DESTINATIONS QUEYRAS
et ailleurs... sur les chemins du randonneur responsable

CE, club, asso, groupe : Découverte des Calanques et massif de la Sainte-Baume

PRESENTATION

Randonnée accompagnée en hôtel**
6 jours, 5 nuits, 5 jours de randonnée

Un séjour exceptionnel et contrasté où vous découvrirez les plus belles Calanques de Cassis, où vous prendrez de la hauteur pour rejoindre le sommet de la montagne de la Sainte Victoire dominant Aix en Provence et Des hauteurs de Aix en Provence et où vous trouverez de la fraicheur en passant par les forêts de chênes et des vallons verdoyants de la Sainte Baume.
Mondialement connue par Cézanne qui l'a immortalisée sur plus de 80 toiles, aujourd'hui le massif de la Sainte-Victoire est sillonné de nombreux sentiers aux charmes provençaux et labellisé Grand Site de France.
Le massif de la Sainte-Baume est surtout renommé comme lieu de pèlerinage en hommage à Marie-Madeleine, qui aurait évangélisée la Provence. Aujourd'hui cette montagne nous offre son étonnante « forêt relique », ses parfums méditerranéens mais c'est surtout un formidable balcon panoramique sur la mer et sur les Alpes !
Les Calanques de Cassis ne se présentent plus ! Connues du monde entier pour ses falaises découpées qui offrent un paysage de canyons sublimes et le charme irrésistible de son petit port, ces lieux inoubliables viendront couronner un séjour riche en émotions !

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

PROGRAMME

Le programme est donné à titre indicatif

Jour 1

Accueil par votre accompagnateur le dimanche soir à 18h00 en gare TGV de Aix en Provence
Transfert (30 mn) à l'hôtel au pied de la Sainte Victoire

Jour 2

Montagne de la Sainte-Victoire : La Croix de Provence (946 m)
Transfert au parking du refuge Cézanne ou le peintre aimait se réfugier pour créer. Un itinéraire en balcon traverse le versant sud du massif puis un petit chemin se faufile dans la végétation et il nous faudra parfois nous aider un peu de nos mains pour franchir quelques petits ressauts rocheux, mais rien de bien compliqué ni dangereux. Cette ascension est splendide et l'arrivée sur la crête sommitale n'a rien à envier à nos ambiances alpines ! Pour gagner la cime de la Croix de Provence, nous marchons sur le fil de ce fantastique massif qui domine les alentours avec de belles vues sur les Alpes et la mer.

- Retour à l'hôtel pour récupérer les bagages vers 16h30
- Transfert à l'hôtel à Plan d'Aups (40 mn de route)
- Repos et accès à la piscine de l'hôtel
- Repas du soir à l'hôtel

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Temps de marche : 5h M et D : 650 m

Jour 3

Massif de la Sainte Baume : Du sanctuaire aux crêtes (1036 m)
Changement d'ambiance sur les versants nord massif de la Sainte-Baume. Nous traverserons la dernière forêt primaire de Provence pour rejoindre la grotte Sainte-Marie-Madeleine et son sanctuaire accroché en pleine paroi. Un petit chemin méconnu permet d'accéder sur la ligne de crête calcaire que

nous suivrons vers l'ouest pour rentrer à Plan d'Aups. À 1 000 m d'altitude nous surplomberons la côte méditerranéenne au sud et si le temps le permet une vue sur les Alpes vers le nord. Nuit à Plan d'Aups la Sainte-Baume.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Temps de marche 4h30. M : 400 m D : 400 m

Jour 4

Massif de la Sainte Baume : Le pic de Bertagne par la glacière
Au départ de l'hôtel nous franchissons le col de Bertagne (870 m) pour atteindre le site de l'ancienne glacière, témoignage d'un temps ou le réchauffement climatique n'existait pas ! Un petit chemin très peu parcouru nous permet de remonter vers le col du Fauge (960 m) en découvrant le beau versant sud de la Sainte Baume d'où nous dominerons la vallée de l'Huveaune et la baie de Marseille au loin. Il nous reste à gravir le Pic de Bertagne (1020 m) extrémité ouest du massif de la Sainte-Baume et plus haut sommet des Bouches-du-Rhône. Encore une journée avec des panoramas époustouflants !

