

Les CALANQUES en 2 groupes

Belvédère de Titou-Ninou

Groupe 1 : Col de la Selle, Plateau de l'Homme Mort

Groupe 2 : en plus, les Cols de Sormiou et Cortiou

DIMANCHE 18 OCTOBRE 2015



ce belvédère a été baptisé en 1938 par les familles Roux et Chaps qui y venaient avec leur fils et fille respectifs, appelés Titou et Ninou

**SORTIES D'ESSAI :** Acceptées dans groupe 1 - seulement les bons marcheurs

**DEPART :** 8h00 – Rendez-vous sur le parking derrière le Théâtre des Salins  
ou à 9h15 au lieu du regroupement (dans ce cas prévenir les animateurs)

**TRAJET :** Martigues – Marseille (50 km)

Itinéraire libre, simple suggestion : Martigues - A55 - A Marseille, prendre le tunnel sous le Vieux Port puis la Corniche. Après le rond-point du David, prendre au prochain rond-point à gauche l'avenue Bonneveine. C'est toujours tout droit et bientôt c'est fléché Sormiou. Après plusieurs ronds-points, au niveau de l'hyper-marché Leclerc (à gauche) et du rond-point avec 5 gros pins au centre, prendre à droite et vous êtes arrivé !

**LIEU DE RENDEZ-VOUS:** Près du Centre Commercial Leclerc, sur le Boulevard Louis Pierotti  
Croisement du Chemin de Sormiou (il est en prolongement du Chemin du Roy d'Espagne) et du Boulevard Louis Pierotti

Coordonnées: 43°13'55.3" et 5°24'01.3" ou 31T x=694918 y=4789375

**COUT du trajet :** 5 € à remettre au chauffeur (base de 4 personnes par voiture)

**COTATION :** 2 groupes Chaussures de randonnée obligatoires et bâtons fortement conseillés

P1T1 Dénivelée : 560m Durée : 4h30 de marche Distance: 8km

P2T1 Dénivelée : 730m Durée : 5h00 de marche Distance: 11km



## RANDONNEES :

Groupe 1 et Groupe 2 : itinéraire commun jusqu'à la Fontaine de Voire.

G1 : Bâtons de marche vivement conseillés

Un peu plus haut que la Fontaine de Voire nous laissons le G2 à leur course pour nous engager sur un sentier en balcon qui surplombe la baie de Marseille et nous conduit au travers d'une végétation luxuriante jusqu'au col de la Selle. Une descente raide nous permet de rejoindre le Malvallon Sud que nous remontons en ayant soin de découvrir quelques rochers suggestifs laissant libre cours à notre imagination et nous débouchons au belvédère Titou Ninou, notre "restaurant" avec vue 4 étoiles sur les Calanques et les îles. Après un repos et un repas bien mérités nous redescendons par un sentier très pentu avec éboulis pour rejoindre la Fontaine de Voire puis nos voitures.

G2 : Bâtons de marche vivement conseillés.

Après avoir quitté le G1, nous nous dirigeons vers le col de Sormiou par des montées, des descentes (qui peuvent être délicates) et un magnifique sentier en balcon.

Petite pause au col puis direction le col de Cortiou et le Plateau de l'Homme Mort.

Un tronçon plutôt descendant nous conduit au Belvédère de Titou-Ninou, lieu de notre pique-nique, sans doute avec le G1.

Nous descendons alors le Vallon de Malvallon Sud puis, hé oui ! on remonte, au col de la Selle (+150m) puis descente vers la Fontaine de Voire pour rejoindre les voitures.

Prévoir : Chaussures de marche (obligatoires) et bâtons conseillés - le repas tiré du sac - gourde pleine - vêtements légers et de quoi se couvrir si le Mistral est annoncé.  
En cas de pluie ce jour là, on avisera.

Animateurs : G1 : Renée LEMEL et Jean-Michel BELLONI Tél : 04.42.80.81.16 / 04.42.80.15.21  
[renee.lemel@free.fr](mailto:renee.lemel@free.fr)

G2 : Alain PELLETIER Marie-France BRIDE Tél : 06 85 18 59 01 / 04.89.11.10.62  
[pelletieral@free.fr](mailto:pelletieral@free.fr)

### **Siège social :**

RSD - Randonnée Ski Découverte de Martigues  
Chemin du Stade de Croix Sainte - 13500 MARTIGUES

Courriel : [rsdmartigues@free.fr](mailto:rsdmartigues@free.fr)  
Site internet : <http://rsdmartigues.free.fr>  
Blog : <http://rsdmartigues.wordpress.com>

Affilié à la FFRandonnée N° 03254  
Agrée Jeunesse & Sports N° 439/S88  
SIRET N° 477 630 511 00012 - APE 9312Z

