

TOPO RANDO CAP CANAILLE

LA CIOTAT 394M AU DESSUS DE LA MER

LONGUEUR 11 KM

DÉNIVELLÉ 536 M

NIVEAU MOYEN

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, et de la multitude de verts peints par la végétation des lieux.

Le patrimoine particulier de ce coin de Provence vous offre des surprenantes beautés paysagères dévoilées par d'envoûtants belvédères sur la baie de Cassis et celle de La Ciotat, dont de nombreuses histoires locales ont fait la notoriété de ces villes particulièrement attachantes et pittoresques.



Accès : Après avoir pris l'autoroute A50 en direction de Toulon, quittez l'autoroute à la sortie 9 (La-Ciotat). Dirigez-vous en direction du centre ville.

Parking : Du Mugel ou Parking "Bérourard"

VISITES DÉCOU- VERTES

ARTISANAT

Les Toiles du Large Transformation de voiles de bateau en sacs, accessoires de mode, objets de décoration...

Tél. : 06 20 45 84 50

ACCOMPAGNATEUR MOYENNE MONTAGNE

Lou Daïri propose de vous guider pour vos activités randonnées nature dans une ambiance conviviale.
Tél : 06 87 75 72 71

Expenature vous propose toute l'année de découvrir où de vous perfectionner à des activités de pleine nature (Kayak de mer, escalade, course d'orientation, VTT...)
Tél : 04 42 83 64 46

VOILE

Société des régates de La Ciotat - Ecole de voile pour tous les âges, structurée et équipée pour l'accueil d'un public handicapé grâce à son personnel qualifié
Tél : 04 42 08 60 76

Société nautique de La Ciotat - Mise à disposition d'infrastructures et de matériel pour initiation ou perfectionnement aux sports nautiques, en cours collectifs ou individuels. Tél : 04 42 08 60 76

PLONGÉE

Plongée Passion met son personnel et ses bateaux à votre disposition pour répondre à vos désirs subaquatiques et vous faire rêver. Tél : 04 42 08 94 13

KAYAK DE MER

Provence Kayak Mer propose de vous faire découvrir des paysages maritimes insoupçonnés en plein cœur des calanques. Tél : 06 12 95 20 12

CONTACTS UTILES

Office de tourisme de La Ciotat

Boulevard Anatole France s
Tél. : 04 42 08 61 32

Transport : www.lepilote.com



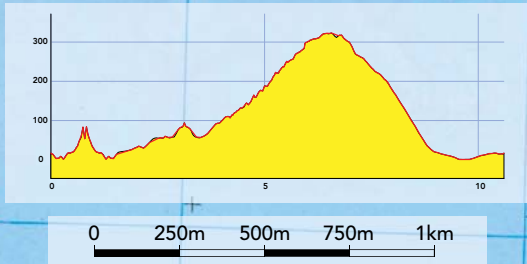
BOUCHES-DU-RHÔNE TOURISME
13, rue Roux de Brignoles 13006 Marseille
Tél. 04 91 13 84 40
web : www.visitprovence.com



LA CIOTAT 394M AU DESSUS DE LA MER



Durée 3h30 - Longueur 11 km - Dénivelé cumulé 536 m



A savoir

Malgré un aspect très minéral le Cap Canaille recèle de très nombreux habitats et espèces animales et végétales dont plusieurs sont protégées au niveau national ou international. Veuillez rester sur les sentiers balisés pour les préserver.

Prêtez attention aux passionnés d'escalade, pour lesquels ces falaises constituent un terrain de prédilection. Vous ne les voyez pas toujours. Ne jetez pas de pierre !

Itinéraire

1 Du parking "Bérourad" longez les quais Ganteuame, Général De Gaulle et François Mitterrand pour contourner

le Vieux-Port de La Ciotat. Dirigez-vous vers l'avenue des Calanques, suivez-la jusqu'au site du Mugel.

2 Empruntez l'avenue du Mugel ou laissez-vous tenter par une visite du Parc du Mugel, par botanique de douze hectares, labellisé "Jardin Remarquable".

Un sentier permet de monter jusqu'au point de vue panoramique du belvédère qui culmine à 82 mètres d'altitude.

Si vous continuez sans détour, suivez l'avenue du Mugel, suivez à droite l'avenue du Cardinal Maurin et ensuite à gauche le chemin de la Garde jusqu'à l'intersection de deux routes.

3 Encore un crochet qui vaut le détour, le promontoire de la Chapelle

Notre-Dame-la-Garde, entièrement déorée d'ex-votos marins, vous laissera une impression spectaculaire. Pour y accéder, prenez la traverse de la Garde et le chemin aménagé qui conduit à la chapelle.

Sinon continuez tout droit le long du chemin du Sémaphore qui monte progressivement. Restez à droite lorsque la route s'écarte sur la gauche. Continuez sur 100 m.

4 Devant un panneau "propriété privée", prenez à gauche le sentier en balcon qui longe un muret du Sémaphore en ignorant les autres sentiers.

Passez devant le Sémaphore, suivez à droite le sentier qui la contourne pour

arriver sur la Route des Crêtes. Longez cette route panoramique sur 100m jusqu'au panneau directionnel.

5 Dirigez-vous à droite vers La Ciotat par la chapelle Sainte-Croix. Restez sur la crête. Elle s'oriente progressivement vers le Sud-Est. Longez les murs de pierres. Après les ruines de la chapelle, descendez le chemin Sainte-Croix.

6 En arrivant en ville, ce chemin devient goudronné. Continuez ce chemin en traversant l'avenue François Billoux et descendez les escaliers. Suivez l'avenue de la Pétanque, puis l'avenue Gallieni, la place des Esquiros et la rue Gueymard à droite pour retrouver le point de départ : le Vieux-Port de La Ciotat.