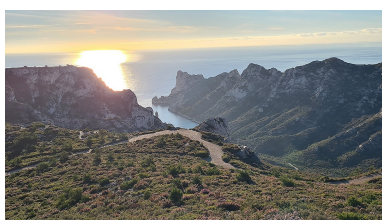


<https://persoremy.fr/spip.php?article572>



# les calanques de marseille, sormiou et la crête jusqu'au cap redon, bouches du Rhône

- Randos



Date de mise en ligne : lundi 13 décembre 2021

Date de parution : 13 décembre 2021

---

Copyright © persoREMY - Tous droits réservés

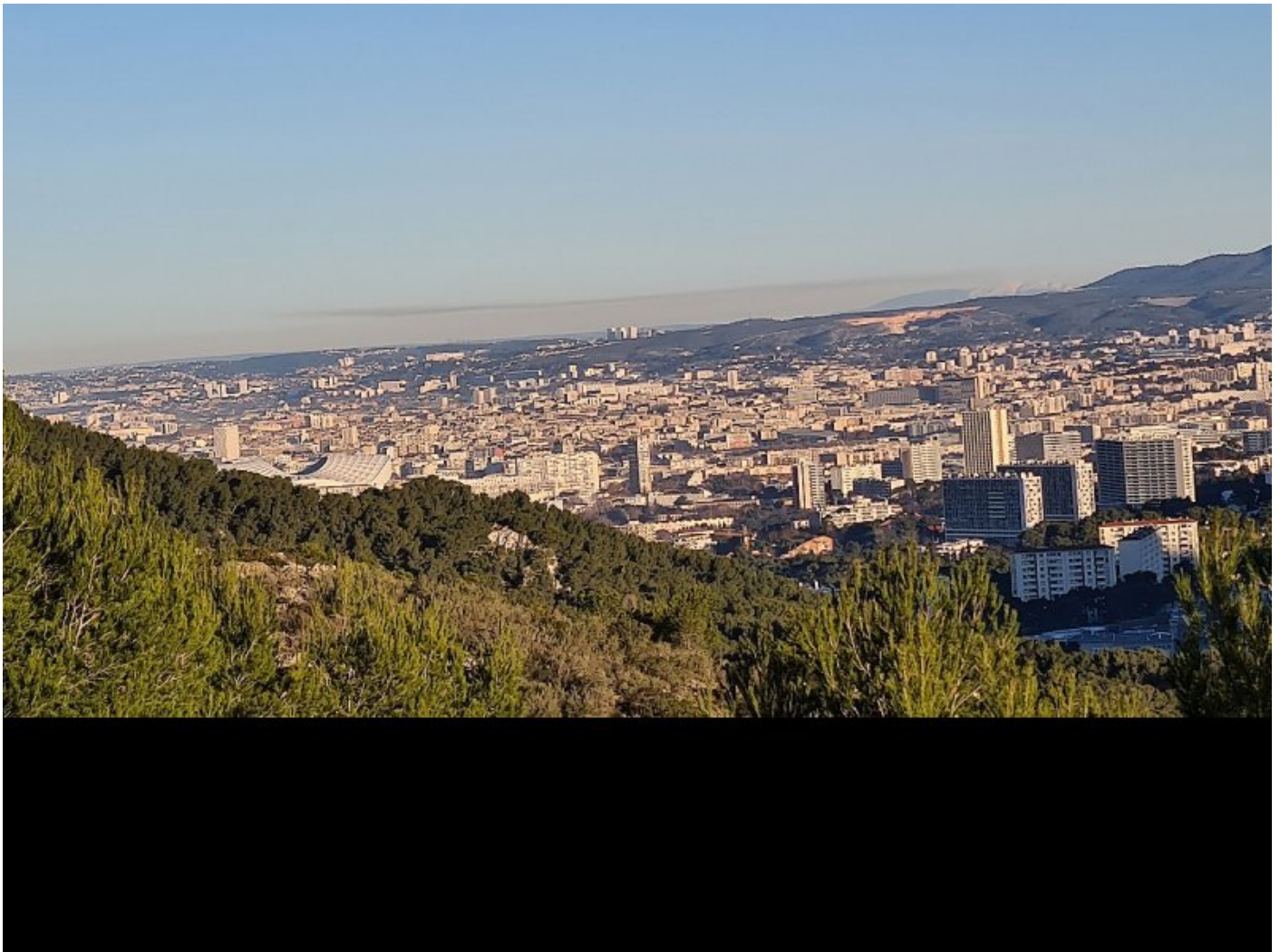
---

## [le circuit IGN](#)

rando moyenne pas longue mais compliquée dans sa 1re partie 8kms environ gps non déclenché au début..) en 4h et 350m de dénivelé environ..

