

Informations

Accès : A50 en direction de Toulon, sortie La Ciotat, prenez le boulevard périphérique en direction "Le Liouquet", tournez avant la cimetière en direction Ceyreste.

Parking : Parking du stade de Ceyreste

Contacts utiles :

> N° accès massif :
08 11 20 13 13

> Tourisme :
www.visitprovence.com

> Transport :
www.lepilote.com

> Office de Tourisme de La Ciotat
tél. : 04 42 08 61 32





Distance Marseille : 34 km
Distance Aix-en-Provence : 53 km
Distance Martigues : 96 km



Balises

GR : Traits rectangulaires superposés blanc et rouge (marque déposée par la F.F.R.P. à l'I.N.P.I.).

La croix de St-André signale une mauvaise direction. La priorité de balisage est donnée au GR, GR de pays, PR.

Bon :  Changement de direction : 

Mauvaise direction : 

Le balisage est réalisé bénévolement par les membres d'associations affiliées à la F.F.R.P.

Conseils et recommandations pour se promener en Provence

La forêt et la colline sont source de vie, elles profitent à tous mais elles appartiennent à quelqu'un. Respectons l'hospitalité de leur propriétaire.

- Restons sur les chemins balisés.
 - N'abandonnons aucun objet, aucun débris. Nous pouvons ramener les emballages vides que nous avons apportés pleins.
 - Respectons les arbres, admirons les plantes, observons les animaux mais ne mutilons pas, ne coupons pas, ne dérangeons pas.
 - Respectons la réglementation, ne pénétrons pas les massifs avec des véhicules en dehors des voies ouvertes à la circulation publique.
 - Respectons les viticulteurs et les agriculteurs ; ne cueillons pas leurs produits.
 - Sachons cohabiter avec les chasseurs.
 - N'allumons pas de feu, ne fumons pas, ne nous aventurons pas en forêt par temps de sécheresse, par grand vent.
- Dans les Bouches-du-Rhône, l'accès aux massifs forestiers est réglementé par arrêté préfectoral et peut l'être par arrêté municipal, pour votre sécurité et la préservation des sites sensibles. Ce sont le croisement de trois situations de danger météorologique d'incendie et les trois périodes de l'année qui correspondent à des sensibilités d'éclosion de feux croissants qui vont déterminer les possibilités d'accès par site.
- Pour plus de renseignements (pendant la période estivale) : 08.11.20.13.13. ou www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr

Pour rendre votre randonnée agréable

- Ne surévaluez pas vos forces physiques.
- Renseignez vous sur le temps de parcours, sur la météo.
- Evitez de partir seul.
- Emportez une gourde d'eau, une trousse à pharmacie, la carte IGN, une boussole.
- Soyez équipé d'un sac à dos, de baskets ou de chaussures légères, d'un vêtement chaud, d'un vêtement de pluie, d'un chapeau.

Comité Départemental du Tourisme 

13, rue Roux de Brignoles - 13006 Marseille
Tél : 04 91 13 84 40 - Fax : 04 91 33 01 82
Site web : www.visitprovence.com

En collaboration avec le Comité Départemental de Randonnée Pédestre
Tél. : 04 91 32 17 10



CONSEIL GÉNÉRAL DES BOUCHES-DU-RHÔNE
Direction de l'Environnement
Europôle de l'Arbois - 13792 Aix-en-Provence cedex 3 - Tél. : 04 42 97 10 10
sur internet : <http://www.cg13.fr>

 CONSEIL GÉNÉRAL BOUCHES-DU-RHÔNE

> Fontblanche

Topo Rando



Ceyreste : Balade dans les collines

> Boucle
Durée : 3H45
Longueur : 14 Km
Dénivelé : 600 m
Niveau : difficile

 Bouches-du-Rhône LA PROVENCE



Itinéraire :

Balisage jaune et GR

A l'entrée de Ceyreste, prenez l'avenue Eugène Julien (deuxième à gauche) en direction du stade et du camping. Dépassez celui-ci et stationnez au dessus du stade. Montez par la piste qui longe le parcours sportif.

A la bifurcation, passez les gros blocs rocheux qui barrent le sentier pour continuer tout droit. Traversez une plate-forme goudronnée (citerne 117) et poursuivez l'ascension sur la gauche.

Après une longue série de zigzag sous les pins, en contre-haut du vallon de Pélangarri, vous atteignez enfin la crête.

Vous rejoignez alors le GR 51. Environ 2 km sur la droite, se trouve une agréable aire de pique-nique à proximité du centre équestre du Grand Caunet. L'itinéraire continue, vers la gauche, en direction du Pas d'Ouilier : suivez les balises GR (rouge et blanc).

Le parcours, évident sur la piste de crête, rejoint le GR 98, qui vient à droite depuis Fontblanche. Après une dernière montée, atteignez le plateau et le Cabanon du Marquis, d'où vous aurez un vaste panorama : depuis les Embiez jusqu'aux Calanques en passant par la baie de La Ciotat, le Bec de l'Aigle, le Cap Canaille... Plus haut, le Garlaban, puis, au nord, le Baou de Bertagne. Après une pause bien méritée à l'ombre des pins, continuez sur la piste forestière.

A la patte d'oie, prenez la piste du milieu. Plus loin, passez une barrière DFCI, en poursuivant en direction de la tour de guet. Au pied de la tour, prenez la piste de gauche.

Vous atteindrez alors le Cabanon des Gardes (1948). Depuis ce "refuge de Roquefort-la-Bédoule", poursuivez jusqu'à rejoindre une piste qui monte de Ceyreste par

le vallon de Gendame. Continuez sur la droite, en direction du Pas d'Ouilier. Au niveau d'un col, l'indication "Ceyreste 1 H 10" vous invite à passer la barrière sur la gauche et retrouver le balisage jaune.

Attention : environ 200 mètres après la barrière, un cairn marque un brusque changement de direction. Obliquez sur la gauche, par une sente perdue entre les pins et les chênes kermès.

Balisée jaune, la descente est parfois technique.

Tout au fond du vallon, abrité et humide, la végétation se fait plus dense et plus variée ! Vous aboutissez sur un chemin de terre plus large, que vous prendrez sur la gauche.

Au croisement, présignalé par une esplanade et un cyprès, prenez la piste sur la droite, puis tout de suite à gauche trouvez une sente. Vous rejoignez alors un chemin qui longe en surplomb le vallon de Gendame qui rejoint une grande piste que vous descendez pendant 100m jusqu'au virage à angle droit à gauche. Quittez la piste pour vous engager sur un chemin secondaire, d'abord parallèle à la piste puis s'en écartant à droite. A 100m, quittez ce chemin pour vous engager à gauche sur un sentier traversant un vallon à flanc. Remontez par un vieux chemin bordé à droite par un muret marquant la limite du domaine communal.

Le sentier descend vers Ceyreste en coupant les lacets d'une piste sablonneuse. Prenez à gauche.

Ne suivez pas l'indication "Ceyreste : 15 mn", mais remontez en direction du Grand Caunet, par une piste qui s'élève progressivement vers le camping. Retrouvez votre véhicule en contournant le stade par le haut.