- Retour à l'hôtel pour récupérer les bagages
- Transfert à l'hôtel sur Cassis (40 mn de route)
- Repos et accès à la piscine de l'hôtel
- Repas du soir à l'hôtel

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Temps de marche : 4h30 M : 550 m D : 550 m

Jour 5

Les Calanques des falaises : Du Cap Gros à la falaise du Devenson
Départ à pied de l'hôtel pour gagner le col de la Gardiole (258 m) et traverser sa belle forêt domaniale. Aujourd'hui nous découvrons les Calanques des « hautes falaises ». Votre accompagnateur vous emmène sur un petit chemin qui se faufile dans la végétation et les rochers (que nous gravirons parfois un peu à « quatre pattes » !) Mais quelle récompense lorsque l'on prend pied sur la crête à plus de 250 m au-dessus de la mer ! Superbe traversée entre la calanque de l'Eissadon et la calanque de l'œil de Verre en marchant sur la crête de la falaise de Devenson ! La vue s'ouvre de la baie de Cassis et son Cap Canaille jusqu'aux îles de Riou et le cap de Sormiou et nous sommes sous le Cap Gros (509 m) deuxième point culminant du massif. Cette randonnée, peu parcourue reste une randonnée majeure

pour découvrir les différentes facettes des Calanques !

- Vers 18h, transfert à Cassis (10 mn) pour une visite-découverte de ce petit port renommé en raison de son irrésistible charme. Quartier libre pour vos flâneries personnelles dans les ruelles du village (façades provençales, fontaines…)
- A 19h30 repas dans un petit restaurant du port

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Temps de marche : 4h30 M : 550 m D : 550 m

Jour 6

Les calanques de bord de mer : Morgiou et Sugiton
Transfert en minibus et voiture personnelle à Luminy. Magnifique boucle au cœur du massif des Calanques dans une nature sauvage et préservée avec des points de vue étonnants sur la baie de Marseille puis le grand large et l'archipel protégé de Riou. Il est incroyable de trouver une nature aussi riche et si belle à deux pas de la seconde ville de France !
Nous commençons la randonnée par une petite descente vers le vallon de Morgiou avant de remonter sur son cap à 250 m d'altitude pour une belle vue sur la calanque de Sormiou, la seconde calanque habitée du parc national. Une belle traversée du cap nous ramène au cœur de Morgiou et de son célèbre petit port de pécheurs et ses cabanons. L'un des plus beaux chemins de bord de mer du massif va nous conduire vers la grandiose calanque de Sugiton et son décor de carte postale ! Petite baignade dans la mer d'un bleu intense avant de regagner l'hôtel avec des images étonnantes qui resteront gravées dans votre mémoire…

- Fin du séjour à l'hôtel vers 15h00
- Transfert en gare de Cassis pour 16h

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Temps de marche : 4h30 M : 450 m D : 450 m

COMPLEMENT DE PROGRAMME

N'hésitez pas à considérer ce programme comme une promesse flexible ! En raison de variables telles que la météo, l'état des sentiers ou d'autres facteurs indépendants de notre contrôle, il se peut que nous

apportions des ajustements occasionnels. Cependant, rassurez-vous, notre guide est un expert du massif, connaissant ses moindres secrets, et il s'efforcera de vous garantir une expérience exceptionnelle. Par exemple, en cas de forte affluence sur certains itinéraires, il saura vous dévoiler des chemins magnifiques et préservés pour que votre séjour soit des plus mémorables. Préparez-vous à explorer des lieux enchanteurs !

Envie de faire un petit plouf ?
L'appel des eaux turquoise est irrésistible, mais gardez à l'esprit que ces baignades ne sont ni organisées ni encadrées par nos soins. Vous choisirez de vous baigner sous votre propre responsabilité. Bien sûr, notre accompagnateur peut vous rejoindre avec plaisir, mais il ne peut être tenu responsable de la sécurité de cette activité.

