée au départ de la gare SNCF permet de découvrir les collines de la célèbre station balnéaire de Carry-le-Rouet : la chaîne de l'Estaque. Ce parcours, sans difficulté, alternera entre des sentiers en fond de vallons et de larges pistes. Suite à un incendie, il y a une trentaine d'années, une garrigue basse, composée essentiellement de chênes kermès, de cistes, de valérianes et de romarins très

odoriférants, s'est développée sur cette roche calcaire blanche ce qui permet d'avoir de belles vues sur la mer Méditerranée. Le retour longera le littoral par "le sentier du lézard", piste aménagée dans le parc régional marin de la Côte Bleue, jalonné de dix planches de commentaires sur la faune et la flore du bord de mer.

Départ de Carry-le-Rouet :
Parking de la gare

ITINÉRAIRE :

Balises bleue ■■■

- 1** Descendez l'avenue Pierre Semard sur environ 200 m puis prenez à droite la rue des Ecoles en passant sur un petit pont blanc. En bas de la rue, tournez à droite sur le chemin du Jas Vieux que vous suivrez jusqu'à son extrémité.
- 2** Dépassez une barrière et passez dans le tunnel cylindrique sous la voie rapide D9 de la Côte Bleue. A l'ancienne carrière, continuez tout droit et montez le sentier bordé de cistes, valérianes, chênes kermès et romarins. Il serpente dans un vallon qui a subi les ravages de l'incendie, il y a 30 ans. Au sol, remarquez des ornières creusées par des roues de charrettes qui témoignent d'un passé industriel (transport de gros blocs de pierre). Vous entrez dans la colline.
- 3** Quittez le tracé jaune et continuez sur le sentier de droite qui suit un autre vallon. Puis, prenez le 2^e sentier à gauche (entre 2 rangées de pins). Il s'incline à gauche, arrive à un petit col puis rejoint le chemin de crête tracé en bleu. Vue sur la mer et le village d'Ensuès-la-Redonne. Suivez la crête à plat direction NO. Passez sous la ligne haute tension (à droite d'un pylône).
- 4** Vous arrivez à un croisement de pistes (stèle de Marcel le chasseur et vieille barrière rouillée). Tournez à gauche sur une large piste en terre (tracés jaune et bleu). Après un pylône, prenez la piste de droite qui continue à plat sur le chemin de Valprête. Suivez les petits poteaux jaunes de la ligne de gaz pendant 20 mn et arrivez près d'une citerne rouillée.
- 5** Au carrefour de la citerne rouillée et de 4 chemins, prenez le petit sentier le plus à gauche à l'angle d'un beau pin qui descend pendant 25 mn dans un vallon caillouteux et boisé de pins. Il rejoint un sentier venant de la gauche. Continuez tout droit en descente (Tracé bleu). Passez ensuite sous un autre tunnel cylindrique de la voie rapide D9 de la Côte Bleue (prudence car il peut être humide et très glissant !), longez-la à gauche sur 100m, puis tournez à droite sur un bon sentier plein sud. Vous arrivez sur une piste en terre que vous suivrez sur la gauche et qui remonte le long d'une ligne téléphonique (poteaux en bois). Restez sur cette piste principale jusqu'à une fourche, en vue de 2 antennes téléphoniques.
- 6** A la fourche, en vue des 2 antennes téléphoniques, suivez toujours, sur la droite, les poteaux en bois de la ligne téléphonique sur un large chemin tracé bleu

plus bas. Longez le Club Canin Saussétois. Traversez la route goudronnée et le passage à niveau. Continuez sur l'avenue de Lariano, commune de Sausset-les-Pins, qui rejoint le bord de mer et le GR que vous suivrez à gauche sur l'avenue de l'Europe D5 jusqu'au panneau d'entrée de Carry-le-Rouet.

- 7** Quittez la D5 au niveau du panneau d'entrée de Carry-le-Rouet et de la plage des Baumettes. Toujours sur le GR, suivez désormais le sentier du littoral par la "piste du lézard" qui longe agréablement la mer jusqu'au port de Carry. C'est un sentier pédagogique, aménagé dans le parc régional marin de la Côte Bleue, jalonné de 10 bornes d'informations sur différents thèmes (faune et flore aquatiques, plantes, arbustes, érosion, fossiles, cigale et lézard vert), de quoi vous étonner ! Vues magnifiques sur la Côte Bleue jusqu'à Marseille. Après le joli petit phare rouge et blanc et les accueillantes criques de sable propices à la baignade, arrivez sur le port de Carry par le quai Malleville et passez devant le Casino Municipal. Tournez à gauche sur l'avenue Aristide Briand et passez devant l'Espace Fernandel (cinéma). Rejoignez la Gare SNCF par la promenade le long du boulo-drome en suivant le tracé jaune.