

# Frouzins Montagne

## La Traversée des Calanques

La Traversée des Calanques de Marseille à Cassis « au plus près de la mer », est confirmée. Cette sortie, qui alliera la randonnée et la découverte des paysages de Cézanne, se déroulera du samedi 27 au mardi 30 décembre.



### Programme prévisionnel

Samedi : déplacement de Toulouse à Marseille. Pique Nique à L'Estaque, puis découverte de « la plus belle rade du monde » depuis Notre Dame de la Garde (tentative d'observation du Canigou).

Dimanche : traversée de Marseille à la Calanque de Morgiou, au départ du Sentier des Douaniers, la Calanque de la Mounine, la forêt des Walkyries, pour arriver à la Pointe de Morgiou au moment du coucher de soleil.

Lundi : traversée de Morgiou à Cassis par les Pierres Plates, le Pas de l'Oeil de Verre, le Vallon de la Vierge, les Falaise du Devançon ...

Mardi : ascension de la Montagne de la Sainte Victoire par sa Face Nord, probablement enneigée (tentative d'observation des sommets des Alpes)

Ensuite, visite du Tholonet, et retour sur Toulouse

### Budget

Pour le covoiturage, les demi pension, et la « Soupe de Pastis » à Cassis, prévoir environ 200 Euros

### Equipement

Chaussures de randonnée, chaussettes de montagne, pantalon long, veste polaire, coupe vent, bonnet et gants pour le matin et le soir

Crème solaire, lunette de soleil, chapeau, tee-shirt, short, et serviette et maillot de bain au voisinage de midi

Sac à dos pour la journée avec de l'eau et le pique nique du midi, et lampe frontale pour les crépuscules

Et bien sur l'appareil photo ...