



# Calanques de la Côte Bleue





La Côte Bleue désigne la portion de côte méditerranéenne située à l'ouest de Marseille (après l'Estaque), jusqu'à la commune de Carro. C'est la bordure maritime des communes du Rove, d'Ensues-la-Redonne, Carry-le-Rouet, Sausset-les-Pins et Martigues. Le bord de mer, surplombé par le massif du Rove, est constitué de nombreuses petites calanques toutes habitées. Le nom de «Côte Bleue» fait référence à la couleur de l'eau qui entoure le massif. Si cette côte reste un lieu rare et préservé, c'est parce qu'elle a bénéficié en 1983 de la création d'un parc marin. Elle se visite à pied ou en prenant le train (ligne 07). Entre Marseille et Martigues, c'est plus de 40 km de paysages à couper le souffle qui défilent sous vos yeux !



## La Calanque de la Vesse

**Accès :** À partir de la route du Rove: Prendre la route de Niolon et descendre jusqu'au parking en bord de mer. Accès interdit aux véhicules de mai à août, les week-ends et jours fériés.

**Descriptif :** Calanque habitée, située au pied du Massif de la Nerthe. Le viaduc ferroviaire s'intègre harmonieusement dans le paysage. Pour vous baigner vous aurez le choix entre une plagette sous le viaduc, une autre à peine plus loin avec du sable et des eaux peu profondes, ou bien le bord de mer côté rochers. Cette calanque ouverte vers le large vous offrira un univers minéral à la fois aride et accueillant. C'est un haut lieu de la plongée sous-marine sur la Côte Bleue.



## La Calanque de Niolon

**Accès** : À partir de la route du Rove : Prendre la route de Niolon et descendre jusqu'au parking de la gare (situé à droite avant de passer sous le viaduc).

Depuis la calanque de la Vesse : Prendre le petit chemin et les escaliers au bout du parking qui rejoignent la calanque par la côte en 5 minutes.

Accès interdit aux véhicules de mai à août, les week-end et jours fériés.

**Descriptif** : Niché au creux de la calanque, le port de Niolon est une fenêtre sur la Méditerranée. Endroit préservé avec une plage mi-sable, mi-graviers.

Il est préférable d'arriver tôt le matin en saison, ou en début d'après-midi hors saison car les places sont rares. En face vous pourrez admirer les Îles du Frioul et d'If ainsi que Notre Dame de la Garde. Éventail de couleurs contrastées : bleu profond de la mer, bleu clair du ciel, blanc calcaire des massifs, vert des pins et de la garrigue; vous serez charmé par l'intimité et l'authenticité du lieu.

Au dessus du port vous aurez un magnifique point de vue depuis un belvédère : un petit chemin y mène mais attention à ne pas s'approcher du bord !



## La Calanque de Méjean

**Accès** : À partir de la route du Rove : Aller jusqu'à Ensues-la-Redonne. Il faut d'abord descendre sur la calanque de la Redonne pour poursuivre la route étroite et sinueuse qui va jusqu'au petit Méjean. Aller au bout de la route après le viaduc où se trouve le parking visiteurs.

Depuis la calanque de Niolon : Continuer sur le sentier des douaniers vers l'est. Passer devant l'île d'Erevine. Accès interdit aux véhicules de mai à août, les week-end et jours fériés de 9h à 18h.

**Descriptif** : La calanque de Méjean est divisée en deux parties : Le petit et le grand Méjean. Avec son port de pêche, sa calanque (Figuières), et ses promenades, le petit Méjean offre un petit coin paisible au cœur de la végétation méditerranéenne et des embruns marins. Du côté du grand Méjean, vous pourrez accéder à une très jolie crique en empruntant le petit sentier au bout du port. Il est possible d'effectuer de nombreuses randonnées autour de la calanque. Un panneau indicateur à l'entrée du parking visiteur en donne les détails.

