

# Trek sulle Calanques

27 dicembre 2019 – 3 gennaio 2020

## Trek di Capodanno

*Calanques: insenature simili a fiordi norvegesi, un tripudio di rocce che si tuffano nell'acqua limpidissima, in un mare color turchese, per una lunghezza di 20 chilometri. Passeggiare nel Parco Nazionale della Calanques significa partire alla scoperta di paesaggi mozzafiato, nei quali, alle insenature selvagge e nascoste, si alternano sentieri in mezzo alla natura.*

*Ma non avremo solo camminate sui calanchi, ci saranno pure escursioni a ridosso di località rinomate della Costa Azzurra, come Mentone, Nizza, Saint Tropez e Cap d'Antibes.*



## Programma

### **27.12.19 venerdì Belluno/Mentone (650 km)**

Partenza in pullman per Mentone, con soste e pranzo libero lungo il percorso. Arrivo in hotel sistemazione ed a seguire una prima passeggiata nella "città dei limoni".

Cena e pernottamento: hotel 3\*\*\*.

### **28.12.19 sabato Mentone/Saint-Raphael (135 km) – Trek Cap Ferrat + Cap d'Antibes**

Transfer in bus e partenza a piedi per un circuito tra cale, falesie e una splendida vegetazione attorno al Cap Ferrat, la penisola più prestigiosa della Costa Azzurra (durata percorso 2h30, dislivello minimo). Nel primo pomeriggio proseguiamo, con un altro facile circuito, attorno al Capo d'Antibes (2,30 ore, dislivello minimo). Questa passeggiata ci offrirà un paesaggio selvaggio dove si alternano bianche falesie calcaree e piccole baie dai riflessi azzurri.

Il viaggio prosegue in pullman verso Saint-Raphael, l'elegante centro balneare. Cena e pernottamento: hotel 4\* a Saint-Raphael.

### **29.12.19 domenica – Trek Esterel e Gole del Blavet + Frejus (9-16 km, + 450/-450 m, 3-5 h)**

Transfer in bus verso il Massiccio dell'Estérel e partenza a piedi per un circuito a ridosso del torrente Blavet fino alle omonime gole, tra rocce vulcaniche di colore rosso. Al termine dell'escursione ci spostiamo nella città romana di Frejus, la "Pompei di Francia", per una breve visita della sua bellissima Cattedrale Saint-Léonce. Rientro a Saint-Raphael nel tardo pomeriggio.

Cena e pernottamento: hotel 4\* a Saint-Raphael.

### **30.12.19 lunedì Saint-Raphael/La Ciotat/Marsiglia (180 km) Trek Route des crêtes, La Ciotat (3-4 km, + 100/- 100 m, 2 h)**

Transfer in bus fino alla località di La Ciotat, sul Golfo di Amur, e prima escursione nel Parco delle Calanques. Dalla panoramica "route des Crêtes", il sentiero ci conduce attraverso meravigliosi paesaggi sulla scogliera più alta d'Europa, la falaise Soubeyranne, caratterizzata da una flora e da una geologia uniche. Al termine della camminata raggiungiamo Marsiglia. Alla sistemazione in htl seguirà la visita guidata della affascinante città dall'atmosfera multietnica e anticonformista. Cena e pernottamento: hotel 4\* a Marsiglia.

### **31.12.19 martedì Trek Calanques di Port Pin e d'En Vau (15-17 km, + 550/- 550 m, 6 h)**

Transfer in bus fino a Cassis. Da qui seguiamo a piedi la direzione del GR 98-51, un sentiero di lunga percorrenza, e giungiamo alla Calanque de Port Pin. Il sentiero sale facilmente sulla scogliera e dopo morbidi saliscendi ci porta al Plateau de Cadeiron, poi, in discesa, arriviamo alla Calanque d'En Vau, una delle più belle, racchiusa tra falesie a strapiombo sul mare, in un ambiente dove la natura regna sovrana. Risaliamo poi il vallone d'En Vau fino alle propaggini del Col de la Gardiole. Rientro a Marsiglia nel pomeriggio, pronti per attendere l'arrivo del nuovo anno! Cena e pernottamento: hotel 4\* a Marsiglia.

### **1.01.20 mercoledì – Trek Calanques di Podestat e di Sormiou (14-17 km, + 600/- 600 m, 6h)**

Transfer fino al piccolo porto di Callelongue. Seguendo il sentiero sempre affacciato sul mare raggiungiamo la piccola Calanque de Podestat,. Una volta arrivati al Col de Sormiou (181 s.l.m.) la vista spazia sull'intero comprensorio delle Calanques, fino a Cap Morgiou. La discesa si conclude alla Calanque de Sormiou, uno spazio incantevole. Il ripido sentiero ci porta sulla panoramica Crete de Morgiu. Superato il bivio per il Cap Morgiu terminiamo il nostro trekking nella Calanque de Morgiu, un nuovo gioiello affacciato sul mare. Al termine del trekking rientriamo a Marsiglia. Cena e pernottamento: hotel 4\* a Marsiglia.

### **2.01.20 giovedì Marsiglia – Saint-Tropez – Nizza (258 km) Trek Sentier du Littoral (11 km, + 450/- 450 m, 4 h)**

Raggiunta in pullman La Croix-Valmer ci incamminiamo lungo un tratto di costa tra i più famosi di Francia: una parte del Sentier du Littoral, l'antico Sentier des Douaniers tracciato per controllare il contrabbando di sale e tabacco. Partendo dalla Plage de Gigaro, arriviamo in un continuo saliscendi fino alla Plage de la Briante, proprio di fronte al magnifico Cap Taillat. Il rientro avverrà attraverso una riserva naturale protetta, con una ricca e varia biodiversità. In bus, raggiungiamo il vicino

villaggio di Saint-Tropez, tempio indiscusso della mondanità. Tempo a disposizione per pranzare e per una passeggiata tra il porto e l'antico quartiere dei pescatori. In pullman raggiungiamo Nizza con possibilità di una passeggiata sulla celebre Promenade des Anglais. Cena e pernottamento in hotel 4\* a Nizza.

### **3.01.20 venerdì Nizza/Belluno (670 km)**

Ultime ore a disposizione per approfittare del clima temperato e dei magnifici scorci della Côte d'Azur. Trascorriamo la mattina ad esplorare, con guida, la "Vieux Nice", la parte antica e più caratteristica della città di Nizza, dall'aspetto tipicamente italiano-ligure. Si riparte per l'Italia in tarda mattinata con soste e pranzo libero in autostrada.

*Il presente programma è da ritenersi indicativo; potrà subire delle modifiche, anche sostanziali, a giudizio dei capigruppo, soprattutto per motivi meteorologici. Ove possibile, sarà data la possibilità di partecipare alla messa festiva.*

**Programma dettagliato in sede**