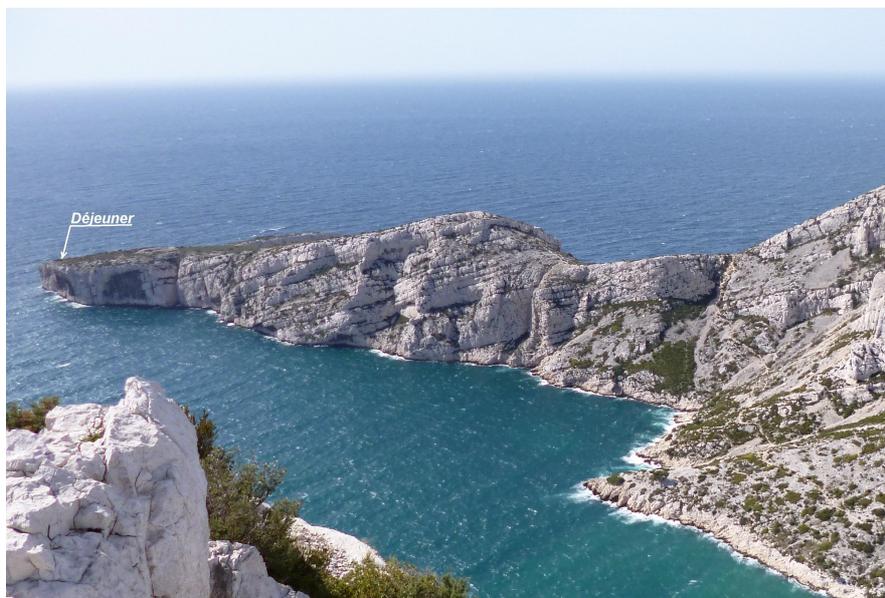


RANDONNEE DU DIMANCHE 30 SEPTEMBRE 2012

LE CAP MORGIOU

Une première sortie après les vacances, DANS LES CALANQUES, où ça monte et ça descend, rien de tel pour se remettre en jambe que d'aller déjeuner à la pointe du Cap MORGIOU



Le cap Morgiou

Le rendez-vous est fixé à 08H30, après le péage de La Ciotat, direction Marseille. Soyez à l'heure, car le site risque d'être très fréquenté en cette saison et, au moment du déjeuner, nous ne serons pas les seuls à vouloir profiter des rares petits coins d'ombre, même s'ils sont très bas de plafond comme le montre cette photo.



Coin repas

Bien que relativement courte (10 Km environ) et d'un dénivelé acceptable pour une reprise (de l'ordre 440m), cette **randonnée reste difficile** à cause de deux passages délicats: la descente, de la cote 210 (et donc la remontée l'après-midi) à Morgiou, le long du tracé référencé 7, ainsi que le dernier tronçon du tracé 4, pour atteindre la cote 85, sur la crête, à l'intersection avec le tracé 1 (voir carte jointe). A cela, vient s'ajouter la nature des chemins: une succession de rochers et de passages caillouteux propices aux glissades..



Attention à ne pas glisser!

Le reste du cheminement ne pose pas de problème particulier. Au passage, on franchira des remparts datant du XVIIIe siècle, très difficiles à identifier de loin, et on s'arrêtera pour déjeuner à hauteur de l'anse de la Triperie, connue depuis la découverte à sa base, par moins de 37 m de profondeur, d'une grotte ornée de peinture: la grotte Cosquer.



L'équipe reco devant l'anse de la triperie

N'oubliez pas les maillots de bains (possibilités de se baigner dans la calanque) et surtout les chapeaux ou les casquettes, car il faudra compter avec un soleil encore très chaud à cette date.

Au dimanche 30.