



SPORTS LOISIRS & CULTURE MARTIGUES

SECTION **RANDONNÉE** PLEIN AIR

Avenue Calmette et Guérin

13500 MARTIGUES

☎ 06 73 43 40 31

Email : slcrandonnee@hotmail.fr

<http://slcrandonnee.wifeo.com>

RANDONNÉE DU 20 NOVEMBRE 2022 LE SENTIER MERVEILLEUX ST BAUME (83)

Départ : 7 h30 de la Halle de Martigues.

Durée : 5 heures 30

Dénivelé positif : 500 mètres

Dénivelé cumulé : 900 mètres

Longueur : 16 km

Cotation : P2 - T1 (avec 2 passages en T2) Carte IGN 1/250000^{ème} 33450T

Un "sentier merveilleux" qui mène au "paradis" ... Vous rêviez de monter un jour au paradis c'est aujourd'hui que nous vous y conduirons, par un sentier merveilleux qui tient toute ses promesses, dans une forêt primaire, millénaire, dense de feuillus : hêtres, ifs ou houx et sur un charmant sentier, bien moelleux sous les chaussures vous atteindrez ainsi le paradis. **Oui oui ne souriez pas le paradis n'es pas loin...Le "Paradis", au "Royaume du parfait bonheur.**

Le départ de notre randonnée se fera du parking des trois chênes près de l'Hôtellerie de la Sainte Baume en direction de la grotte Marie Madeleine, puis nous prendrons un sentier balisé en jaune c'est le sentier du Dr Pourcel: « **Le sentier merveilleux** » qui serpente en sous-bois au pied de la chaîne de la Sainte Baume. Le sentier est très ombragé et parfois très sombre tellement la forêt est dense. Après être passé devant les restes d'un vieux hêtre centenaire, le sentier monte franchement, nous évoluerons ainsi dans une forêt primaire, traverserons les gorges de Saint Cassien pour rejoindre une clairière que le Docteur Pourcel a qualifié de « **Paradis** ». Nous continuerons ensuite jusqu'au pas de l'Ail un éperon rocheux que nous gravirons pour accéder aux crêtes de la Sainte Baume, en fonction de l'heure nous ferons la pause repas.

L'après-midi nous reprendrons notre chemin en crête caillouteux, sur le GR9 avec des montées et descentes successives et des points de vue magnifiques sur les massifs de la Sainte Victoire, les Calanques de Marseille Veyre, et qui nous conduira jusqu'à la Chapelle du Sain Pilon. Puis nous entamerons la descente par le chemin des Rois tout en sous-bois jusqu'au parking pour rejoindre le bus.

Information : Une randonnée accessible à tous dans la mesure où vous avez le pied sûr pour franchir les quelques passages en T2

Recommandations :

- * Une trousse de secours individuel et une pharmacie personnelle.
- * Chaussures de marche tiges hautes Recommandée.
- * Bâtons de marche Utiles.
- * 1,5 litre d'eau minimum par personne.
- * Divers : appareil photo, jumelles...
- * Suivre l'animateur de tête* Respecter les consignes et faire preuve de prudence

Animateurs : Georges : 06 87 16 93 72, Bertrand et Dany