

## COMPTE RENDU D'ACTIVITE N° GT 70 RP

Date : 29 et 30 avril 2006  
Activité : Randonnée pédestre  
Lieu : Traversée intégrale des Calanques

5 personnes présentes : Georges TUSCAN, Nathalie FERRER, Valérie DESPERRIER, Alexandre et Gérard BRAGADO...

Sans oublier Alain TUSCAN, Alain JEANPIERRE, Yvan BERNELLE, Bernard PIAT, et Christian PRIN ABEIL qui nous ont fait la surprise de venir prendre le thé au bivouac.

Je n'avais jamais fait la traversée intégrale, même si je suis allé un peu partout dans les Calanques. Faire cette course sur deux journées avec un bivouac au milieu était un vieux rêve, j'ai décidé de le réaliser cette année, et qui plus est, quel bon entraînement pour le GR20...

J'espérais avoir plus de monde, au moins je comptais sur les « Extraterrestres » du club, oui, vous savez celles qui se baignent en hivers par n'importe quelle condition météo pluie, vent froid et peut-être même neige. Enfin elles n'étaient pas libres. Je n'irai pas jusqu'à penser qu'elles me boudent mais elles sont souvent prises, sans doute l'attrait des entrailles de la terre...

Nathalie a adhéré tout de suite au projet avec sa copine Valérie, je sais que Nath ne marche pas beaucoup, mais elle s'est mise à la rando et au footing depuis quelques semaines et je pensais que c'était Valérie qui l'avait entraîné...

De toutes façons, il y a plusieurs possibilités de s'échapper en cours de route, nous verrons bien en chemin.

Tout a commencé, dimanche dernier quand je suis allé déposer 5 bouteilles d'eau dans un fourré près de l'Oasis (Voir dernier CR). Il est vrai qu'Yvan et Marie Claude devaient venir avec nous, nous aurions été 5 à dormir et il fallait bien 5 bouteilles. Mais un problème d'intendance les a privés de cette superbe balade...

Dans la semaine, j'ai eu un doute, si les rongeurs percent mes bouteilles ou un sanglier, même un randonneur peut les trouver et se servir... Parfois il m'arrive de délirer... (Souvent même)

Samedi matin, je me lève à 6 heures comme d'habitude, mon sac est prêt, je déjeune et je traîne un peu sur Internet en attendant l'heure, mais j'ai trop envie de partir et vers 7 heures je quitte la maison en direction de Callelongue, lieu de RV avec Nath.



La première Calanque au départ de Cassis, celle de Port-Miou

Même en roulant doucement, et malgré les chantiers et les 3 feux de circulation alternée, j'y arrive à 7h30 du matin.



Il y a des places partout et je me gare sur le port. Nath ne doit pas arriver avant 8h15/8h30. Je décide de partir à sa rencontre, je prends mon sac, un peu lourd (14/15Kg) et la route de la pointe rouge. Je ne me presse pas, je découvre les minuscules criques que l'on ne voit pas depuis la voiture.

En arrivant à Samena, 45mn + tard, je croise Nath et Valérie qui viennent me chercher. Je m'entasse comme je peux dans la 206 bourrée de sacs à dos...

Nous nous garons dans la contre allée de Michelet, face au stade et nous allons prendre un café en attendant 9h18, l'heure de passage du car à l'arrêt du Rond Point du Prado. C'est le car régulier de Cassis (NAP tourisme).

#### **Nathalie en folie devant la Tour Save du Devenson et le plateau de Casteviel**

Il arrive avec un peu de retard et nous embarquons. Nous réglons les 2,7 € de la course et nous nous installons. Alexandre et Gérard sont déjà à bord, ils ont pris le car à Castellane. Nous arrivons à Cassis-Gendarmerie un peu avant 10h. Et nous prenons la direction du port, puis de la plage du Bestouan.

Dans l'euphorie générale, nous nous trompons et nous suivons la route de la presqu'île. Lorsque nous arrivons au bout, nous réalisons notre erreur et nous décidons de traverser à la nage. Des chambres à air de camion traînent au bord de l'eau et nous mettons les sacs et les chaussures dessus pour passer la Calanque de Port-Miou.

