La Côte Bleue

par le sentier des douaniers à partir de La Redonne

### LUNDI 18 avril 2022

 04 42 55 70 43

**Descriptif sommaire des intérêts de la randonnée :**

Cette randonnée côtière, avec vue sur la mer et sur Marseille surprend toujours par les couleurs de l’eau, par sa végétation, ses criques, ses ports et ses villas suspendues à la falaise se disputant les derniers mètres carrés plongeant sur la mer.

Ce n’est pas par hasard si, pendant le boom du train, on avait fait passer une voie ferrée sur cette côte, si belle et si riche. La Côte Bleue qui mérite bien son nom, nous offre des trésors à découvrir et à savourer, à travers son sentier des douaniers surplombant le golfe de Marseille

**Cotation : E3/T3/R3**

**Indice d’effort IBP : 59**

**Dénivelée cumulée**:   550m      **Altitude départ :** 60m**Altitude maximale :** 228m

**Durée de marche effective :** environ 5 h  (+/- 14 km)

**Difficultés :**

**\*** Bons marcheurs.

\* Quelques passages escarpés et quelques passages nécessitant l’usage des mains

**\*** Quelques montées raides

**Rendez-vous :** **8h15**  parking de l'ancienne piscine du CEC       **Départ :** **8h30**

**Trajet routier** : ISTRES – Martigues – A55 –  sortie CARRY - 2km ; au niveau d’Eldorado City, sortie droite sur Ensues/Le Rouet -  1km la D5 ; à gauche vers Ensues la Redonne - traverser Ensues la Redonne – Continuer sur la D5 direction La Redonne – D48D - Chemin de la Gare

**Stationnement** : Parking sur le chemin de la Gare d'Ensuès  la Redonne

**Coordonneés GPS :**[**N 43.335235° / E 5.198677°**](https://www.google.fr/maps/place/43%C2%B020%2706.9%22N%2B5%C2%B011%2755.2%22E/%4043.3344506%2C5.1966296%2C16.73z/data%3D%214m5%213m4%211s0x0%3A0x8e5249b1faa91c6b%218m2%213d43.335235%214d5.198677?hl=fr)**<<<** clic pour visualiser sur Google maps

**Distance :**   80 km aller/retour

**Covoiturage  - Montant suggéré :**  Actualisation en temps réel en fonction prix carburants

**Trajet pédestre :**

Cartes IGN – Top 25  / 3144 OT (Etang de Berre) et 3145ET (Marseille, Les Calanques)

**RECOMMANDATIONS :**

  Une trousse de secours individuelle et une pharmacie personnelle.

  Port du short déconseillé >> passages broussailleux **(\*\*)**

     (sinon prévoir une grosse boite d'URGO)

  **Chaussures** de marche **OBLIGATOIRES**.

  1.5 litres d’eau minimum par personne.

  Divers : appareil photo, jumelles…

Animateur : Alain 06 51 00 51 37

######