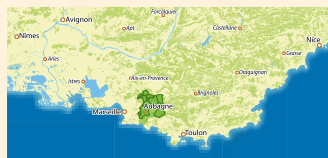


10^e FESTIVAL
DE RANDONNÉES
EN PAYS D'AUBAGNE
ET DE L'ÉTOILE

DU 5
AU 8 MAI
2018





LEGENDE

- Office de Tourisme
- Musée
- Résidence de Tourisme, Mont, hôtel
- Camping
- Aire de service camping-car
- Gare SNCF
- Pharmacie
- Producteur local
- Argile
- Activités de loisirs
- Petit patrimoine local
- Espace naturel et patrimoine
- Départ de randonnée
- Point de vue



LE 10^E FESTIVAL DE RANDONNÉES

DU 5 AU 8 MAI 2018



Venez tenter l'expérience de la randonnée en Pays d'Aubagne et de l'Étoile ! En famille ou entre amis, prenez le temps de vivre au rythme de la nature provençale en arpentant ses chemins de légende. Que vous soyez un marcheur confirmé ou un randonneur contemplatif, laissez-vous charmer par les paysages de nos collines en vous enivrant sans modération des parfums printaniers de la garrigue...

Cette 10^e édition du festival de randonnées répond aux attentes de tous les publics en proposant des dizaines de randonnées à durées et à thèmes variés.

L'Office de Tourisme Intercommunal du Pays d'Aubagne et de l'Étoile, en partenariat avec les associations de randonnées et le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Bouches-du-Rhône (CDRP13), a prévu un programme adapté à vos besoins et votre soif de découvertes.

N'HÉSITEZ PLUS ET VENEZ VOUS RESSOURCER !



RANDONNÉES THÉMATIQUES



CIRCUITS SPORT-NATURE

ATELIER DÉCOUVERTE VTT
SPÉCIAL ENFANTS
itinéraire 35 / mardi 8 mai

RANDO CHALLENGE DÉCOUVERTE
itinéraire 1 / samedi 5 mai

BALADE EN VTT ÉLECTRIQUE
EASY SAINTE BAUME
itinéraire 2 / samedi 5 mai

RANDONNÉE WELLNESS
itinéraire 9 / dimanche 6 mai



RANDONNÉES GOURMANDES

LA CABRO D'OR
itinéraire 4 / dimanche 6 mai

LA CABRO D'OR
itinéraire 17 / lundi 7 mai

LE RÉGAGNAS ET LA MANADE
DU VALLAT
itinéraire 31 / mardi 8 mai

LA SAFRANIÈRE « 13'OR ROUGE »
itinéraire 7 / dimanche 6 mai

LA SAFRANIÈRE « TERRE DE SAFRAN »
itinéraire 21 / lundi 7 mai

LA SAFRANIÈRE « TERRE DE SAFRAN »
itinéraire 32 / mardi 8 mai

LE DOMAINE DE LA ROQUEFORCADE
itinéraire 20 / lundi 7 mai

LES VIGNES DE SAINT-ZACHARIE
À AURIOL
itinéraire 16 / lundi 7 mai

RANDONNÉE CONTEMPLATIVE
DU POLJE ET DÉCOUVERTE DU
DOMAINE VITICOLE L'ÉCUME
DE LUNE
itinéraire 30 / mardi 8 mai



CIRCUITS CULTURELS

PROMENADE DES ANCIENS
MOULINS
itinéraire 15 / lundi 7 mai

VISITE D'AUBAGNE AU FIL
DE L'HUVEAUNE
itinéraire 27 / mardi 8 mai

VISITE DE ROQUEVAIRE PAR LES
BERGES DE L'HUVEAUNE
itinéraire 8 / dimanche 6 mai

PAGNOL ET L'AMOUR
itinéraire 13 / lundi 7 mai



RANDONNÉES NATURE & PATRIMOINE

RANDONNÉE SPORTIVE
DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE
DE CUGES-LES-PINS
itinéraire 19 / lundi 7 mai