L'eau est fraîche avec le mistral, mais en nageant, on s'y fait rapidement.

Le plus difficile c'est pour remonter en face... Ne paniquez pas, c'est un poisson d'avril à retardement, vous croyez tout de même pas que je me baignerai en avril, je ne suis pas fou...

En réalité, nous n'avons rallongé que de 3/400m et nous retrouvons rapidement le départ de la rando au bout de la grande Calanque de Port-Miou (presque 1.5Km) dans les anciennes carrières Solvay.



#### **Le cap Morgiou et le torpilleur depuis le col de la Candelle**

Au début, le sentier est facile et plat, tout se passe bien, puis nous arrivons à la première descente vers Port-Pin.



Très rapidement, je réalise que Valérie n'a pas le pied très sûr en terrain accidenté, ni le sens de l'itinéraire. Je la guide afin qu'elle prenne bien le passage le plus facile et nous arrivons à la petite plage de la Calanque de Port-Pin. Je sais que le GR ne passe plus par En Vau, la descente est délicate et même interdite, je crois. J'aurai volontiers pris le risque, mais je sais que Valérie aura beaucoup de mal à descendre, et je réalise aussi que je n'ai pas eu de réponse au sujet de ma demande de licence découverte pour elle, Monica doit probablement être en vacance.



**Un vieux gréement devant le torpilleur**

Nous ne prendrons pas de risque et nous suivons le GR... Nous arrivons sur le plateau de Cadeiron après la première véritable montée. Et nous entamons la descente vers le vallon d'En Vau, je pars un peu après les autres et je les rattrape un peu plus loin. Valérie est la dernière du petit groupe, lorsque j'arrive presque à sa hauteur, je la vois faire un faux pas et tomber violemment sur le côté droit. En deux pas, je suis à son côté. Elle tient sa figure entre ses mains et elle est couverte de sang. Je l'aide délicatement à se débarrasser de son sac qui la maintient face au sol et à se retourner. Elle est tombée sur un rocher pointu et il y a tellement de sang au sol que je m'attends à la voir défigurée, elle aussi d'ailleurs mais heureusement elle est tombée sur la mâchoire et elle n'a qu'une profonde entaille sous le menton. Une trace de coup violent est bien visible sur sa gorge au niveau du sternum.



**La Calanque de Morgiou depuis le col de la Candelle**

La question se pose, doit-on continuer ? Elle propose de retourner à Cassis, reprendre le bus et nous laisser continuer notre rando, mais je refuse, si elle ne se sent pas capable de continuer, on appelle les secours et on ne prend pas le risque de la ramener vers Cassis nous-même et encore moins de la laisser retourner seule.

Elle décide d'essayer et nous l'aidons à se relever. Gérard et moi, (surtout Gérard) lui prenons des affaires afin d'alléger son sac et nous reprenons la route.

Heureusement, je transporte toujours avec moi une trousse de premier secours même si elle ne sert pratiquement jamais... Elle est au fond du sac et je vide tout par terre pour la trouver.

