

TOPO RANDO CAP CANAILLE

CASSIS - SUR LE PLATEAU DE SOUBEYRAN

LONGUEUR 7,6 KM

DÉNIVELLÉ 576 M

NIVEAU MOYEN

Comme une invitation à l'envol, au voyages... le massif du Cap Canaille !

La Méditerranée s'étend à perte de vue ; la baie s'ouvre aux voyageurs ; les falaises offrent leurs à-pic vertigineux aux assauts de la mer ; les "Trois Secs" marquent la fin des terres...

Et puis le rocher du Bec de l'Aigle se tient là, debout, comme une sentinelle.

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. Elle permet aux moins courageux de bénéficier de ces superbes points de vue.



Accès : Quittez l'autoroute A 50 (sortie Cassis), prenez la D559 qui descend vers Cassis, tournez gauche en prenant la D 141 "Route des Crêtes".

Parking : 1^{er} parking sur le plateau de Cap Canaille.

VISITES DÉCOU- VERTES

PLONGÉE

Centre Cassidain de plongée

En Méditerranée, entre le Cap Canaille et les calanques, Cassis Services Plongée, le centre d'Henri Cosquer, vous permet de pratiquer la plongée loisir. Ce centre vous propose baptêmes, plongées de nuit, photo subaquatique, brevets, explorations, et orientation subaquatique.

Tél. : 04 42 01 89 16

Narval Plongée

Embarquez à bord du Narval avec Fabienne Henry pour découvrir la baie de Cassis et ses sites : calanques, phare de Cassidaigne, archipel de Riou, et profitez des activités qui vous sont proposées : baptêmes, photo subaquatique, stages, brevets, biologie subaquatique, plongée enfant, Nitrox et Trinix. Tél : 04 42 01 87 59

VOILE

Ecole municipale de voile de Cassis

Des stages sportifs sont proposés pour les enfants pendant les vacances scolaires à la demi journée du lundi au vendredi sur trois supports : L'optimist, Newcat et Newcat 16

Tél : 04 42 01 16 65

CONTACTS UTILES

Office de tourisme de Cassis

Quai des Moulins
Tél. : 08 92 25 98 92

Transport : www.lepilote.com



CASSIS SUR LE PLATEAU DE SOUBEYRAN

Accès au départ de la randonnée depuis Cassis

Suivez la D559, "route des crêtes", depuis Cassis. Montez pendant quelques kilomètres et arrivez au Pas de la Colle. Continuez pendant 2,5 km jusqu'au premier grand parking sur votre droite (citerne enterrée).

Itinéraire au départ de Mourières

1 Dirigez vous plein sud vers la mer, puis longez la crête en gardant la mer à droite, jusqu'au Cap Canaille qui culmine à 363 m.

Ce large plateau rocailleux offre une vue des îles de Marseille jusqu'au Cap Sicié, vers Toulon.

En poursuivant, une esplanade vous permettra, en toute sécurité, de jouir du spectacle qui s'offre à vos yeux : au loin, le grand bleu, à vos pieds, le vide...

Continuant votre chemin, les Falaises Soubeyrannes se découpent, comme travaillées par une dentellière. En remontant, le sentier foule une garrigue basse typiquement méditerranéenne : chênes kermès ou "réganéou", genêts, cistes, aphyllantes... Autant d'espèces parties à la reconquête des espaces ravagés par des incendies successifs (1957-1980).

Le cheminement sur un sentier caillouteux est parfois un peu difficile, mais ensuite de larges dalles vous mèneront aisément jusqu'à un nouveau belvédère.

C'est le point de départ d'une voie d'escalade, la première à avoir été

équipée dans les falaises. Reprenez votre souffle avant la dernière ascension vers le point culminant de la balade : le rocher de Grande Tête. Du haut de ses 394 m, la vue est imprenable, offrant un véritable condensé de Provence.

A tribord, Marseille, les calanques et Cassis. A bâbord, La Ciotat, le Cap Canaille et au loin Toulon. Au nord, les crêtes lointaines de la Sainte-Baume, du Garlaban.

Dès que le Sémaphore du Bec de l'Aigle est en vue, bifurquez sur la droite et descendez dans un petit vallon arboré.

Ici, tout change : la mer s'éloigne, la pierraille devient terre, la maigre garrigue fait place à de petits pins sagement alignés.

Du Sémaphore, vous aurez le meilleur point de vue sur La Ciotat, le rocher du Bec de l'Aigle, et l'Île Verte, site classé protégé par le Conseil Général.

2 Les alentours de la table d'orientation offrent une aire de pique-nique rêvée avant le retour par le même itinéraire.



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