LES BALCONS DE L'HUVEAUNE
itinéraire 12 / dimanche 6 mai

LA MOUÈRE
itinéraire 33 / mardi 8 mai

LES SOMMETS DE BRIGOU
ET DU CRUVELIER
itinéraire 18 / lundi 7 mai

LES COLLINES DE PEYPIN
itinéraire 6 / dimanche 6 mai

FONT DE MULE
itinéraire 5 / dimanche 6 mai

PONT DE L'ÉTOILE À GÉMENOS
itinéraire 22 / lundi 7 mai

LE PAYS MINIER
itinéraire 23 / lundi 7 mai

LE VALLON DE LA BADARUSSE
itinéraire 24 / lundi 7 mai

LES GRAVURES DU GARLABAN
itinéraire 26 / mardi 8 mai

LE VALLON DE LA FIGUIÈRE
itinéraire 28 / mardi 8 mai

LES FOURS À CADE
itinéraire 29 / mardi 8 mai

LE PILON DU ROI
itinéraire 34 / mardi 8 mai



RANDONNÉES ORIGINALES

RANDONNÉE AVEC SON CHIEN
itinéraire 3 / dimanche 6 mai

RANDONNÉE COUCHER DE SOLEIL
SPÉCIALE CÉLIBATAIRES
itinéraire 11 dimanche 6 mai

SUR LES TRACES DU FEU
itinéraire 14 / lundi 7 mai



EN SOIRÉE

RANDONNÉE NOCTURNE SUR
LE GARLABAN
itinéraire 10 / dimanche 6 mai

SOIRÉE DÉCOUVERTE DES ÉTOILES
ET SENTIER PLANÉTAIRE
itinéraire 25 / lundi 7 mai

LES NOUVEAUTÉS

DU 10^E FESTIVAL DE RANDONNÉES
« DE VILLAGES EN COLLINES »



DES RANDONNÉES « ORIGINALES » POUR TOUS LES GOÛTS

Une balade avec son chien, une randonnée conviviale entre célibataires pour admirer un beau coucher de soleil ou bien encore une invitation à partir sur les traces d'un incendie, voilà des randonnées qui sauront répondre aux goûts et attentes de différents publics !

RANDONNÉE RIME AVEC BIEN-ÊTRE

Vous aurez cette année encore l'occasion de faire rimer randonnée et bien-être avec la randonnée wellness qui allie à la fois des exercices de pilates et de stretching.

UN CLIN D'ŒIL À MP2018 QUEL AMOUR !

Parce que cette année sera consacrée à l'amour, le Festival de randonnées a tenu à faire un clin d'œil à MP 2018 Quel Amour en programmant une randonnée spéciale Pagnol et l'amour.

MP2018
Quel Amour!

2018 → LA CULTURE
C'EST UNE BELLE AVENTURE
14 FÉVRIER → 1^{ER} SEPTEMBRE

LES COUPS DE CŒUR



LE PAYS D'AUBAGNE ET DE L'ÉTOILE ET LE VIN

Ne manquez pas les 3 rendez-vous qui réjouiront les amateurs de vins avec la découverte du Domaine de la Roqueforcade à Peypin, du Domaine Écume de Lune à Cuges-les-Pins et de la toute nouvelle cave des Vignerons du Garlaban à Auriol.



RANDONNEZ LA TÊTE DANS LES ÉTOILES

Le Festival de Randonnées vous fera voyager au cœur de notre système solaire ! Un sentier des planètes de 3 km, balisé spécifiquement à cette occasion, permettra de découvrir les spécificités des planètes de notre système solaire mais aussi leur taille et les distances qui les séparent. Cette exploration à travers le ciel s'achèvera dans l'espace naturel de la Sarrié pour une soirée conviviale. Au programme, animations pour découvrir le ciel nocturne et les constellations avec un planétarium gonflable et un télescope et pour le retour sur terre, un apéritif dinatoire aux couleurs du terroir.



L'HUVEAUNE ET SES BERGES

Balades et randonnées vous inviteront à cheminer le long des berges de l'Huveaune et à comprendre le rôle majeur que ce cours d'eau a joué dans le développement de nos villes et villages :

PROMENADE DES ANCIENS MOULINS
samedi 6 mai

LES BALCONS DE L'HUVEAUNE
samedi 6 mai

ROQUEVAIRE ET L'HUVEAUNE
dimanche 7 mai

VISITE D'AUBAGNE AU FIL DE L'HUVEAUNE
mardi 8 mai

À VOS CHAUSSURES...
PRÊTS... MARCHEZ !

DES SERVICES

POUR RENDRE VOTRE EXPÉRIENCE
PLUS AGRÉABLE

POUR VOS DÉPLACEMENTS, PENSEZ AU CO-VOITURAGE ET AUX TRANSPORTS EN COMMUN

LE COVOITURAGE

L'Office de Tourisme Intercommunal vous propose un service de covoiturage pour faciliter vos déplacements et pourquoi ne pas prolonger encore un plus la convivialité du festival de randonnées. N'attendez plus et connectez-vous sur www.tousecomobiles.org

LES TRANSPORTS EN COMMUN

Le réseau de bus gratuits « Lignes de l'agglo »
Rendez-vous sur www.lignes-agglo.fr
ou www.lepilote.com

POUR VOS RANDONNÉES À LA JOURNÉE, RÉSERVEZ VOS PANIERS PIQUE-NIQUE !

L'Office de Tourisme Intercommunal du Pays d'Aubagne et de l'Étoile a noué des partenariats avec des traiteurs locaux pour vous proposer de réserver vos paniers pique-nique livrés le matin même au départ de la randonnée.

Tarif : 8,50 € / personne, à réserver au moins 48h avant la date de la randonnée

Menus consultables sur notre site :
www.tourisme-paysdaubagne.fr

POUR ORGANISER VOTRE SÉJOUR

Séjourner dans le Pays d'Aubagne et de l'Étoile et profitez pleinement du programme du festival de randonnées !