Le petit plus pour terminer votre séjour
Si vous avez encore soif de découvertes culturelles et patrimoniales à la fin de votre séjour, pourquoi ne pas prolonger celui-ci par une escapade de week-end à Marseille ? Vous pourrez explorer le quartier du Panier, admirer la Cathédrale de la Major et Notre-Dame-de-la-Garde, ou encore vous offrir une balade depuis le MUCEM jusqu'au Vieux-Port pour savourer une bouillabaisse locale.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Par votre accompagnateur le dimanche soir à 18h en gare TGV de Aix en Provence
Transfert (30 mn) à notre hôtel proche du massif de la Sainte-Victoire

Arrivée en train

Gare TGV de Aix en Provence / Nombreux TGV au départ de Paris et Lyon
Informations : https://www.sncf-connect.com/

Arrivée en voiture

Si vous utilisez votre voiture pour vous rendre sur le lieu du séjour, vous pouvez rejoindre directement l'hébergement où vous retrouverez votre guide et le reste du groupe vers 19h.
Vous effectuerez ensuite les transferts à Plan d'Aups puis à Cassis avec votre véhicule en compagnie de notre minibus.
Tous les hôtels disposent d'un parking privé.
L'hôtel à Cassis est situé sur les hauteurs à l'extérieur de la ville... il dispose d'un parking gratuit.

Arrivée en avion

Aéroport Marseille-Provence, situé à environ 25 km au nord-ouest de Marseille.
Nombreuses Navette-bus pour Aix en Provence (ville et gare TGV)

DISPERSION

Le vendredi vers 15h00 après la randonnée à l'hôtel à Cassis

Si vous êtes arrivés en train :
Transfert en gare de Cassis pour 16h00. Nombreux trains pour la gare de Marseille-Saint Charles.

Retour avion
Navette possible également de la gare Saint Charles à l'aéroport de Marseille-Provence

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

NIVEAU

3 chaussures
Les randonnées proposées se déroulent sur des itinéraires de montagne avec dénivelés de 600 à 800 m en montée et/ou descente, sans difficultés techniques particulières. Comptez 5 à 6 heures de marche par jour environ. Vous marchez avec un sac léger contenant vos affaires nécessaires à la journée (pique-nique, vêtement chaud, gourde...). Nul besoin d'être un expert de la randonnée pour effectuer ce séjour. Il suffit d'être en bonne forme physique et de ne pas avoir peur de transpirer un peu !...

Certains jours, la chaleur ou le vent fort (mistral) peuvent être des sources de difficultés supplémentaires et nous imposer des modifications de programme. Si le dénivelé semble faible, la marche dans les massifs provençaux et les Calanques s'adresse au randonneur bien équipé (chaussures de randonnée, hautes ou basses, à semelles crantées obligatoires) car les sentiers sont caillouteux et nécessitent une certaine attention.

Quelques brefs passages sont escarpés et parfois sécurisés (petit câble ou barreaux d'échelles) et peuvent nécessiter de vous aider un peu de vos mains, mais encadré d'un professionnel qui connaît parfaitement ces secteurs, ces petits passages ne vous poseront pas de difficultés particulières.

HEBERGEMENT

En chambre de 2 personnes (Single possible avec supplément)

L'hôtel proche de la Sainte Victoire (1 nuit) : en fonction de la période et des disponibilités nous avons plusieurs partenaires possibles dans les environs de Aix en Provence. Nous prendrons le repas du soir dans un restaurant proche.

L'hôtel 3* à Plan d'Aups (2 nuits)** : il est situé au cœur du massif de la Sainte-Baume, à 700 m d'altitude. Établissement certifié Eco-label Européen. Il dispose d'un parc arboré et d'une piscine extérieure. Très bien situé pour les randonnées avec départ à pied de l'hôtel le jour 4
Repas du soir à l'hôtel

