



28, 29, 30 aprile e 1° maggio: LES CALANQUES

La sezione di Lucca del *Club Alpino Italiano* organizza, per i giorni suddetti un'escursione nelle **Calanques** da Marsiglia a Cassis, con pernottamento in albergo a Aubagne, cittadina della Francia sudorientale, situata ai piedi del massiccio della Sainte-Baume, nella regione Provenza-Alpi-Costa Azzurra, a metà strada tra Marsiglia e Cassis.

La nostra gita prevede un programma escursionistico il GR 98-51, diviso in due tappe, da Callelongue a Sormiou la prima, e da Morgiou a Cassis la seconda.

PRIMO GIORNO. E' dedicato al viaggio di trasferimento, in pullman, ed alla sistemazione in albergo. Partenza alle ore 6,30 da Lucca (Viale Luporini, Piazzale Camper) per Genova-Ventimiglia-Nizza e poi direzione Tolone Marsiglia. Arrivo in serata a Aubagne, sistemazione, cena e pernottamento.

SECONDO GIORNO

La giornata è dedicata all'escursione a piedi lungo la prima parte del Gr 98-51, da Callelongue fino a Sormiou. Il nostro pullmann ci trasporterà a Marsiglia ed al piccolo villaggio di Callelongue, ove inizia il nostro itinerario.

Subito il sentiero attraversa la scogliera con tratti esposti costeggiando il mare fino alla Calanque de la Mounine e quindi prosegue per Marseillevyre (a volte si può trovare aperto un piccolo ristoro). Si prosegue lungo il sentiero per la Calanque de Podestat e quindi si tiene la sinistra per salire al Pas inferieur de la Melette e al Col de Sormiou. Senza scendere al paese di Sormiou, ci si tiene alti per raggiungere il Col de Baumettes e il Col des Escourtines. Giunti all'incrocio di sentieri di le Carrefour, si può decidere di raggiungere Morgiou con una veloce via diretta, oppure percorrendo la stupenda e panoramica Crete de Morgiou per poi piegare a sinistra e arrivare in paese costeggiando il mare. Si risale poi il vallone di Morgiou fino a raggiungere il colle di Morgiou e scendere il Vallone des Escampons, dove al termine ci aspetta l'autobus per il rientro in albergo.

Da Callelongue a Calanque de Marseillevyre Dislivello: m. 50 Tempo: ore 1,30

Da Calanque de Marseillevyre a Morgiou Dislivello: m. 300 Tempo: ore 4 - 5

TERZO GIORNO

In autobus raggiungiamo Luminy. Da qui prendiamo il sentiero (6a) per il colle di Sugiton, e seguiamo fino a raggiungere il sentiero gr 98-51 che proviene da Morgiou, quindi si segue il sentiero che, costeggiando la Falesia des Toits e poi per un lungo tratto estremamente panoramico, raggiunge il passaggio caratteristico de l'Oeil de Verre – un placca esposta che si supera con l'aiuto di una corda fissa. Ora si sale allo Cheminée du Diable e quindi si tiene la destra verso il Col des Charbonniers. Superata la parte più impegnativa della tappa, si prosegue sulla Falesia du Devenson per un lungo tratto, scendendo poi alla Grotta de l'Oule. Risaliti al Col de l'Oule, si raggiunge le Potalet d'En Vau e lungo una sterrata si scende alla Calanque d'En Vau. Da qui (E' possibile il ritorno in battello fino a Cassis) salendo per un breve tratto tra le rocce in breve si raggiunge Port Pin e Port Miou ed infine Cassis.

Da Luminy a Calanque d'En Vau Dislivello: m. 600 Tempo stimato : ore 6 - 7

Da Calanque d'En Vau Arrivo: Cassis Dislivello: m. 150 Tempo: ore 2

QUARTO GIORNO

La mattinata è disposizione per una breve escursione/arrampicata. La partenza per il rientro è prevista entro le 14,00 e l'arrivo a Lucca in serata.

*** **

In alternativa, è possibile effettuare:

a) un programma di arrampicate in zona, riservato a cordate autonome e preparate. Coloro che intendono aderire a tale programma alpinistico, dovranno organizzarsi in modo autonomo quanto a cordate, alla scelta delle salite, ecc., salva la possibilità di avere il pullman a disposizione previo accordo con la direzione di gita.

b) un programma escursionistico alternativo, diviso in due circuiti: il primo Sormiou-Morgiou, ed il secondo Le Calanque d'En Vau:

- il primo giorno un percorso ad anello per il sentiero n. 5: Sentier des Baumettes à Morgiou per il Col des Baumettes e Le Calanque de Sirmiou la Crete de Morgiou e rientro per il Vallon de Morgiou;
- il secondo giorno il sentiero n. 7 Dal Col de la Guardiole a al Calanque d'En Vau

Difficoltà: il Gr 98-51 è un percorso impegnativo, per alcuni passaggi esposti o di facile arrampicata; indispensabile resistenza, passo sicuro e assenza di vertigini. Portare acqua, non ci sono punti di rifornimento sul cammino, le fonti sono in generale secche, e nei villaggi non c'è acqua corrente. I percorsi alternativi sono tuttavia più facili.

Attrezzatura: scarponi da trekking, eventuale biancheria di ricambio, maglioni o pile, giacca a vento, cappellino, caschetto, mantellina, scorte alimentari e di acqua

Quota: € 230,00 soci; €260,00 non soci.

La quota comprende: il viaggio A/R in pullman, n.3 mezze pensioni (cena, pernottamento e prima colazione).

Iscrizioni entro il 18 aprile. Caparra di € 50,00. Informazioni presso la Sezione (tel. 58.26.69) ore 19-20 (esclusi sabato e domenica).

Ricordarsi della carta di identità valida e tessera C.A.I.