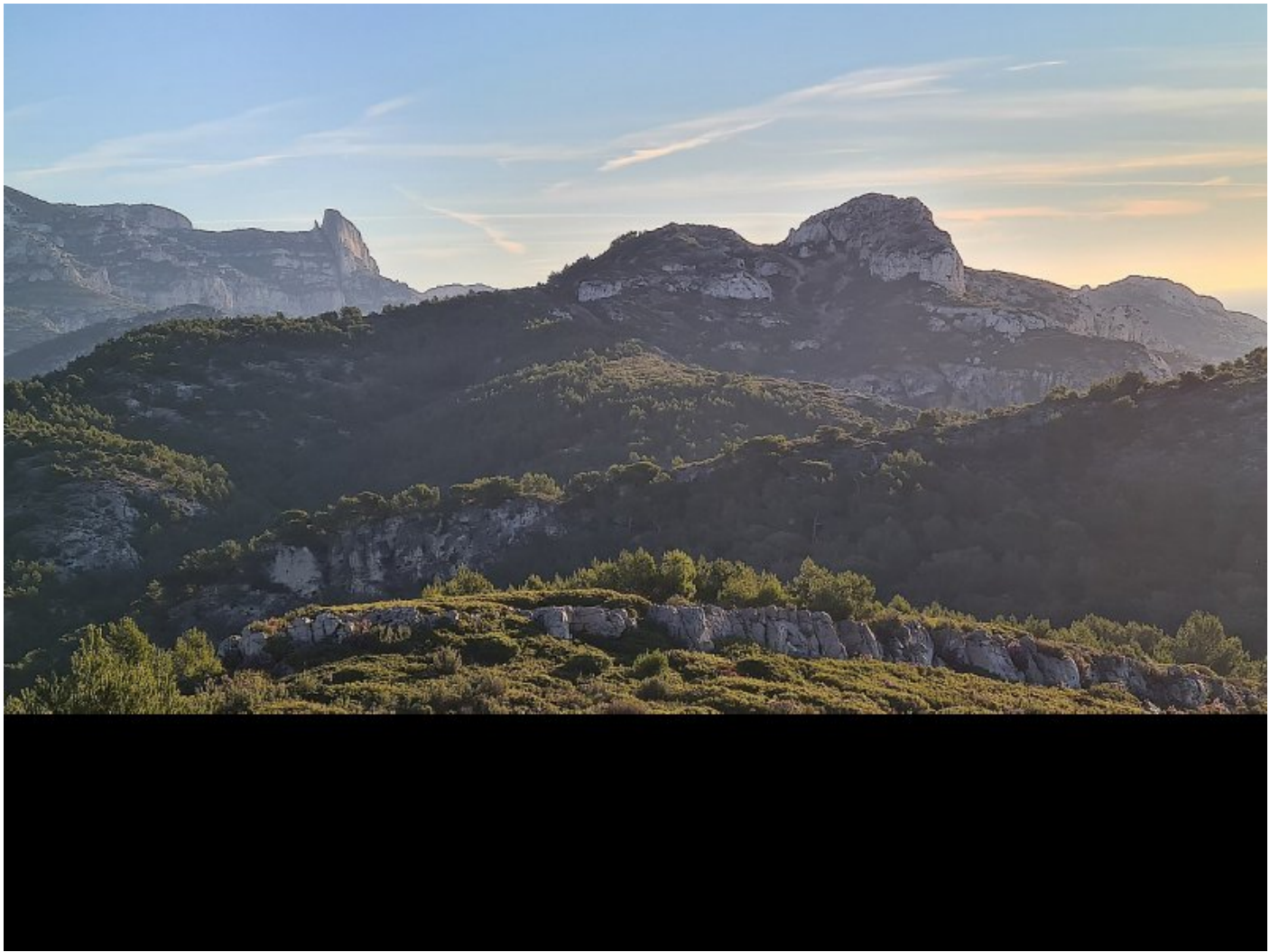
le parking sur la route de morgiou après les baumettes, le sentier noir à droite dans le pré jusqu'au col de sormiou, on monte au col de cortiou..( [parcours différent du 23 mai 2019](#) ) et on prend la sente à gauche, bien faire attention, c'est le début des crêtes, peu évident, physique..on rattrape le circuit précédent, ancien tracé rouge, montées descentes jusqu'au pas de l'aie, on reste sur le rouge, descente raide et on suit alors le noir vers le cap redon, d'ou on peut apercevoir la grotte du capelan ( [circuit du 13 juin 2019](#) )