L'hôtel proche de Cassis (2 nuits)** : Premier et seul établissement certifié par un Eco-label international : Clef Verte, notre partenaire depuis de nombreuses années se situe sur les hauteurs du golfe de Cassis (à 10 mn de voiture du port). Nous apprécierons le lieu, loin de la foule et du bruit du port, ou selon les périodes il est très difficile d'accéder en véhicule (et de se garer !). Notre hôtel offre un parking sécurisé gratuit, une piscine, des espaces terrasses donnant sur la garrigue... Sa situation est

très pratique pour les randonnées (départ à pied de l'hôtel le Jour 5). En fin de journée après la randonnée, balade et temps libre dans Cassis.
Repas du soir à l'hôtel

Les repas de midi sont des pique-niques achetés par l'accompagnateur et à partager sous forme de buffet. Vous aurez également l'agréable surprise de découvrir des produits typiques
Et de saison, chacun préparera sa salade avec ces différents ingrédients.

ECORESPONSABILITE
En tant que professionnels du tourisme, nous avons notre rôle à jouer dans la transition actuellement en cours vers un avenir plus durable. Nous constatons un fort attrait pour la nature, une envie de retour aux sources, un besoin de déconnexion vis-à-vis de la technologie et de reconnexion avec soi-même. Nous souhaitons être en lien, en communion avec notre environnement, mais nos modes de vie actuels nous ont éloignés de l'essentiel ! C'est là qu'interviennent les professionnels de la montagne, afin d'encadrer et de sécuriser les pratiques, tout en préservant le milieu naturel. Mais gardez à l'esprit que ce que nous pouvons vous proposer seront uniquement des expériences.

Nous devons prendre conscience qu'en tant qu'êtres vivants, nous faisons partie intégrante de notre environnement. Nous avons besoin de lui et participons à son bon fonctionnement. Nous devons le préserver, mais surtout le respecter. En prenant conscience de notre impact sur l'environnement et en étant soucieux de le limiter, nous commençons à agir. Nous avons à cœur de vous transmettre ces valeurs et de vous inciter à devenir acteur et responsable, pour pouvoir continuer à cheminer ensemble au cœur de cette belle nature qui nous entoure. En ouvrant les yeux sur la magie du monde qui nous entoure, vous aussi, vous prenez part à cette transition.

L'écoresponsabilité se distille au travers de tous nos petits actes du quotidien. En vacances, il devient plus naturel et aisé de changer son mode de vie, de consommer moins, d'essayer le « Do It Yourself » (fait maison). Nous vous incitons à essayer de garder ces habitudes vertueuses lorsque vous rentrerez chez vous, en pensant à toutes ces fleurs que vous avez contemplées, tous ces animaux que vous avez eu la chance d'apercevoir durant votre séjour parmi nous…

Zéro Déchet
Dans le but de tendre vers le zéro déchet et d'affirmer nos valeurs écoresponsables, nous nous engageons pour votre santé et pour la planète en ce qui concerne la qualité de vos repas et en limitant le plastique au maximum. Nous vous incitons également à utiliser des emballages en papier ou bien réutilisables type bee-wrap (emballage écologique fait à partir de cire d'abeille et d'un bout de tissu, pouvant être réalisé soi-même ou bien acheté dans les boutiques bio). Pour vous encourager dans cette démarche, nous vous offrons en cadeau de bienvenue un sac en coton (ou tote bag) dans lequel vous pourrez glisser votre pique-nique, et que vous pourrez réutiliser à l'infini dans vos futures randonnées ! De même, nous vous encourageons à investir dans une gourde réutilisable en plastique ou métal, dans

le but de réduire les déchets de bouteilles d'eau. Chaque geste anodin compte !

De manière générale, veillez à ne rien laisser derrière vous et à bien faire le tour de la zone de pique-nique avant de repartir pour vérifier que rien ne traîne par terre. Il n'y a rien de plus désolant que de tomber nez à nez avec un paysage sublime jonché de détritus laissé par les précédents randonneurs...

PORTAGE DES BAGAGES

Pendant ce séjour, vous effectuerez des randonnées en étoile, ce qui signifie que vous n'aurez pas à porter vos bagages, car ils resteront à l'hôtel. Vous n'aurez donc pas besoin d'un sac à dos volumineux. Prévoyez simplement un petit sac à dos d'environ 30 à 35 litres pour emporter vos effets essentiels de la journée, tels que le casse-croûte fourni par l'hôtel, des vêtements chauds, une gourde, etc.

