

# Calanque de Sormiou

La calanque de Sormiou est la plus grande de toutes les calanques. Cette randonnée vous conduira des eaux claires de Sormiou au cap Morgiou, où un magnifique panorama sur le village de Morgiou et la côte est des calanques vous attend.

## Départ itinéraire en voiture :

- 1 Prendre le chemin à l'extrémité gauche du parking, passer la barrière en direction du port et suivre le GR51 balisé en rouge et blanc. Le sentier contourne le port et serpente entre cabanons et pins pour brusquement prendre de la hauteur.
- 2 L'ascension se fait par un éboulis et rejoint une crête suivie d'un petit ressaut. Le sentier rejoint par de courts lacets une corniche puis le col.
- 3 50 mn - Prendre à droite le sentier balisé en bleu qui suit la crête de Morgiou. À environ 10 mn, le sentier descend et aborde un grand virage sur la droite. À cet endroit, quitter le sentier pour un promontoire surplombant la calanque de Morgiou. 4 1h.

De retour au col 3 1h10, longer la crête par le sentier bleu, la vue se dégage en direction de Marseille et Notre-Dame de la Garde. Le sentier passe une butte et redescend en direction du col des Escourtaines. Au col, le sentier remonte pour atteindre un petit plateau d'où l'on peut apercevoir un magnifique panorama sur le bec et la calanque de Sormiou. Continuer le sentier jusqu'au col des Baumettes 5 1h30.

C'est à ce col que nous rejoindrons le parking de Sormiou par le sentier balisé en rouge.

1h50 - Arrivée.

## Départ itinéraire en bus :

Du terminus, prendre à droite la route goudronnée en direction de Morgiou. Après un petit pont de pierre, suivre à droite le balisage rouge qui monte à flanc de colline. Le sentier coupe une large piste que l'on remonte sur la droite pour atteindre le col des Baumettes 5 15mn. Du col, rejoindre la calanque de Sormiou 1 45mn. Suivre le descriptif jusqu'au col des Baumettes 5. Du col, reprendre à droite le sentier balisé en rouge jusqu'au terminus de la ligne 22.

2h20 - Arrivée.

EN VENTE  
En librairie ou  
sur [www.guidesgoursau.fr](http://www.guidesgoursau.fr)

16 balades  
et randonnées  
sur Marseille et ses  
calanques.  
Un choix des  
plus beaux sites  
à découvrir  
en famille  
ou entre amis.



## ACCÈS

- en bus, ligne 22 du rond-point du Prado au terminus.
- en voiture, du rond-point du Prado prendre la direction des plages, puis de l'hippodrome et de Bonneveine jusqu'à la calanque de Sormiou (parking payant).

## FICHE TECHNIQUE

DISTANCE : 7 km

TEMPS ESTIMÉ : 1h50

DÉNIVELÉ : 400 m

DIFFICULTÉ : balade

REMARQUE : randonnée à parcourir en toute saison, montée pénible par forte chaleur.



**De part et d'autre de la métropole marseillaise, un immense territoire naturel, entre la vallée de l'Huveaune et la mer, offre un domaine important d'oxygénation. Cet ensemble est formé de plusieurs unités naturelles dont la morphologie du terrain, souvent très sévère, offre une intéressante diversité.**

**Les calanques, comme l'ensemble de la Provence, sont très sensibles aux incendies, notamment l'été et par temps de mistral.**

## RÉGLEMENTATION

Durant l'été dans les Bouches du Rhône, l'accès aux massifs forestiers est réglementé par arrêté préfectoral et peut l'être par arrêté municipal.

En fonction du niveau de danger, l'accès au massif forestier peut être possible toute la journée niveau **Vert** et **Orange**, ou limité à la tranche d'horaires entre 6h et 11h le matin niveau **Rouge** ou interdit toute la journée niveau **Noir**.