*Forte affluence en haute saison.*



## Les Calanques de la Redonne

**Accès** : À partir de la route du Rove : Prendre la route qui descend le Vallon de Graffiane et qui mène à la Redonne. Stationner sur le parking à droite, en hauteur avant de descendre sur la calanque. La route qui descend au port est très inclinée et les places au niveau du port valent de l'or. Accès interdit (au port) aux véhicules de mai à août, les week-end et jours fériés.

Depuis la calanque de Méjean : Continuer sur le sentier des douaniers.

Depuis le Rouet : Prendre le sentier des douaniers.

**Descriptif** : La calanque de la Redonne est composée de la calanque des Anthénors et de la calanque de l'Escayole. Son petit port vous plongera dans un environnement typique de la Côte Bleue, surplombé du viaduc de la ligne ferroviaire. Vous pourrez vous baigner dans les calanques ou à la plage de sable de la Dugue.



## La Madrague de Gignac (commune de la Redonne)

**Accès** : Depuis la route de la Madrague : Sentier qui part du pont SNCF et qui descend jusqu'au port.

Depuis le chemin de la Redonne : Sentier qui part de la route de la Madrague, un peu avant d'arriver au port et qui rejoint, après quelques marches, la route de la Dugue, au niveau du tunnel sous la voie de chemin de fer,

Depuis l'impasse des Cigales : Sentier qui part de la route de la Madrague, juste à gauche, après le pont SNCF et qui s'achève au sommet du petit promontoire séparant les deux calanques.

Depuis le sentiers des douaniers : Depuis le Rouet ou Niolon.

**Descriptif** : La Madrague de Gignac est une des plus ancienne Madrague de la côte Méditerranéenne (La Madrague est une technique de pêche au thon). Une vue panoramique sur les deux ports de la madrague de Gignac et de la Redonne vous est offerte si vous acceptez de grimper quelques marches, depuis un sentier aménagé sur la droite du port.

Vous pourrez vous baigner dans le port de la Madrague.



## La Calanque de l'Elevine

**Accès :** Depuis Niolon : Se garer sur le parking en pente à l'entrée du village avant les premières maisons. Suivre la route qui entre dans le village. Avant de passer sous le pont de chemin de fer, quitter la route par une piste à droite (barrière).

Suivre la piste qui se transforme en chemin le long de la voie ferrée.

Descendre dans un vallon à droite, on aperçoit le fort de Niolon sur les hauteurs.

En bas du vallon, quitter le sentier principal et descendre quelques marches d'un escalier à gauche (balisage bleu) puis remonter en face. Le sentier passe sous l'arche d'un pont de chemin de fer, puis serpente.

Bien repérer le balisage et les traces d'usure du rocher. Ne pas emprunter la grotte à droite (d'aspect avenant par la largeur de la piste qui s'y engage), mais s'insérer dans une faille naturelle un peu en dessous pour contourner un vallon raide. Arrivé à proximité du rocher du Moulon (bien reconnaissable par sa forme arrondie et couchée), remonter et monter un peu au-dessus pour retrouver le sentier bien marqué qui zigzague dans le maquis. Le sentier arrive sur une zone équipée d'anciens ancrages. Ne pas descendre directement sur la calanque désormais bien visible au pied d'un pont de chemin de fer, mais s'engager sur le passage anciennement protégé qui remonte un peu. Arrivé au pont, un sentier raide et rocailleux amène rapidement à la calanque, en face de l'île d'Erevine. Le retour se fait en chemin inverse.

Depuis le port de Méjean : Partir sur la gauche et passer le boulodrome. Après l'escalier emprunter le sentier des douaniers qui alterne entre petites côtes, plat et escaliers. De nombreuses petites criques et calanques sont à découvrir. Après environ 1h de marche vous apercevrez l'île d'Elevine. Le sentier enjambe la voie ferrée et permet d'arriver devant l'île d'Elevine

**Descriptif** : Sentier escarpé et accès difficile. Petite calanque aux eaux claires et cristallines, en face de l'île d'Erevine.