L'Office de Tourisme Intercommunal se tient à votre disposition pour vous proposer un séjour à la carte qui répondra à vos attentes (hébergement, restauration etc...). N'hésitez plus et envoyez votre demande à contact@tourisme-paysdaubagne.fr

**SAMEDI
5 MAI**

JOURNÉE FESTIVE DE LANCEMENT
DU FESTIVAL DE RANDONNÉES



**NOUS VOUS DONNONS RENDEZ-VOUS
LE SAMEDI 5 MAI À SAINT-ZACHARIE
SUR SON BOULODROME
POUR UNE JOURNÉE RICHE
EN ANIMATIONS :**

- ➡ De 9h à 17h, des animations sportives et ludiques en partenariat avec le magasin DECATHLON AUBAGNE seront proposées au public toute la journée avec la possibilité de se restaurer sur place
- ➡ Stand DECATHLON de randonnée pédestre
- ➡ Mur d'escalade
- ➡ Tir à l'arc

Et bien d'autres...

DECATHLON
AUBAGNE



ITINÉRAIRE 1



Rando Challenge® Découverte Saint-Zacharie

-  Durée : journée
-  Distance parcourue : entre 9 et 15 km
-  Dénivelé + : 300 à 500 m
-  Niveau de difficulté : facile et moyen
-  Temps effectif de marche : entre 3h et 5h
-  Public de niveau débutant et intermédiaire

A Saint-Zacharie au pied des fours de céramique, ce Rando challenge® Découverte est une invitation à la randonnée pédestre, à la fois conviviale, ludique, sportive et culturelle. Le parcours est effectué par équipes de 2 à 5 participants qui partent à intervalles réguliers. L'itinéraire est tracé sur une carte et entièrement balisé sur le terrain. Sa longueur peut varier de 9 à 15 km pour une durée de 3 à 5 h. Le départ et l'arrivée s'opéreront depuis le boulodrome de Saint-Zacharie. L'objectif est de trouver 10 bornes sur l'itinéraire, les positionner sur une carte plastifiée et répondre à des affirmations à choix multiples portant sur la faune, la flore, le patrimoine, la culture, l'his-

toire, la technique, l'observation... Le tout en respectant le temps de marche calculé par les participants avant leur départ, en tenant compte des critères de progression fixés par les organisateurs et après avoir mesuré l'itinéraire tracé sur la carte. Une documentation générale sera remise aux équipes pour les aider à répondre aux affirmations à choix multiples.

Cette épreuve est destinée à favoriser la pratique de la randonnée pédestre, perfectionner les connaissances des participants et faire découvrir le patrimoine culturel et naturel du Pays d'Aubagne et de l'Étoile.

➡ L'heure de rendez-vous sera fixée par convocation envoyée au capitaine

ITINÉRAIRE 2



Easy Sainte-Baume Saint-Zacharie

-  Durée : 2h
-  Distance parcourue : 19 km
-  Niveau de difficulté : facile
-  Public de niveau débutant
- Enfants à partir de 11 ans

Accompagné d'un moniteur diplômé d'État, partez pour un tour en VTT électrique dans les paysages de la Sainte-Baume. Vous traverserez les villages de Saint-Zacharie et du Plan d'Aups avec des passages sur le massif de la Sainte-Baume qui vous offriront de beaux points de vue panoramiques sur la région. Nouvelle expérience garantie !

➡ Départ à 10h, 14h et 17h selon l'horaire choisi

ITINÉRAIRE 3



Randonnée avec son chien
Aubagne



- Durée : journée
- Distance parcourue : entre 6,5 et 8 km
- Dénivelé + : 325 m
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant

Partez à la découverte de l'espace naturel de la Coueste et du plateau de Languiard avec votre chien. Cette randonnée, encadrée à la fois par 4 animateurs (diplômés de la Société Centrale Canine) du Club canin d'Aubagne et par 2 animatrices du club de randonnées GIA GCSB vous permettra de partager ce moment de loisir avec votre fidèle compagnon.

La randonnée est ouverte à toutes races de chien avec un minimum d'éducation. Nous rappelons que les chiens de 1^{ère} catégorie doivent être obligatoirement muselés. Le matériel nécessaire et obligatoire est le suivant : un harnais avec laisse ou un collier avec laisse, une gamelle et de l'eau.

➡ Départ à 9h30

ITINÉRAIRE 4



Visite de la Cabro d'Or
Cuges-les-Pins

- Durée : ½ journée
- Distance parcourue : 4 km
- Dénivelé : 180 m
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant

Partagez un moment de convivialité avec M. Luc Falcot et ses chèvres du Rove : découvrez la traite, la fabrication des fromages à l'ancienne dans le cadre naturel de la Sainte-baume.

➡ Départ à 10h

ITINÉRAIRE 5



Font de Mule
La Destrousse

- Durée : journée
- Distance parcourue : 11 km
- Dénivelé : 350 m
- Niveau de difficulté : moyen
- Public de niveau intermédiaire

Les collines des villages de la Destrousse et de Peypin sont mises à l'honneur avec cette belle randonnée. Elle sillonne les sentiers jusqu'au col du Marseillais puis bifurquera vers la Font de Mule. En route, les marcheurs pourront apprécier de beaux panoramas sur les massifs alentours.