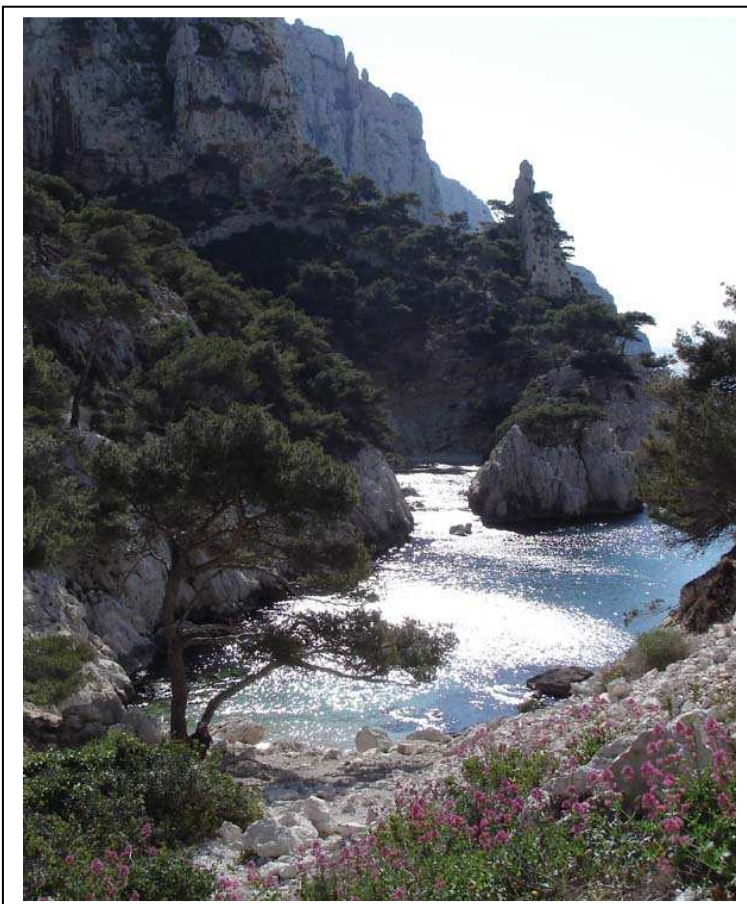
Gérard est remonté et il est moniteur de secourisme. Je lui passe des lingettes désinfectante et il nettoie la plaie.

Le sang s'arrête enfin de couler et nous lui mettons un pansement. Lorsqu'elle veut se relever, elle ressent une forte douleur au niveau de la poitrine, le choc a été violent.



Elle a eu très peur, chaque passage délicat la panique un peu, mais elle a une volonté farouche et avec un peu d'aide et d'encouragement, elle réussit à rejoindre le fond du vallon d'En Vau.

Ensuite nous suivons la route « forestière » vers le Portalet où nous prenons le sentier vers le col de



l'Oule. Valérie va très doucement, mais elle avance. Je reste auprès d'elle alors que Nathalie fidèle à ses habitudes cavale devant... (Non non, je ne règle pas les comptes j'informe...)

Nous descendons dans le vallon de l'Oule et je constate que le tracé du GR a changé, il ne descend plus jusqu'au fond du vallon pour remonter sur la crête du Devenson. Nous ne verrons pas la calanque de l'Oule et l'aiguille de l'Eissadon et c'est à mon avis un des plus beau coin des Calanques...

J'appelle Nathalie devant mais elle est trop loin et ne m'entend plus. Comme le sentier est peut-être délicat pour Valérie, je renonce à contre cœur et je suis le GR. C'est assurément moins beau que la crête du même nom... Il serpente à flanc de collines, de vallon en vallon jusqu'au col de Devenson. Nous y laissons Valérie se reposer un peu et nous allons au-dessus de la Calanque du Devenson pour admirer ses Falaises, la Tour Save et l'Aiguille de l'Eissadon que l'on voit d'ici sous un autre angle (moins chouette...).

#### **La magnifique Calanque de Sugiton**

Le temps de faire quelques photos, nous repartons pour rejoindre Valérie puis vers le Col des Charbonniers en suivant la longue ligne de crête du Devenson.



#### **L'archipel de Riou avec Riou, Calsereigne, la Jaïre/Jaron et le Bec de Sormiou**

Nous évitons bien sûr de descendre la cheminée du CAF et de remonter celle du Diable en face (Celle du diable, nous l'avons faite récemment dans le brouillard et sous la pluie lors d'une sortie avec Christian PA, aujourd'hui ce serait super, on aurait le gaz en plus). La longue montée depuis le col des Charbonniers vers celui de la Candelle sera difficile pour Valérie, mais pas à pas en se reposant un peu, elle arrive au sommet.



Ensuite nous suivons le sentier des 13 contours, (j'ai encore oublié de les compter) avant de descendre dans le pierrier de la Tour Carrée, dernière épreuve pour Valérie, surtout qu'on l'a enchaîné jusqu'en bas pour rejoindre l'Oasis.