## La Calanque des Eaux Salées - La Calanque du Puy

**Accès** : Depuis le Rouet : Suivre la voie privée à gauche du parking qui longe la plage puis monter vers la chapelle Notre Dame du Rouet. Arrivé en haut de la montée, quitter la route en suivant le sentier de gauche (panneau les eaux salées). Le sentier longe la voie ferrée. En arrivant près du pont, descendre les escaliers pour arriver à la calanque.

Depuis la Madraque de Gignac : Suivre le sentier des douaniers pendant environ 30 minutes.

**Descriptif** : La calanque des Eaux Salées doit son nom à sa source saumâtre. Ses eaux claires et limpides se côtoient en toute harmonie avec le relief édenté de la Côte Bleue. La calanque de taille moyenne est largement ouverte sur le large et dispose d'une plage composée de gros galets polis. Le viaduc des Eaux Salées surplombe ce lieu privilégié pour la pratique de la plongée et du kayak de mer. Au loin vous apercevrez le rocher du Grand Mornas (aussi appelé Grande Mona). En poursuivant votre chemin vers la Redonne, vous pourrez accéder à la calanque du Puy (ou Puits) qui est une calanque étroite, minérale, et dénuée de végétation. Son relief original est fait de galets agglomérés avec du sable.



### Le sentier des Douaniers (Côté Est vers Marseille)

**Départ** : Plage du Rouet **Arrivée** : Niolon / l'Estaque **Longueur** : Environ 16 km

**Balisage** : Rouge et blanc (GR 51) **Temps** : Environ 6h aller / retour

**Difficulté** : Difficile **Informations** : À plusieurs moments le sentier passe par des zones habitées (lotissements). Il est possible de prendre le TER de la Côte Bleue : Marseille-Mirammas, pour faire une partie en train. Les conditions d'accès aux massifs sont règlementées, informations disponibles au ☎ 0811201313.

Depuis la plage du Rouet, prendre le chemin des Eaux Salées et monter vers la Chapelle du Rouet. De là vous pourrez admirer la rade de Marseille, et dominer la mer. Redescendre et prendre le chemin jusqu'à la calanque des Eaux Salées. Après la calanque, prendre les escaliers, traverser le lotissement et continuer vers la Madraque de Gignac puis le port de la Redonne. Du port de la Redonne, monter vers un petit chemin qui surplombe la mer jusqu'à la calanque des Anthénors. Le bord de mer se poursuit jusqu'à l'île de l'Erevine. Le sentier continue jusqu'aux portes de Marseille dans le quartier de l'Estaque.

**Le Rouet / La Redonne - Méjean** : Environ 8 km

**La Redonne - Méjean / Niolon** : Environ 8 km



## La Calanque du Cap Rousset - La Calanque des Bouchons

**Accès :** Depuis le Centre ville de Carry le Rouet : Se rendre à l'avenue Gérard Montus par la route Bleue (direction le Rouet, à 15 minutes à pied du centre ville). En voiture, prendre la route Bleue (direction le Rouet), et l'avenue de la Tasse pour atteindre l'avenue Gérard Montus (5 minutes). En été la calanque est très fréquentée et les places sont chères (parking gratuit de 32 places + 2 places handicapées).

**Descriptif :** Cette jolie calanque réaménagée en plage avec restanques se situe au cœur de la réserve marine. En saison, il vous sera possible de découvrir gratuitement le sentier sous-marin en palmes masque et tuba, avec le Parc Marin de la Côte Bleue. Inscription obligatoire auprès de l'Office de Tourisme. Cette plage dispose d'un poste de secours en saison, et d'un snack glacier sur place "La Buvette du Cap", ouvert d'avril à octobre. En poursuivant votre chemin sur le petit sentier côtier vers le Rouet, (par le lotissement de Barqueroute), vous pourrez accéder à la calanque des bouchons qui est plus sauvage.



## La Calanque de la Tuilière - La calanque des Beaumettes

**Accès :** À partir du centre ville de Carry : Aller sur le quai Maleville, continuer sur la plage Fernandel, et prendre les escaliers qui mènent au phare. Continuer sur le sentier du Léopard jusqu'aux calanques.

En voiture prendre le boulevard des Moulins et l'avenue Draïo de la Mar. Les calanques se trouvent sur la gauche.