GROUPE

De 6 à 12 participants pour 1 guide
Votre accompagnateur reste le seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant en fonction des conditions météorologiques, du niveau des participants, ou tout autre raison pouvant nuire à la sécurité du groupe et au bon déroulement du séjour.

Explorez ensemble :
Si vous êtes un groupe déjà formé, que ce soit en famille, entre amis, au sein de votre association ou comité d'entreprise, ce séjour est une excellente occasion de partager des moments de découverte ensemble. Vous pourrez créer des souvenirs mémorables avec vos proches. !
Contactez-nous et nous serons ravis d'étudier votre demande, même pour des dates différentes de celles prévues. Nous vous proposerons un devis adapté au nombre de participants. Nous sommes là pour vous aider à organiser votre aventure.

ENCADREMENT

Bienvenue dans l'univers chaleureux de notre équipe, un groupe de passionnés composé de femmes et d'hommes dévoués à leur métier, tous animés par une grande excitation à l'idée de vous accompagner !

Votre périple sera entre les mains expertes d'accompagnateurs et accompagnatrices, diplômés et spécialistes des Calanques prêts à vous faire partager leur amour inconditionnel pour la nature et la montagne. Chacun d'entre eux apporte sa propre touche, révélant les merveilles qui se cachent dans

chaque recoin de la nature.

Avant tout, votre guide vous inspirera confiance grâce à sa parfaite connaissance de l'environnement, sa lecture avertie du terrain et son souci du moindre détail. N'hésitez pas à solliciter leur expertise pour des conseils sur votre équipement ou pour répondre à vos petits soucis en cours de route. À la fin de chaque journée, laissez-vous emporter par la convivialité du "débrief" autour d'une boisson rafraîchissante ou réconfortante. Échanges et anecdotes humoristiques contribuent à créer une atmosphère bienveillante, faisant de vos vacances un pur moment de plaisir et de détente !...

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

- Un sac à dos à armatures souples et muni d'une ceinture ventrale : 30 à 40 litres minimum pour loger toutes les affaires de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, 2 litres d'eau, vivres de course, veste coupe-vent, vêtements de pluie ...)
- Une paire de chaussures de marche avec tige montante de préférence et semelle crantée. Attention les chaussures type baskets sont interdites car elles sont dangereuses sur ces sentiers et inconfortable pour marcher.
- Tee-shirt ou chemise ou polo adaptés à la randonnée
- Un pull chaud en laine ou fourrure polaire
- Une veste de montagne ou une veste coupe-vent avec un capuchon (type Gore Tex ou équivalent. Attention le mistral peut parfois être froid)
- Protection pour la pluie (attention une cape de pluie n'est pas toujours adaptée au vent et aux sentiers des Calanques !)
- Un pantalon de marche
- Un short ou un bermuda
- Un maillot de bain + une serviette de bain
- Un chapeau ou foulard ou casquette
- Une protection pour la nuque pour éviter les coups de soleil ! (Type «buff» par exemple)
- Une paire de lunettes de soleil de bonne protection
- Crème protectrice pour la peau et les lèvres
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, vitamine C ; élastoplaste, pansements, Compeed, boules Quies...)
- Pour les pique-niques : une petite boîte hermétique type Tupperware, un gobelet, un couteau pliant (type opinel) et une petite fourchette
- Deux gourdes (il faut prévoir deux litres au minimum par jour pour les randonnées)
- Une lampe de poche légère (de préférence frontale)

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Carte vitale.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).

TRANSFERTS INTERNES

Pour les déplacements entre les hôtels, nous utilisons notre minibus de 8 places complété d'un taxi si besoin. Si vous avez votre voiture, vous l'utiliser pour vous déplacer également entre les hôtels pour l'avoir à votre disposition lors de la fin du séjour à Cassis

NOTA : selon les périodes, pour faciliter l'organisation des petits transferts vers les randonnées, nous pouvons vous demander d'utiliser votre véhicule personnel et éventuellement d'accueillir quelqu'un dans votre voiture.
Un défraiement kilométrique et la prise en charge des frais de parking à Cassis sera proposé à l'utilisateur de son véhicule.