Dans le pierrier, je laisse Gérard aider Valérie et je fonce vers la cachette des bouteilles d'eau. Elles sont toujours là et intactes... Un peu plus bas nous entendons des appels. Il s'agit du groupe des grimpeurs qui en sortant du socle de la Candelle sont venu nous rendre une petite visite. Nous arrivons en même temps avec une synchronisation aussi parfaite qu'involontaire. Nous nous installons et nous prenons le thé ensemble

**La Candelle, la Concave, le Devenson, le Castelvieil et au fonds le Cap Canaille et le bec de l'Aigle**

Ils viennent de faire des grandes voies et c'est sympa qu'ils passent ici après. Après ce petit moment serein de détente, nos grimpeurs reprennent la route de Luminy avec Alexandre et Gérard qui sont contents d'avoir trouvé une voiture au lieu de rentrer en bus...

Quelques grimpeurs terminent leurs voies au-dessus de nos têtes, mais ils sont trop « vidés » pour réaliser de belles performances. Un peu après le départ des nôtres, ils partent aussi et nous nous retrouvons seul. Je propose à Valérie de refaire son pansement qui ne tient plus que par miracle ou par hasard...

Une belle bosse est sortie et elle ouvre la plaie. Nath et moi, lui posons des points (stéril-strips) afin de refermer la plaie, en attendant qu'elle voie un docteur.

Ensuite, je nous prépare une bonne soupe bien chaude Royco/semoule afin de nous réchauffer un peu. L'air s'est rafraîchi sous l'effet du mistral et nous mettons les polaires. Juste après, je fais cuire quelques pâtes que nous dégusterons avec une super sauce tomate et du râpé, un vrai délice... Après la deuxième assiette, je propose mes repas lyophilisés aux filles mais elles n'en veulent pas elles ont assez mangé...



**Le petit port de pêche de la Calanque de Morgiou pris de la crête de Sormiou**

J'aurai bien voulu les goûter avant de les emporter en corse mais je ne peux pas faire moins bien qu'elles pour ma ligne et je les range au fond du sac (encore du poids emporté pour rien).

Une petite infusion finit de nous réchauffer j'étrene ma nouvelle bouilloire ultra légère...

Il faut dire que pour la Corse j'ai tellement peur de ne pas pouvoir suivre Christine que j'ai beaucoup investi (+de 600€) dans du matos ultra léger...

Avec en plus de la bouilloire à 150G, une super tente (1.75Kg), un nouveau sac à dos de 75litres (1.9 Kg) et un nouveau duvet -3° confort (1 Kg). Ce qui me permet de gagner un Kg sur mon ancien matos... Vous me direz que ça fait cher le Kg, mais pendant 40 heures de marche sur les sentiers corse, je vais sûrement l'apprécier ce Kg en moins...

Faute de boîte de nuit et d'autres distractions, nous installons notre bivouac et vers 21h30, nous nous couchons. Les filles tiennent à dormir dans le petit enclos de pierres et il faut que je sois du côté de l'entrée, pour je ne sais quelles raisons, ou plutôt je le sais trop bien... Je me glisse dans mon nouveau duvet, il est si fin que j'ai du mal à croire qu'il soit chaud, mais bientôt je ressens la douce chaleur du duvet d'oie se répandre sur ma peau nue. On ne le dit jamais assez mais pour qu'un duvet renvoie la

chaleur du corps il faut être nu... Et oui, c'est comme ça ! Dirait Elie Kakou...

Nous discutons beaucoup, de garçons pour les filles et de filles pour le garçon... Nous nous permettons quelques bonnes parties de rire, mais pas trop, les 3 duvets sont à moi pas question de les tâcher...

Mais bientôt, je m'aperçois que je parle tout seul, les filles ont rejoint Morphée. La nuit s'écoule sereinement dans le calme, enfin parfois...



**La Calanque de Sormiou avec son eau claire, digne des tropiques**

Valérie n'est pas habituée au bivouac, et au moindre bruit, elle réveille Nath en sursaut qui ne trouve rien de mieux à faire que de me réveiller aussi... Heureusement la plus souvent je ne dors pas et je les rassure, mais non, ce n'est pas un sanglier, c'est le vent. Non il n'y a pas de serpent la nuit, les Anacondas vivent dans les marécages, pas dans les Calanques. Nous entendrons même des chats se disputer dans les environs, à moins que ce ne soit la fameuse panthère noire des Calanques...