Attention cette randonnée comporte deux passages délicats en fond de vallon où il faut s'aider des mains.

➡ Départ à 9h15

ITINÉRAIRE 6



Les collines de Peypin
Peypin

- Durée : journée
- Distance parcourue : 12 km
- Dénivelé : 300 m
- Niveau de difficulté : moyen
- Public de niveau intermédiaire

Entouré de collines, le paysage provençal de Peypin a gardé toute son authenticité et ravira les amoureux de la randonnée. De magnifiques points de vue et une végétation très variée vous attendent lors de cet itinéraire, sans oublier les ruines imposantes de son château médiéval dont les abords ont été récemment réhabilités.

➡ Départ à 10h

ITINÉRAIRE 7



La Safranière « 13'Or Rouge »
Roquevaire
(Hameau de Lascours)

- Durée : ½ journée
- Distance parcourue : 3 km
- Dénivelé : 100 m
- Niveau de difficulté : facile

Découvrez la culture du safran dans les collines de Provence et venez partager la magie des restanques du Vallon du Marseillais ! La productrice de safran, Delphine Douet, vous accueille pour vous faire découvrir sa culture du safran et ses produits dérivés.

Une dégustation de produits safranés sera proposée et un point de vente sera à mis à votre disposition.

➡ Départ à 14h

ITINÉRAIRE 8



Découverte de Roquevaire
par les berges de l'Huveaune
Roquevaire

- Durée : journée
- Distance parcourue : 3 km
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant

En cheminant le long des berges de l'Huveaune, la visite vous fera découvrir le village de Roquevaire, sa vieille ville et son dédale de rues étroites et tortueuses. Exceptionnellement, au cours de cette balade, vous pourrez admirer l'un des plus vieux monuments classés du village : la Chapelle St-Vincent, qui n'est d'ordinaire pas ouverte au public.

➡ Départ à 9h

ITINÉRAIRE 9



Randonnée Wellness
Saint-Zacharie

- Durée : ½ journée
- Distance parcourue : 5 km
- Dénivelé : 200 m
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant

Pour faire le plein d'énergie, venez tester la randonnée Wellness au départ du magnifique site de la source des Naves à Saint-Zacharie. Cette randonnée axée sur le bien-être proposera tout au long du parcours des ateliers de pilates, de stretching et de gym douce.

➡ Départ à 9h30

ITINÉRAIRE 10



Randonnée nocturne
sur le Garlaban
Aubagne

- Durée : soirée
- Distance parcourue : 10 km
- Dénivelé + : 500 m
- Niveau de difficulté : assez difficile
- Public de niveau confirmé

Découvrez la colline chère à Pagnol autrement. Vous rejoindrez le sommet du Garlaban en début de soirée pour profiter de son beau panorama le temps d'un pique-nique. Vous reprendrez la balade à la tombée de la nuit et arpentez les sentiers à la lueur de votre lampe torche.

➡ Départ à 19h

➡ Pour la pratique de cette randonnée, les participants sont invités à se munir d'une lampe torche.

ITINÉRAIRE 11



Randonnée coucher de soleil spécial célibataires

La Bouilladisse

- Durée : soirée
- Distance parcourue : 9,5 km
- Dénivelé : 350 m
- Niveau de difficulté : moyen
- Public de niveau intermédiaire

Retrouvez-vous entre célibataires le temps de cette randonnée qui vous conduira sur le sommet du Régagnas. Surplombant la vallée de l'Huveaune, ce pic offre une vue à 360° sur les paysages environnants de la Sainte-Victoire à la Sainte-Baume en passant par le Garlaban. Pour rajouter un peu plus de beauté à cette randonnée, nous vous donnons rendez-vous en fin de journée pour observer le soleil couchant autour d'un apéritif et d'un repas pique-nique (tiré du sac). En chemin, de petites animations favorisant l'échange et la convivialité seront proposées.

Le retour de la randonnée se fera de nuit, prévoir une lampe frontale ou torche ainsi qu'une tenue confortable adaptée à la météo et à la fraîcheur nocturne.

➡ Départ à 18h45 et retour vers 22h

ITINÉRAIRE 12



Les Balcons de l'Huveaune

La Penne-sur-Huveaune

- Durée : journée
- Distance parcourue : 8 km
- Dénivelé : 350 m
- Temps effectif de marche : 4h
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant

Profitez de cette balade pour découvrir l'histoire de la Penne-sur-Huveaune avec un passage au Pennelus, monument inscrit à l'inventaire des monuments historiques de France, dont l'origine remonterait à la fin du 1^{er} siècle avant J.C. La randonnée vous conduira ensuite sur les hauteurs du village, vous offrant des panoramas époustouffants sur les paysages alentours et l'Huveaune. En chemin, vos accompagnateurs vous montreront des vestiges de fours à chaux, le jas du baron de Caunet, un canal d'irrigation et vous parleront de la flore locale.