Situation de danger météorologique	peu dangereuse	dangereuse	très dangereuse
Période de l'année			
Janv. - Avr. - Mai - Oct. - Nov. - Déc.	Niveau VERT	Niveau VERT	Niveau ORANGE
Février - Mars		Niveau ORANGE	Niveau ROUGE
Juin - Juillet - Août - Septembre	Niveau ORANGE	Niveau ROUGE	Niveau NOIR

Du 1<sup>er</sup> juillet au samedi précédant le 2<sup>ème</sup> dimanche de septembre, le niveau de danger feu de forêt est défini chaque jour avant 19h pour le lendemain.

Cette information est accessible auprès :

De la préfecture (site [www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr](http://www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr)), le Service départemental d'incendie et de secours, des Mairies, en consultant le serveur vocal dédié au n° **08 11 20 13 13**.

## RECOMMANDATIONS

N'allumez donc aucun feu.

Ne laissez derrière vous aucune trace de votre passage.

Ne quittez jamais les sentiers.

Ne faites pas de bruits inutiles.

Regardez, sentez, photographiez la flore sans la cueillir.

Pas de camping en dehors des sites d'accueil.

Les chiens doivent être tenus en laisse.

**Quoi qu'il en soit, il faut impérativement respecter les consignes de sécurité et de propreté sous peine de forte amende...**

## QUEL ÉQUIPEMENT ?

Même si elles ne portent pas le nom de montagne, nos collines n'en sont pas plus faciles. Les sentiers et chemins caillouteux, la chaleur, le vent et l'aridité de notre belle Provence nous rappellent à la réalité.

Il faudra donc prévoir un équipement adapté à la pratique de la randonnée :

- sac à dos, chaussures de marche, vêtements de protection contre le vent, la pluie, le froid ; ne pas oublier que la météo peut toujours évoluer ;
- chapeau pour éviter les insulations, lunettes de soleil, crème solaire, sans oublier une trousse de premiers secours ;
- une gourde (1,5 l/personne), un encas et, bien entendu, un pique-nique si vous partez pour la journée.

**EN VENTE**  
En librairie ou  
sur [www.guidesgoursau.fr](http://www.guidesgoursau.fr)

**16 balades et randonnées sur Marseille et ses calanques.**  
**Un choix des plus beaux sites à découvrir en famille ou entre amis.**

## LA PÉRIODE

L'accès aux massifs forestiers est réglementé par arrêté préfectoral.

Il appartient à chacun (promeneur et randonneur), d'évaluer ou de se renseigner sur les conditions climatiques (vent) du moment. (Voir réglementation ci-contre).

## LE NIVEAU DE DIFFICULTÉ

**Promenade :** randonnée avec peu de dénivelé, praticable par tout marcheur et relativement courte.

**Balade :** randonnée avec plus de dénivelé, plus longue mais toujours sur de bons chemins.

**Randonnée :** randonnée nécessitant soit un certain entraînement à la marche, soit pouvant présenter des passages délicats ou des difficultés techniques. Ces difficultés ou situations délicates rencontrées sont détaillées dans la randonnée.

## L'HORAIRE

Le temps estimé de la randonnée concerne uniquement la durée de marche (non compris les arrêts). Rappelez-vous que l'horaire indiqué n'est qu'un repère adaptable en fonction de la composition du groupe et de la chaleur.

## LE PLAN

Par son illustration en 3D, la lecture de carte prend une tout autre dimension et donne le profil de la randonnée. De ce fait l'utilisation de cartes géographiques n'est pas indispensable.

Le nord est indiqué par la boussole dessinée sur la carte.

*L'éditeur et l'auteur ne peuvent en aucune façon être tenus pour responsables en cas de modification des informations de cette balade et des aléas dus à des conditions naturelles imprévisibles, en cas d'accidents ou d'incidents survenant sur l'itinéraire ou en cas d'infractions qui pourraient être commises par les utilisateurs de cette fiche rando, notamment à l'encontre de la réglementation sur la propriété privée.*

## TÉLÉPHONES UTILES

**Météo**

08 92 68 02 13

**Police**

17

**Pompiers**

18 (ou 112, téléphones portables)

**SAMU**

15

**Alpes sommets**

Android App on Google play | Télécharger dans l'App Store

Mont-Blanc  
Alt. 4810m - Dist. 18,1km - Cote. 191° - Dén. 2677m