Le lendemain, je me réveille à 6 heures, mon ouïe me dit que Nath dort... Je traîne au lit, enfin au duvet jusqu'à 6h45, puis je me lève pour satisfaire un petit besoin naturel longtemps réfréné... Il fait frais ce matin, le vent souffle toujours fort. Je me prépare le petit déjeuner et je mange en solitaire, c'est un comble, avoir 2 « meufs » sous la main, devoir se préparer le petit déjeuner soi-même et le manger tout seul. Enfin je suis d'un naturel gentil et je leur prépare tout de même le petit déjeuner.

Vers 7 h 30, je pince les pieds de Nath à travers le duvet en tentant de me faire passer pour un sanglier mais sa réaction est inattendue ! Toujours est-il qu'elle finit par se lever, mais pour Valérie, ce sera plus dur, je ne la connais pas assez pour lui pincer les pieds et on ne réussira pas à la lever avant 8 heures et quelques.

Après le déjeuner, les filles doivent faire leurs sacs Nath fait le sien debout en chaussettes sur la couverture de survie et elle ne trouve rien de mieux que de se verser le contenu de son Camel bag sur les pieds. Heureusement j'ai des chaussettes de rechange et de l'eau en plus... Enfin vers 9 heures moins le quart nous partons, pour rejoindre rapidement le virage de Luminy, je prends l'option de descendre à Sugiton par la route plutôt que par le passage de la Paroi des Toits que Valérie aurait du mal à le franchir. Nous descendons par la route jusqu'à l'esplanade, puis à Sugiton par le sentier, au passage nous allons voir l'éboulement à la Calanque des Pierres Tombées, effectivement il est visible et impressionnant. Nous passons la très belle Calanque pour arriver à la fameuse échelle redoutée depuis hier par Valérie...





Le passage sera long et laborieux mais nous le passerons quand même...

Un peu plus loin, nous arrivons au premier pas délicat de la traversée vers Morgiou. Je descends les sacs et je remonte chercher Valérie puis tout doucement, pied après pied, elle descend sans trop de problème et en tout cas beaucoup plus facilement que je ne le prévoyais... Lentement mais sûrement nous arrivons à Morgiou, mais Valérie montre des signes évidents de fatigue. Je ne me rappelle pas de cette portion de Morgiou à Sormiou et je crains que la descente soit délicate. Je prends la décision de shunter la descente sur la Calanque et la remontée, en suivant le tracé bleu sur les crêtes jusqu'au col de Sormiou. Nous partons vers le col du Renard, la montée est difficile pour Valérie. Au col, un « troupeau » d'italien déjeune et s'agite bruyamment. Nous passons sans pratiquement nous arrêter, nous avons décidé de manger au sommet, sur la crête de Sormiou.

#### **Toujours le vieux gréement mais devant le bec de Sormiou**

Valérie donne tout ce qui lui reste pour arriver sur la crête. Le troupeau d'italien nous double à l'exception d'une « bonne femme » (la Mama) qui a visiblement plus de difficulté encore que Valérie... Au sommet, nous déjeunons rapidement avant de repartir sur les crêtes pour environ 3 Km Valérie est de plus en plus fatiguée, malgré sa volonté d'acier, elle ne peut plus avancer, ses jambes ne la portent plus. Nous arrivons péniblement au col des Baumettes où elle décide d'arrêter, il reste encore 3 à 4 heures de marche et elle ne tiendra pas. Moi je suis obligé d'aller chercher ma voiture à Callelongue et Nath hésite à continuer.

Bien que cela m'ennuie de laisser Valérie partir prendre le bus toute seule, je pousse Nath à continuer, ce serait dommage qu'elle abandonne maintenant, elle accepte l'air peu convaincu...