➡ Départ à 9h





ITINÉRAIRE 13



Pagnol et l'amour

Aubagne

-  Durée : journée
-  Distance parcourue : 12 km
-  Dénivelé : 500 m
-  Niveau de difficulté : moyen
-  Public de niveau intermédiaire

Au départ de la Treille, votre guide, au fil des sentiers, vous contera Pagnol, ses souvenirs d'enfance, ses œuvres. En clin d'œil à « MP 2018, Quel Amour », il s'attardera plus particulièrement sur deux de ses œuvres le « Temps des amours » et le projet de film « Le Premier amour » qui devait avoir comme décor la grotte de Baume Sourne, que vous pourrez découvrir au cours de cette randonnée.

 Départ à 9h15

ITINÉRAIRE 14



Sur les traces du feu Aubagne

- Durée : journée
- Distance parcourue : 8 km
- Dénivelé + : 210 m
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant

Profitez de cette balade pour partir sur les traces de l'incendie d'Aubagne du mois d'août 2017 dans le secteur du col de la Gélade et du clos du Télégraphe. Tout au long de cette randonnée, les participants pourront comprendre l'action des pouvoirs publics avant, pendant et après les feux de forêt.

➡ Départ à 9h30

ITINÉRAIRE 15



Promenade des anciens moulins Auriol

- Durée : 3h
- Distance parcourue : 5 km
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant

Implantés le long de l'Huveaune et de ses canaux, partez à la découverte des anciens moulins d'Auriol qui ont contribué à l'essor du village et de son industrie.

Au Moulin Saint-Claude, vous découvrirez une exposition sur les outils anciens. Vous les trouverez classés par profession: la repasseuse, le sabotier... Un véritable voyage au cœur de l'histoire locale.

➡ Départ à 9h30

ITINÉRAIRE 16



Les vignes de St-Zacharie à Auriol et la cave des Vignerons du Garlaban Auriol

- Durée : journée
- Distance parcourue : 9 km
- Dénivelé : 460 m
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant à intermédiaire

Avec vos accompagnateurs, vous prendrez le bus de ligne qui vous conduira à Saint-Zacharie pour commencer cette randonnée. Entre vignes et collines, la production de vin locale n'aura plus de secrets pour vous grâce aux commentaires et à la participation de représentants de la fédération des caves coopératives des Bouches-du-Rhône. La randonnée se terminera par la visite de la toute nouvelle cave des Vignerons du Garlaban avec une dégustation de ses vins.

➡ Départ à 9h

ITINÉRAIRE 17



Visite de la Cabro d'Or Cuges-les-Pins

- Durée : ½ journée
- Distance parcourue : 4 km
- Dénivelé : 180 m
- Temps effectif de marche : 1h
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant

Partagez un moment de convivialité avec M. Luc Falcot et ses chèvres du Rove : découvrez la traite, la fabrication des fromages à l'ancienne dans le cadre naturel de la Sainte-Baume.

➡ Départ à 10h

ITINÉRAIRE 18



Les sommets de Brigou
et du Cruvelier
Cuges-les-Pins

- Durée : journée
- Distance parcourue : 10,3 km
- Dénivelé : 410 m
- Niveau de difficulté : moyen
- Public de niveau débutant à intermédiaire

Au départ de cette balade, vous emprunterez le GR98 qui vous offrira un point de vue unique sur la plaine de Cuges-les-Pins et son Poljé (dépression karstique), l'un des plus grands de France. Vous poursuivrez votre chemin en passant à proximité du Sommet de Brigou et du Mont Cruvelier. Au cours de ce périple, vous aurez aussi l'occasion d'admirer au loin l'un des plus beaux belvédères de la Provence, le Pic de Bertagne.

ITINÉRAIRE 19



Randonnée sportive de
découverte du patrimoine
Cuges-les-Pins

- Durée : journée
- Distance parcourue : 22 km
- Dénivelé : 800 m
- Niveau de difficulté : difficile
- Public de niveau confirmé

Évadez-vous sur les sentiers de Cuges avec cette randonnée sportive qui vous fera découvrir le patrimoine des collines : jas, puits, four à cade... et vous offrira des vues imprenables sur la plaine de Cuges-les-Pins et bien au-delà.

ITINÉRAIRE 20



Le domaine de Roqueforcade
Peypin

- Durée : ½ journée
- Distance parcourue : 3 km
- Dénivelé : 150 m
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant à intermédiaire

Le château de la Roque Forcade nous ouvre les portes de son magnifique domaine viticole et agricole. Au fil d'une petite randonnée entre vignes et oliviers, votre guide vous contera l'histoire de ce site exceptionnel et présentera le domaine viticole qui s'inscrit dans une démarche d'agriculture raisonnée. En fin de visite, vous pourrez apprécier le vin du domaine au cours d'une dégustation.