puis on revient vers sormiou pour prendre le rouge jusqu'au col des baumettes et redescende vers le parking

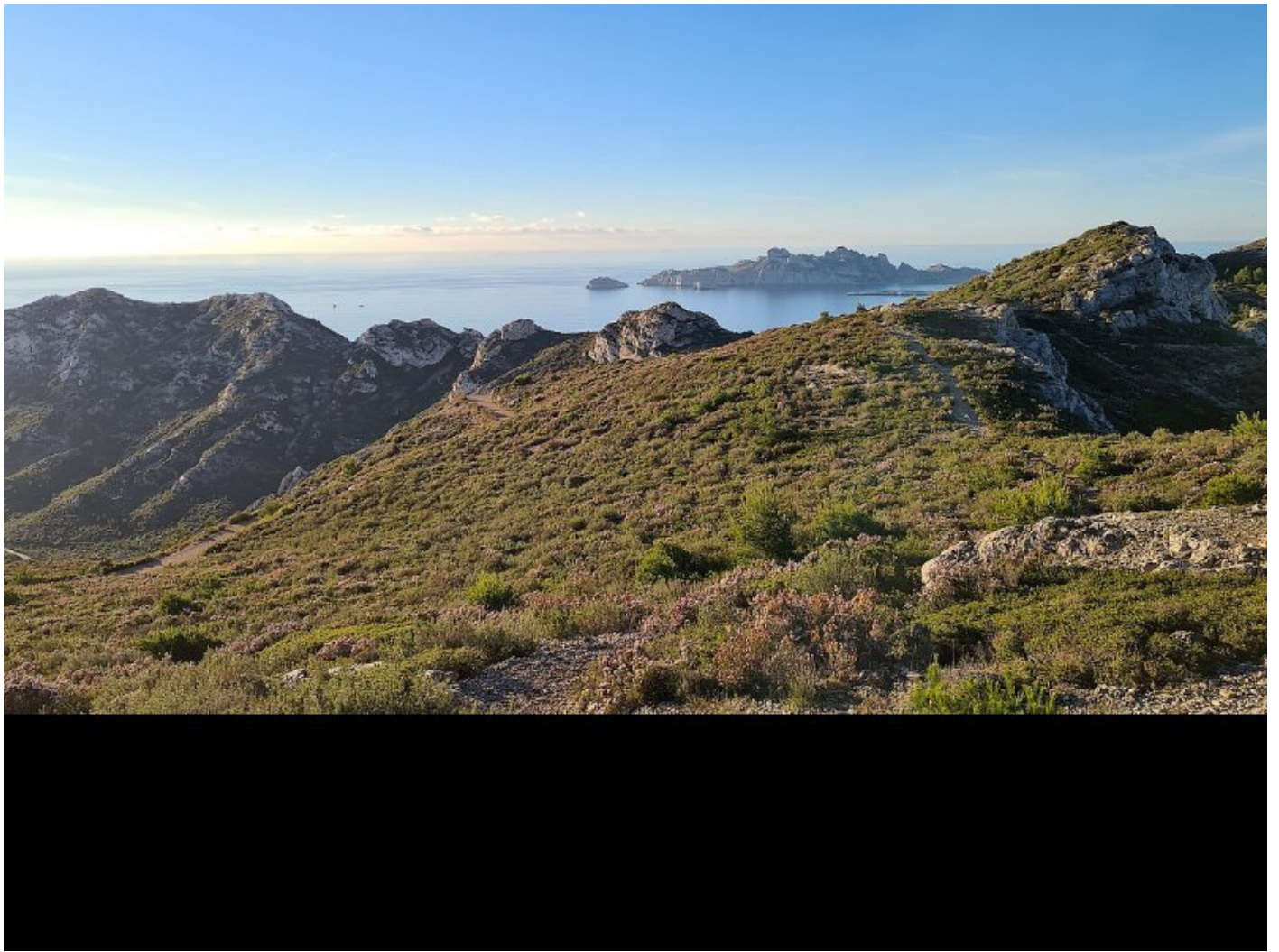