**Descriptif :** Située à 1 km du centre ville et du port, la calanque de la Tuilière est une petite calanque naturelle constituée de galets. Tout proche de la plage se trouve une mise à l'eau privée (gérée par les Calanquais de la Tuilière), une douche et des sanitaires. Parking gratuit (41 places + 3 places handicapées). De plus, vous trouverez hébergement et restauration à proximité.

En continuant sur le sentier côtier vous accèderez à la calanque des Beaumettes.



## Le sentier du Lézard

**Départ** : Centre ville de Carry-le-Rouet

**Arrivée** : Sausset-les-Pins

**Longueur** : Environ 4 km

**Balisage** : Rouge et blanc (GR 51)

**Temps** : Environ 1h30 aller / retour

**Difficulté** : Facile

Se rendre sur le quai Maleville, traverser la plage Fernandel et monter les escaliers qui mènent au phare. Le sentier débute ici. Sur tout le sentier vous trouverez des planches commentant la faune et la flore ainsi que de nombreux bancs pour admirer la vue et la rade de Marseille.



## Le sentier des Douaniers (Côté Ouest vers Martigues)

**Départ** : Sausset-les-Pins

**Arrivée** : Au Laurons

**Longueur** : Environ 15 km

**Balisage** : Rouge et blanc (GR 51)

**Temps** : Environ 6h aller / retour

**Difficulté** : Moyenne

Partir en direction du phare et du port. Longer les plages de Sausset-les-Pins. Devant les digues, remonter la rue et traverser le village sur la gauche. Descendre jusqu'au port et le longer sur la droite. Suivre le chemin littoral aménagé (la Corniche). Passer devant la plage du Grand Vallat. Continuer toujours tout droit en appréciant le charme de la Côte. Passer devant la plage de la calanque bleue. Après environ 200 mètres, le chemin aménagé disparaît. Continuer en descendant vers la plage du Grand Fossé. Ici redémarre le GR 51; le suivre en montant la colline. Le sentier passe dans la garrigue et longe la plage des Tamaris. Retour sur la route, la descendre et arriver sur le port des Tamaris. Longer le port et suivre le GR sur la gauche. Arriver sur le plateau de Sainte Croix. Passer devant la chapelle et découvrez la plage de Sainte-Croix. Continuer le GR et descendre sur la seconde plage, la plage de la Saulce. Continuer le sentier jusqu'au Laurons en passant par la Couronne, Carro et Bonnieux.



## Le sentier des Douaniers (Côté Ouest vers Martigues)

Tout au long de cette promenade, vous ferrez des découvertes étonnantes. Vous découvrirez le phare du Cap Couronne qui règne en maître sur les lieux exhibant ses couleurs, ou bien les carrières de pierre de la côte exploitées depuis le II<sup>ème</sup> siècle avant J.C par les Romains, puis plus tard par Louis XIV et Louis XVIII.

Aux alentours de Carro, vous verrez des anciennes maisons de pêcheurs reconverties en coquettes résidences balnéaires. Vous aurez une vue imprenable sur le large et le littoral dans une ambiance minérale. Les plus joueurs pourront venir y faire du cerf-volant en tirant profit des rafales de vent. Le port de Carro offre un charme discret avec les pointus et autres bateaux amarrés dans ses eaux claires. Ne manquez pas le petit musée de Carro qui re trace l'histoire des villages de la Couronne et Carro.

Ce sentier présente un échantillon des richesses de notre patrimoine; idéale pour les familles. Il est jalonné par 42 panneaux didactiques donnant des informations sur l'écologie marine et terrestre, la géologie, l'archéologie, l'histoire et les activités humaines. Tout au long du chemin vous aurez l'occasion de rejoindre des criques ou des plages afin de faire une pause dans ce cadre idyllique.

Sur le parcours vous pourrez observer l'unique présentoir à fossiles d'extérieur des Bouches-du-Rhône.

Un parcours de santé d'une distance de 1 600 mètres entre mer et pinède vous permettra de faire des exercices de remise en forme praticables par toute la famille.