ITINÉRAIRE 21



La Safranière « Terre de Safran »
Roquevaire (Hameau de Lascours)

- Durée : ½ journée
- Distance parcourue : 4 km
- Dénivelé : 160 m
- Temps effectif de marche : 2h
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant à intermédiaire

Vivez l'expérience d'un moment unique au pied des collines du Garlaban ! La productrice de safran, Céline Céccaldi, vous accueillera dans un site naturel exceptionnel pour vous faire découvrir l'histoire du safran, sa culture, ses vertus, ses utilisations...

Une dégustation de produits safranés sera proposée et un point de vente sera à mis à votre disposition.

Attention, cette randonnée comporte quelques montées sensibles.

➡ Départ à 10h30

➡ Départ à 8h30

➡ Départ à 10h

➡ Départ à 14h

ITINÉRAIRE 22



De Pont de l'Étoile à Gémenos Roquevaire

- Durée : journée
- Distance parcourue : 15 km
- Dénivelé : 300 m
- Niveau de difficulté : moyen
- Public de niveau intermédiaire

Entre chemins de traverse, sentiers et canaux, laissez-vous tenter par cette randonnée qui vous conduira jusqu'au village de Gémenos en traversant la plaine agricole. En chemin, vous passerez par les quartiers de Saint-Pierre les Aubagne et Saint-Jean de Garguier.

ITINÉRAIRE 23



Randonnée du pays minier, de Saint-Savournin au Musée de la mine de Gréasque

- Durée : journée
- Distance parcourue : 12 km
- Dénivelé : 450 m
- Niveau de difficulté : moyen
- Public de niveau intermédiaire

Découvrez une partie du futur GR® de pays « Sentier Provence, Mines d'Énergies » en participant à cette randonnée ! Saint-Savournin a un prestigieux passé minier. L'exploitation du charbon y débuta dès le XVI^e siècle. Cette balade, commentée par d'anciens mineurs, vous fera découvrir l'histoire de cette activité économique qui permit à des générations de paysans de subsister. Elle se terminera par une visite du Musée de la mine de Gréasque. Le retour sur Saint-Savournin se fera en bus.

ITINÉRAIRE 24



Le Vallon de la Badarusse Belcodène

- Durée : journée
- Distance parcourue : 12 km
- Dénivelé : 300 m
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant à intermédiaire

Au départ de Belcodène, vous cheminerez en direction du vallon de la Badarusse. Vous passerez également dans le vallon de l'homme mort. De beaux points de vue s'offriront à vous : la montagne Sainte-Victoire, le masif de la Sainte-Baume et la chaîne d'Étoile.

ITINÉRAIRE 25



Sentier planétaire et soirée la tête dans les étoiles Cadolive

- Durée : soirée dont 2h pour la promenade
- Distance parcourue : 2,6 km
- Dénivelé : 200 m
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant

Au départ de cette balade, embarquez pour une visite de notre système solaire ! Partez sur les traces des planètes et découvrez le système solaire reproduit à l'échelle du sentier de randonnée que vous emprunterez. Grâce aux explications de nos animateurs, les astres n'auront plus de secrets pour vous.

A l'issue de cette promenade, une soirée conviviale vous attend ! Des animations et un planétarium gonflable vous inviteront à prolonger la découverte du ciel et des étoiles autour d'un apéritif dînatoire.

➡ Départ à 9h

➡ Départ à 8h30

➡ Départ à 9h30

➡ Départ à 17h30

ITINÉRAIRE 26

Les gravures du Garlaban
Aubagne

- Durée : journée
- Distance parcourue : 13,5 km
- Dénivelé : 640 / 730 m
(si montée à la croix du Garlaban)
- Niveau de difficulté : moyen
- Public de niveau intermédiaire

Sur les célèbres sentiers du massif de Garlaban, vous pourrez admirer, en sa compagnie, les gravures de Louis Douard, un aubagnais qui a inscrit dans la roche son attachement à la Provence et à Pagnol. Vous cheminerez ensuite jusqu'au col du Garlaban et pour ceux qui le souhaitent une marche en aller/retour jusqu'à la croix du Garlaban sera possible. Vous ferez un passage à la grotte du Cerf et à la Baume du Plantier avant de redescendre vers le domaine de la Font de Mai.

ITINÉRAIRE 27

Visite d'Aubagne
au fil de l'Huveaune
Aubagne

- Durée : 2h
- Distance parcourue : 3,5 km
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant

Partez à la découverte de la vieille ville et de ses 1 000 ans d'histoire. Cette balade vous conduira au plus près du fleuve Huveaune, cours d'eau qui a marqué profondément l'histoire de la ville et plus généralement celle du territoire du Pays d'Aubagne et de l'Étoile.

ITINÉRAIRE 28

Le Vallon de la Figuière
Cadolive

- Durée : journée
- Distance parcourue : 10 km
- Dénivelé : 600 m
- Niveau de difficulté : moyen
- Public de niveau intermédiaire

Cette balade vous conduira jusqu'au vallon de la Figuière. Puis, vous remonterez sur les hauteurs du village de Saint-Savournin qui vous offriront de beaux points de vue sur les paysages environnant et notamment sur la Sainte-Victoire, avant de redescendre vers Cadolive.

