



DIMANCHE 29 mars 2026

Site :
gvrando.com

	Le cap Canaille et les carrières	LA CIOTAT	CAP CANAILLE
ATTRAIT	Les fleurs, la mer, la pierre	La mer, les fleurs, les vues	La mer, les belvédères, les fleurs
Niveau	1 IBP 42	2 IBP 50	3 IBP 65
DIFFICULTES	Durée de marche effective : 4 h00 environ Dénivelée cumulée : 320m Nature du parcours : en boucle sur sentiers parfois caillouteux, piste	Durée de marche effective : 5h00 environ Dénivelée cumulée : 470 m Nature du parcours : en boucle, en ville, sur route et sentiers avec quelques escaliers Particularités : Un passage le long de la chaussée en fin de parcours qui méritera la vigilance de tous	Durée de marche effective : 6h00 environ Dénivelée cumulée : 700 m Nature du parcours : en boucle sur tout type de sentiers et crêtes Particularités : plusieurs raidillons supérieurs à 30% en montagnes russes. Bâtons recommandés
RENDEZ VOUS	Piscine de Gardanne : 8 :45 départ : 9 :00	Piscine de Gardanne : 7h45 départ : 7h55	Piscine de Gardanne : 7h45 départ : 7h55
MATERIEL	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons pliables, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons pliables, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle	Chaussures de rando montantes obligatoires, bâtons pliables, eau, pique-nique, trousse de secours personnelle
CONSIGNES	Pas de chien.	Pas de chien	Pas de chien
TRAJET ROUTIER SUGGERE	Gardanne, Gréasque, Cadolive, la Bouilladisse, A50, sortie 9 La Ciotat, chemin du puits de Brunet, chemin de Saint Loup, Chemin des carrières, chemin de la Roche Redonne N 43°11'26.7" / E 5°35'14.8" Coût covoiturage suggéré : 30€00	Gardanne, Gréasque, Cadolive, la Bouilladisse, A50, sortie 9 La Ciotat, chemin du puits de Brunet / D141, av. Louis Crozet / D141, av. Marc Sangnier, av. Cardinal Maurin, av. Floréal, parking du Mugel N 43°10' 4.454 / E 5°36'18.2" coût covoiturage suggéré : 30€00	Gardanne, Gréasque, Cadolive, la Bouilladisse, A50, sortie 9 La Ciotat, chemin du puits de Brunet, chemin de Saint Loup, Chemin des carrières, chemin de la Roche Redonne N 43°11'26.7" / E 5°35'14.8" Coût covoiturage suggéré : 30€00
TRAJET PEDESTRE	Carte(s) IGN : 3245ET Parking du Vallat de Roubaud à la Ciotat, clos Redon, Vallat des Brusquières, belvédère des Calanques, les Brusquières, Vallat de la Vanade, chemin de la Roche Redonne Clos Redon, retour parking	Carte(s) IGN : 3245ET Parking du Mugel, Parc du Mugel vers Bec de l'Aigle, Anse de Figuerolles, chapelle Notre Dame de la Garde, Sémaphore du Bec de l'Aigle, la Grande Tête, chapelle Sainte Croix, retour parking	Carte(s) IGN : 3245ET Parking du Vallat de Roubaud à la Ciotat, clos Redon, le pin de Garlaban, les brusquières, falaises Soubeyrannes, Sémaphore du bec de l'aigle, la grande tête, Mallombre, Clos Redon, retour parking
ANIMATEURS	Luc Tanguy 06 85 37 69 29 Mauricette Buchet 06 77 36 45 55 La trace est à disposition auprès de l'animateur	Eliane SILIGONI 06.81.70.32.68 Marie COULANGE 06.84.18.84.19 La trace est à disposition auprès de l'animateur	Pascale TANGUY : 06 48 43 69 80 Thierry LEONARDI : 06 83 89 40 98 La trace est à disposition auprès de l'animateur