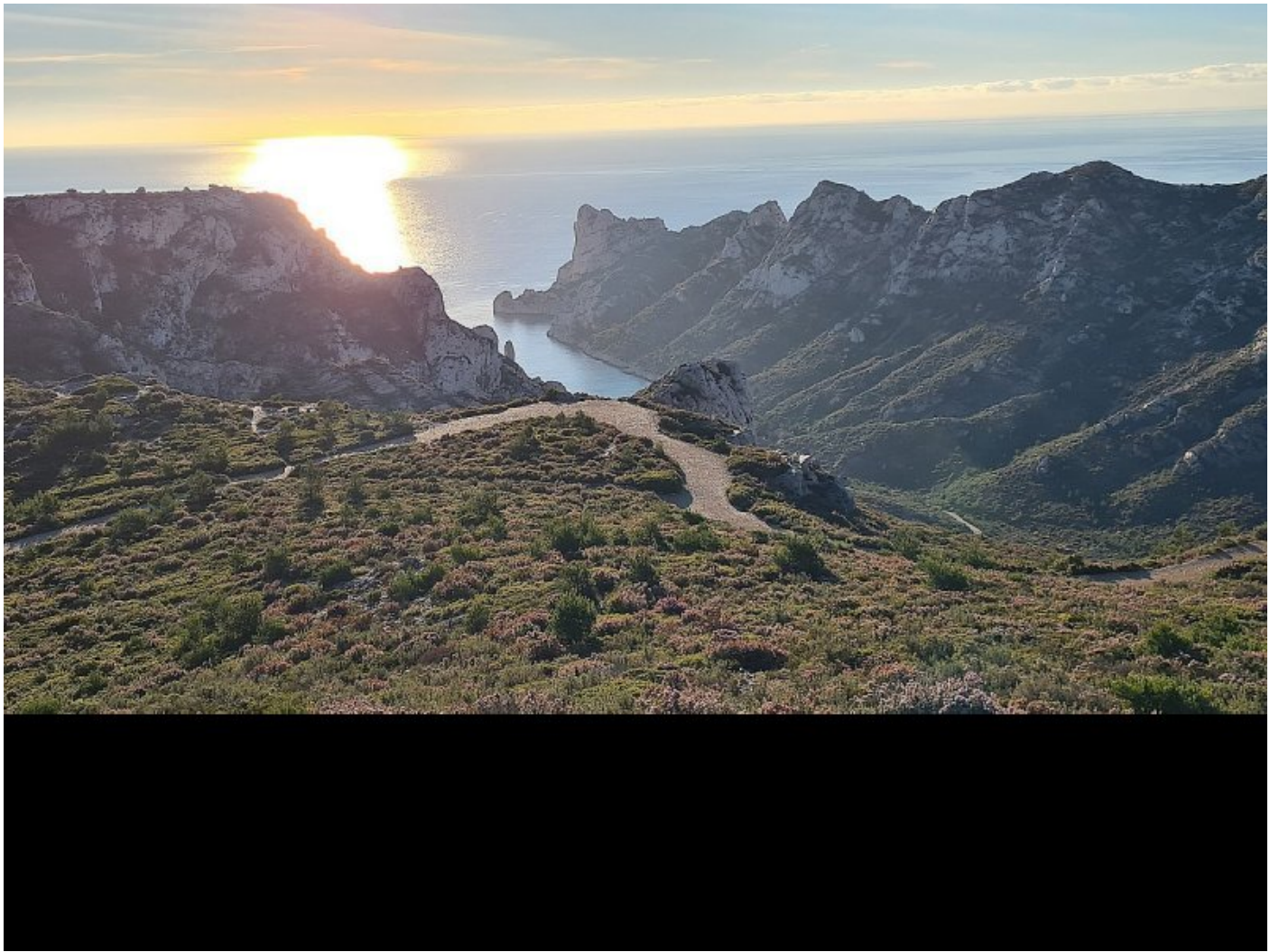


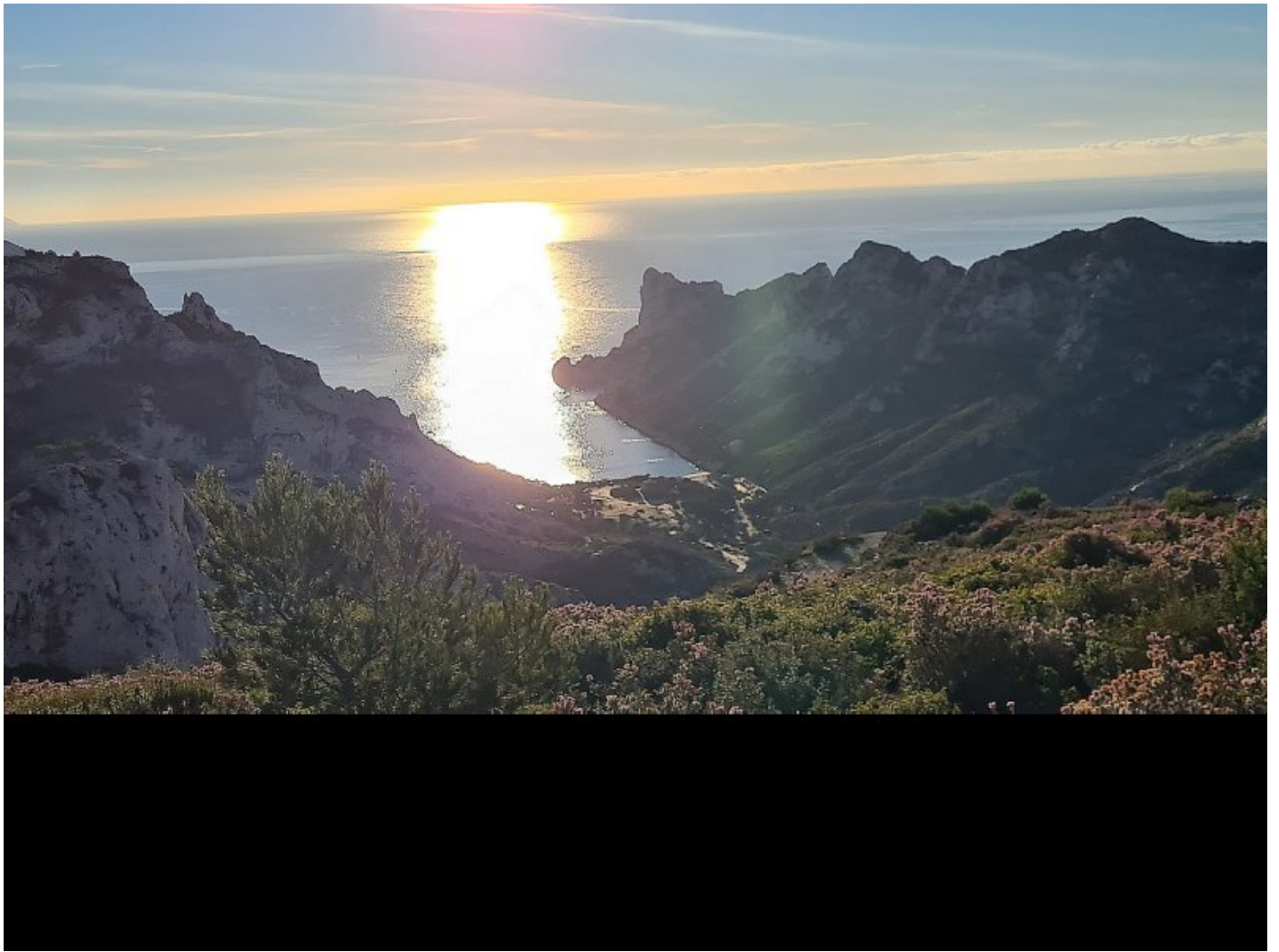