## *Quelques conseils pour se promener en toute tranquillité*

- Préparez votre circuit avant votre départ.
- Restez sur les chemins balisés.
- Renseignez- vous sur le temps de parcours et la météo.
- Veillez à avoir une carte IGN des lieux.
- Ne surévaluez pas vos forces physiques.
- Evitez de partir seul, ou prévenez quelque de votre trajet.
- Emportez de l'eau, au minimum 1L/personne, une trousse à pharmacie, une boussole.
- Equipez-vous convenablement de chaussures de randonnées, vêtements chauds et de pluie, chapeau.

**ATTENTION** : Pour votre sécurité et pour la préservation des massifs forestiers, l'accès aux espaces naturels est réglementé de juin à septembre. Valable pour tous les sentiers de randonnées (hors sentier du Lézard).

Consultez les conditions d'accès aux massifs :

Renseignez-vous pendant la période estivale

08 11 20 13 13 (prix d'un appel local) ou Office de Tourisme

[www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr](http://www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr)



# *Protégeons et respectons l'environnement et la nature*

- Respectez la réglementation en vigueur.
- Ne pénétrez pas dans les massifs avec des véhicules. en dehors des voies ouvertes à la circulation publique
- Respectez les viticulteurs et les agriculteurs, ne cueillez pas leurs produits
- Sachez cohabiter avec les chasseurs et les autres utilisateurs
- N'allumez pas de feu, ne fumez pas
- Merci de laisser les sites propre, n'abandonnez aucun objet, aucun détritrus
- Veillez à utiliser les poubelles présentes et les cendriers de plages (disponible à l'Office de Tourisme).
- Rempportez vos déchets.
- Respectez les arbres, admirez les plantes, ne les coupez pas ne les cueillez pas.
- Ne ramassez pas de fossiles
- Ne faites pas de barbecues
- Ne circulez pas en moto ou en quad...

*La forêt, la colline, les calanques sont sources de vie. Ces lieux profitent à tous mais n'oubliez pas qu'ils sont fragiles.*





11-13 Route Bleue 13620 Carry-le-Rouet  
☎ +33 (0)4 42 13 20 36 📠 +33 (0)4 42 44 52 03  
Coordonnées GPS : 43.330808, 5.153748  
[ot.carrylerouet@visitprovence.com](mailto:ot.carrylerouet@visitprovence.com) / [www.otcarrylerouet.fr](http://www.otcarrylerouet.fr)

**Horaires d'ouverture :**



**En saison (Juillet - Août) :**

Lundi au samedi: 9h30-12h30 / 14h-18h  
Dimanches et jours fériés : 10h - 12h

**Hors saison :**

Mardi au samedi : 10h-12h / 14h-17h  
Dimanches de grandes  
manifestations : 10h-12h / 14h-17h

**Horario de apertura :**



**Temporada (julio y agosto)**

Lunes a sabado: 9h30-12h30 / 14h-18h  
Domingo y dias festivos : 10h - 12h

**Fuera de temporada :**

Martes a sabado : 10h-12h / 14h-17h  
Domingo en las grandes  
manifestaciones: 10h-12h / 14h-17h

**Opening time :**



**High season (July - August) :**

Monday to saturday : 9.30 am- 12.30 pm  
2 pm - 6 pm

Sunday and public holidays : 10 am - 12 pm

**Low season :** Tuesdays to saturday:

10 am - 12pm / 2 pm - 5 pm - Sunday of big  
events: 10 am - 12 pm / 2 pm - 5 pm

**Öffnungszeiten :**



**(Juli und August) :**

Von Montag bis Samstag: 9.30 - 12.30 /  
14.00 - 18.00 Uhr. Sonn- und Feiertags :  
10.00 - 12.00 Uhr.

**Außerhalb der Saison :**

Von Dienstag bis Samstag: 10.00 - 12.00 /  
14.00 - 17.00 Uhr. Sonntags Großver  
anstaltungen: 10.00 -12.00 / 14.00 - 17.00  
Uhr.