

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 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

DURÉE **3 h 30**

LONGUEUR **12,5 km**

DÉNIVELÉ **563 m**

NIVEAU **MOYEN**

BALISAGES 

CEYRESTE

DÉCOUVERTE DE FONTBLANCHE

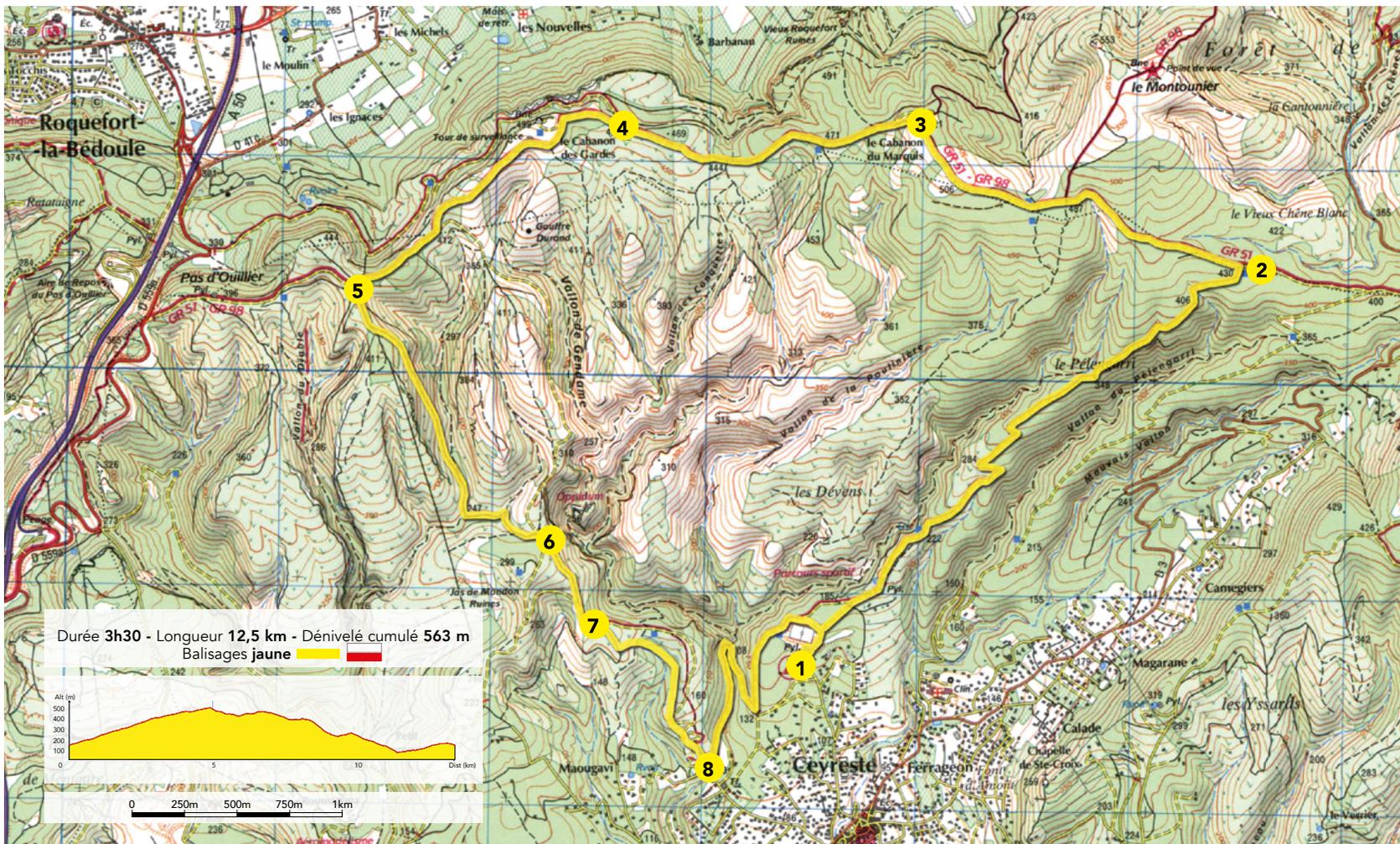
TOPO RANDO
LE GRAND CAUNET

EN PARTENARIAT AVEC :