Valérie nous quitte pour la prison, enfin pour le bus devant la prison et nous partons vers le col de Sormiou où nous arrivons rapidement. Nous prenons la sente qui monte vers le col de Cortiou et je réalise que Nathalie est crevée, elle aussi. Un peu avant le col, je la sens craquer nerveusement et je ne sais pas comment lui remonter le moral. Avec un peu d'encouragement je réussis à l'emmener au col de Cortiou en lui promettant, entre autre, qu'après le petit col, c'est une longue descente jusqu'à Callelongue. Effectivement, après le col ça descend et elle va mieux, elle va même trop vite je suis obligé de lui dire de ralentir, car je préférerais éviter une autre chute, je n'ai plus de désinfectant...

Hélas j'avais oublié que le sentier remonte un bon moment avant le cirque des Walkyries, cette côte lui donne un coup au moral, elle se contente de m'en vouloir (presque à mort) mais elle continue à monter... On atteint enfin le sommet puis la descente reprend cette fois jusqu'à Callelongue enfin presque.

En arrivant à la Calanque du Podestat, on décide de descendre et de remonter en face, afin de raccourcir le chemin, le GR effectue un large détour. Je ne suis pas sûr de gagner du temps et de la peine mais cela fait un changement et puis nous sommes un peu chez nous au Podestat, la Calanque appartient à EDF.

Après avoir bu un coup, nous repartons, la montée n'est pas trop dure, puis nous passons la Calanque des Queyrons. Juste après le sentier passe sous des pins aux branches assez basses, Nath ne les voit pas et se cogne violemment la tête. Elle craque à nouveau et là j'ai toutes les peines du monde à la remotiver, je ne sais pas si elle va m'insulter ou éclater en sanglots... Finalement, elle repart difficilement.

Un peu plus loin, on aperçoit Marseilleveyre. Là le moral de Nathalie semble reprendre le dessus, il faut dire que depuis le Podestat elle demande à tous les gens que l'on croise combien de temps faut-il pour aller à Callelongue et bien sûr personne ne répond la même chose.

Enfin, une demi-heure plus tard, vers 17 heures, on arrive entier à destination. Nous chargeons rapidement les sacs et nous partons chercher la voiture à Nath au stade. Ce matin les feux de chantier n'étaient pas trop gênants, mais ce soir, c'est une catastrophe, nous mettrons 2h30 pour arriver à la pointe rouge. Nath aura même le temps d'aller faire des courses pendant le trajet et de sortir de la voiture pour fumer la cigarette enfin les cigarettes....

Vers 19h45, nous récupérons la voiture de Nath sur le Bd Michelet, puis nous allons chez elle afin de partager les photos et surtout que je puisse récupérer mes duvets et autres affaires.



Lorsque nous arrivons, Valérie est là depuis longtemps, elle s'est baigné difficilement, puis s'est endormie sur le fauteuil. Les filles m'invitent à partager leur repas avant que je rentre chez moi vers 23 h pour tout ranger, et commencer le Compte Rendu. C'est vraiment une des plus belles ballades que je connaisse, c'est extraordinaire et féérique...

#### **La Calanque de Sormiou avec son bec caractéristique**

C'est vrai qu'en étant grimpeur, on ne voit pas la difficulté d'un sentier pour un non-initié à plus forte raison pour une personne qui ne marche que depuis un mois...

En tout cas les filles ont été extraordinaires, je suis fier d'elles... Valérie n'a pas réussi mais elle a fait preuve d'une volonté extraordinaire pour arriver jusqu'aux Baumettes, surtout avec l'appréhension après sa chute. Quant à Nathalie, elle a vraiment donné tout ce qu'elle avait pour finir et je suis sûr qu'elle ne regrette pas... Je suis fier des Bragado aussi, pas de jalousie...

Ce que je regrette c'est qu'il n'y ait pas eu plus de participants (es). Ce n'est pas loin, c'est extraordinaire, c'est chez nous et cela ne nous à coûté que 2.7 € pour des souvenirs merveilleux. Je le referais sans doute cet hiver quand il y aura moins de monde dans les Calanques et qu'il fera moins chaud, mais il y aura sans doute encore moins de volontaire...

Georges TUSCAN