ITINÉRAIRE 29

Les fours à cade
Cuges-les-Pins

- Durée : journée
- Distance parcourue : 10 km
- Dénivelé : 350 m
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant

Cette balade vous fera découvrir les fours à cade des collines de Cuges-les-Pins. En chemin, depuis les crêtes, vous profiterez de splendides points de vue sur le bord de mer et notamment sur Saint-Cyr les Lecques.

➡ Départ à 9h

➡ Départ à 14h15

➡ Départ à 9h

➡ Départ à 9h30

ITINÉRAIRE 30



Randonnée contemplative du
Poljé et découverte du domaine
viticole l'Écume de Lune

Cuges-les-Pins

-  Durée : journée
-  Distance parcourue : 18 km
-  Dénivelé : 500 m
-  Niveau de difficulté : moyen
-  Public de niveau intermédiaire
à confirmer

Après avoir cheminé dans le vallon de l'Escargot, vous rejoindrez les barres de Castillon avec de jolis points de vue sur le polje de Cuges-les-Pins. Au retour de votre randonnée, une visite guidée du domaine viticole l'Écume de Lune vous attend. M. Giordanengo, propriétaire des lieux, vous proposera une visite de son domaine et une dégustation de son vin bio.

➡ Départ à 9h

ITINÉRAIRE 31



Le Régagnas et la découverte de
la Manade Vallat

La Bouilladisse

-  Durée : journée
-  Distance parcourue : 12,5 km
-  Dénivelé : 500 m
-  Niveau de difficulté : moyen
-  Public de niveau intermédiaire

Cette belle randonnée vous guidera jusqu'au massif du Régagnas. Pour y parvenir, vous sillonnerez le vallon de la Cougourde et le chemin du Pinchinier. Au fil de la balade, vous apprécierez la vue dégagée sur les massifs environnants et les admirables panoramas de la Sainte-Victoire immortalisés par Cézanne. La randonnée s'achèvera à la Manade Vallat, ferme d'élevage de taureaux de Camargue. Les propriétaires vous présenteront leur exploitation et vous feront déguster leurs produits.

➡ Départ à 9h



ITINÉRAIRE 32

La Safranière « Terre de Safran »
Roquevaire (Hameau de Lascours)

- Durée : ½ journée
- Distance parcourue : 4 km
- Dénivelé : 160 m
- Temps effectif de marche : 2h
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau intermédiaire

Vivez l'expérience d'un moment unique au pied des collines du Garlaban ! La productrice de safran, Céline Cécaldi, vous accueillera dans un site naturel exceptionnel pour vous faire découvrir l'histoire du safran, sa culture, ses vertus, ses utilisations...

Une dégustation de produits safranés sera proposée et un point de vente sera à mis à votre disposition.

Attention, cette randonnée comporte quelques montées sensibles.

➡ Départ à 14h

ITINÉRAIRE 33

La Mouère
Saint-Zacharie

- Durée : journée
- Distance parcourue : 12 km
- Dénivelé : 340 m
- Niveau de difficulté : facile
- Public de niveau débutant à intermédiaire

Au départ du village de Saint-Zacharie, vous partirez le long des berges de l'Huveaune pour rejoindre les collines de la Mouère. Vous gagnerez, ensuite, la forêt domaniale de la Sainte-Baume avec de beaux points de vue sur Orgnon et sa chapelle. Vous retournerez vers le village en passant par les sources des Naves.

➡ Départ à 9h

ITINÉRAIRE 34

Le Pilon du Roi
Saint-Savournin

- Durée : journée
- Distance parcourue : 17,5 km
- Dénivelé : 750 m
- Niveau de difficulté : difficile
- Public de niveau confirmé

Au départ du village de Saint-Savournin, cette randonnée, qui s'adresse aux marcheurs les plus aguerris, alternera des passages en crête offrant de très beaux points de vue et des cheminement sur des petits sentiers. Elle vous conduira jusqu'au Pilon du Roi qui offre une vue splendide sur Marseille et les montagnes environnantes.

➡ Départ à 8h30

ITINÉRAIRE 35

Atelier découverte VTT
pour les enfants
Auriol

- Durée : ½ journée
- Distance parcourue : 3 km
- Dénivelé : entre 50 et 220 m (selon le niveau des participants)
- Temps effectif du parcours : 1h30
- Niveau de difficulté : facile
- Public débutant, enfant à partir de 5 ans et jusqu'à 14 ans

Donnez l'opportunité à vos enfants de s'initier à la pratique du VTT. Ce moment ludique et sportif se déroulera en deux temps.

Différents ateliers dédiés à la conduite, au freinage et à l'équilibre aideront les enfants à se familiariser avec cette activité de pleine nature. Puis, ils mettront en pratique les techniques apprises au cours des ateliers lors d'une petite randonnée en VTT.