- Le Département des Bouches-du-Rhône
Direction de la forêt et des espaces naturels :
www.cg13.fr

EN COLLABORATION AVEC :

- Le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Bouches-du-Rhône et ses clubs affiliés :
www.ffrandonnee13.fr



© IGN Paris 2007 - Extraits carte I.G.N. n°3143 OT et 3144 OT - Reproduction interdite

Le vieux village de Ceyreste niché dans un creux au pied des collines est pratiquement invisible depuis le littoral. Sa forêt, l'une des plus belles pinèdes de pins d'Alep des Bouches-du-Rhône, a longtemps été utilisée pour les constructions navales de La Ciotat. Une merveille naturelle que les randonneurs découvriront lors de cette promenade.

Départ :
Parking place Saint-Cyr

ITINÉRAIRE :

Balisage jaune ■ ■

1 À partir du parking du stade de Ceyreste, montez par la piste qui longe le parcours sportif. À la bifurcation, passez les gros blocs rocheux qui barrent le sentier pour

continuer tout droit. Traversez une plateforme goudronnée (citerne 117) et poursuivez l'ascension sur la gauche. Après de nombreux virages sous les pins, en contre-haut du vallon de Pélengarri vous atteignez la crête.

2 Vous rejoignez alors le GR®51. (aire de pique-nique à proximité du centre équestre du Grand Caunet). Continuez vers la gauche,

en direction du Pas d'Ouilleir. Suivez les balises du GR® (blanc et rouge). Le parcours, sur la piste de crête, rejoint le GR®98, qui vient à droite depuis Fontblanche.

3 Après une dernière montée, atteignez le plateau et le cabanon du Marquis, d'où vous aurez un vaste panorama : les Embiez, les calanques, la baie de La Ciotat, le Bec de l'Aigle, le Cap Canaille.

Plus haut, le Garlaban, puis, au nord, le Baou de Bertagne.

4 À la patte d'oie, prenez la piste du milieu. Plus loin, passez une barrière DFCI (Défense de la Forêt Contre les Incendies), en poursuivant en direction de la tour de guet. Au pied de la tour, prenez la piste de gauche. Vous atteindrez alors le cabanon des Gardes (1948).

Depuis ce "refuge de Roquefort-la-Bédoule", continuez en direction du Pas d'Ouilleir.

5 Au niveau d'un col, l'indication "Ceyreste 1 h 10" vous invite à passer la barrière sur la gauche et retrouver le balisage jaune.

Attention : environ 200 mètres après la barrière, un cairn marque un brusque changement de direction. Obliquez sur la gauche, par une sente perdue entre les pins et les chênes kermès. La descente est parfois technique. Tout au fond du vallon, abrité et humide, la végétation se fait plus dense et plus variée !

6 Vous aboutissez sur un chemin plus large, que vous prenez sur la gauche. Au croisement, pré-signalé par une esplanade et un cyprès, prenez la piste sur la droite, puis tout de suite à gauche. Trouvez une sente pour rejoindre un chemin qui longe en surplomb le vallon de Gendame et une grande piste que vous descendez pendant 100m jusqu'au virage à angle droit à gauche. Quittez la piste pour vous engager sur un chemin secondaire, d'abord parallèle à la piste puis s'en écartant à droite.

7 À 100 m, quittez ce chemin pour vous engager à gauche sur un sentier traversant un vallon à flanc. Remontez par un chemin bordé à droite par un mur. Le sentier descend vers Ceyreste en coupant les lacets d'une piste sablonneuse. Prenez à gauche.

8 Ne suivez pas l'indication "Ceyreste : 15 mn", mais remontez en direction du Grand Caunet, par une piste qui s'élève vers le camping. Retour au point de départ.