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Une offre dédiée à votre groupe, sur mesure.
Contactez notre expert à l'agence, nous étudierons votre projet.

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

LE PARC NATIONAL DES CALANQUES

Merveille de la nature, écrin de biodiversité, le massif des Calanques regorge de trésors à protéger. Ce territoire d'une beauté et d'une richesse exceptionnelle est aussi d'une grande fragilité liée à la proximité de la deuxième ville de France (pression urbaine, pollutions, surfréquentation, prélèvements excessifs, incendies de forêt...). Les Calanques sont à l'origine des formations géologiques de roches calcaires, de profondes criques rocheuses surplombées de falaises abruptes. Depuis 2012, celles situées entre Marseille et Cassis ont obtenu le statut de Parc National, ainsi qu'une immense partie du territoire marin et les îles du Frioul. En effet, le Parc est à la fois terrestre et marin. Sa faune et sa flore sous-marine sont aussi exceptionnelles que celles sur la surface ! Sa diversité lui vaut le nom de "jardin sous-marin", peuplé de poulpes, anémones, oursins, sars, mérous, etc. La réglementation du Parc limite notamment la fréquentation des bateaux et exclut tous types de pêches.

Le Parc est composé d'une zone de cœur qui bénéficie d'une protection renforcée grâce à une réglementation stricte et spécifique, comme tous les autres Parcs Nationaux de France. Celui-ci a la particularité de posséder un cœur marin couvrant 90% du cœur total, comme les parcs nationaux de Port-Cros et de la Guadeloupe.

Le reste de la zone constitue l'aire d'adhésion, qui est ici divisée en deux de la même manière que la zone de cœur. La zone terrestre a pour but de soutenir, valoriser et favoriser le développement durable. Les villes de Marseille, Cassis et La Penne-sur-Huveaune font partie de ce périmètre. La zone maritime, quant- à elle, a également pour vocation la solidarité écologique, sans adhésion nécessaire de la part des communes.

Pour accéder aux Calanques, il faut se munir de bonnes chaussures, ou bien d'une embarcation ! Elles sont accessibles par la terre (hors période estivale, propice aux feux de forêts), via des sentiers plus ou moins escarpés, ou bien par voie maritime (bateau, kayak, etc.). Certains sites sont également très réputés pour l'escalade, avec leurs falaises de calcaires abruptes de plusieurs centaines de mètres ! Entre baignades dans les eaux cristallines, pagayage loin du rivage, ou grimpette dans la garrigue, il y en a pour tous les goûts...

MARSEILLE

Deuxième ville de France, Marseille peut se targuer d'être également la plus grande ville du Midi. Nommée "Massalia" dans l'antiquité, la cité phocéenne connaît depuis toujours un rayonnement à travers la mer méditerranée. Pôle de commerce, la ville a vu son industrie se développer de manière considérable. Marquée par son ouverture sur l'Europe du sud, le Proche-Orient, l'Asie et l'Afrique du Nord, Marseille est marquée par son multiculturalisme et porte parfois le surnom de "Porte de l'Orient". De magnifiques édifices religieux du XIXe siècle mettent en valeur ce mélange de cultures. Notre-Dame-de-la-Garde, aussi appelée

CARTOGRAPHIE

Cartes IGN TOP 25 au 1/ 25 000ème : N° 3245 ET “Aubagne - La Ciotat” ;
N° 3145 E “Marseille” ;
Carte IGN au 1/ 15 000ème : “Les Calanques »

BIBLIOGRAPHIE

Guide Gallimard : “La Provence” - Ed Nouveaux Loisirs ;
Le Guide du Routard : “Provence - Côte d’Azur” - Ed Hachette ;
Guide Vert : “Provence” - Ed Michelin ;
Le Guide Bleu : "Provence" - Ed Hachette ;
Le Guide Région "Provence" - Ed Le Petit Futé.