Le vélo et le casque seront fournis par nos animateurs. Toutefois, l'enfant peut emmener son propre équipement.

Pour la pratique de cette activité, il est demandé un équipement obligatoire pour tous les participants :

- une paire de gants,
- de l'eau,
- un sac à dos (pas de sac de type besace),
- crème solaire,
- vêtements adaptés à la météo et à la pratique du VTT,
- un encas pour les petits creux.

Afin d'organiser au mieux l'activité, merci de nous signaler lors de la réservation si votre enfant sait faire du vélo ou pas.

➡ Début des activités à 14h





INFOS PRATIQUES

PARTICIPATION POUR LES RANDONNÉES PÉDESTRES (SOIRÉE INCLUSE) :

- ➡ **Tarif unique** : 3 € par personne et par randonnée.
- ➡ **Tarif réduit enfant jusqu'à 12 ans** : 1,50 € par randonnée.

Sur l'ensemble des randonnées et activités proposées, les enfants sont sous la seule responsabilité des parents. En cas d'annulation à moins de 48h, de la part du client, aucun remboursement possible.

INSCRIPTIONS ET PAIEMENT : 3 POSSIBILITÉS

- ➡ **Directement à l'Office de Tourisme Intercommunal du Pays d'Aubagne et de l'Étoile** situé au 8, cours Barthélémy à Aubagne
- ➡ **Par téléphone** au 04 42 03 49 98
- ➡ **En ligne** sur notre site : www.tourisme-paysdaubagne.fr

CONSIGNES DE SÉCURITÉ :

Pour des raisons de sécurité, les animaux de compagnie ne sont pas admis.

Pour que la randonnée se déroule dans les meilleures conditions, respectez les consignes de votre accompagnateur.

Les sorties sont tributaires des conditions météorologiques et des consignes éventuelles du plan **Alarme Incendie**.

Sur les **lieux de stationnement**, il est recommandé aux participants de ne rien laisser d'apparent dans leur véhicule. L'Office de Tourisme Intercommunal décline toute responsabilité en cas de vol ou de bris.

Les **organisateurs** se réservent le droit de modifier voire d'annuler certains parcours si des impératifs de dernière minute les y contraignent.

Pour l'ensemble des randonnées, prévoyez de l'eau, un pique-nique (pour les randonnées à la journée), un en-cas, de bonnes chaussures de

marche et des vêtements adaptés aux exigences de la météo. Les bâtons de marche sont fortement conseillés. Casquette, lunettes de soleil et crème solaire sont également bien souvent indispensables. Pensez-y... Les encadrants se réservent le droit de refuser tout participant qui se présenterait sans une paire de chaussures adéquates à la pratique de la randonnée.

ASSURANCES

Le participant s'oblige à contracter les assurances suffisantes pour couvrir sa responsabilité civile et les accidents corporels. Dans le cas où il ne serait pas couvert par son assureur, la Fédération Française de Randonnée Pédestre peut lui proposer une Randoncarte® ou une licence associative.

Renseignements et souscriptions des assurances : Comité départemental de la randonnée pédestre des Bouches-du-Rhône : 21, avenue de Mazargues 13008 Marseille. Tél. : 04 91 32 17 10, www.bouches-du-rhone.ffrandonnee.fr

ACCÈS

Transports en commun, rendez-vous sur : www.lignes-agglo.fr et www.lepilote.com

Plateforme de covoiturage : www.tousecomobiles.org *

*L'Office de Tourisme Intercommunal se dégage de toutes responsabilités pour tout incident pouvant survenir au cours d'un trajet (accident, vol, perte d'objets, retards, désistements...).



Office de Tourisme Intercommunal
du Pays d'Aubagne et de l'Étoile
8, cours Barthélemy
13400 Aubagne
Tél. : 04 42 03 49 98
contact@tourisme-paysdaubagne.fr
www.tourisme-paysdaubagne.fr

Association loi 1901 N° W133007785
Préfecture des Bouches-du-Rhône
Immatriculation au registre national des opérateurs
de voyages et de séjours : N° IMO13100030
Assurance RCP : Matmut 66, rue de Sotteville - 76100 Rouen
Réf. 135 000 01255 K 5.
Garantie Financière : auprès de l'APST
15, avenue Carnot - 75017 Paris
Classement en Catégorie I par arrêté préfectoral
du 05/11/2012.

Depuis novembre 2011, l'Office de Tourisme Intercommunal
du Pays d'Aubagne et de l'Étoile est détenteur de la marque
QUALITÉ TOURISME™, créée par le ministère en charge du
Tourisme français.

C'est la reconnaissance des démarches d'amélioration
continue de la qualité de services mises en place par l'office
de tourisme. L'Office de Tourisme Intercommunal du Pays
d'Aubagne et de l'Étoile garantit :

- un accueil personnalisé
- une information qualifiée, claire et précise
- un personnel compétent et à votre écoute
- un lieu confortable
- une prise en compte de vos avis et un traitement
de vos réclamations
- une amélioration continue des services et des prestations