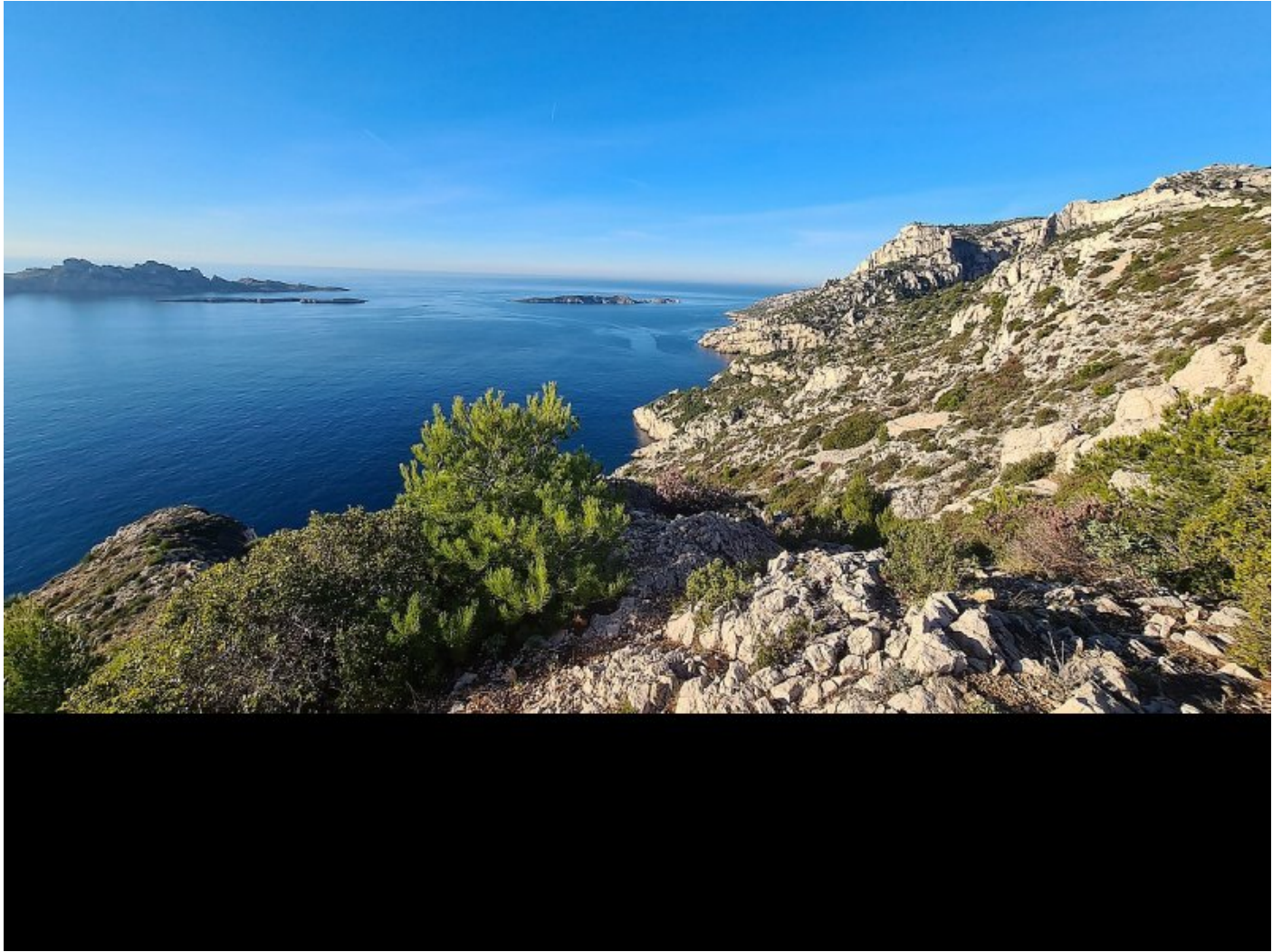






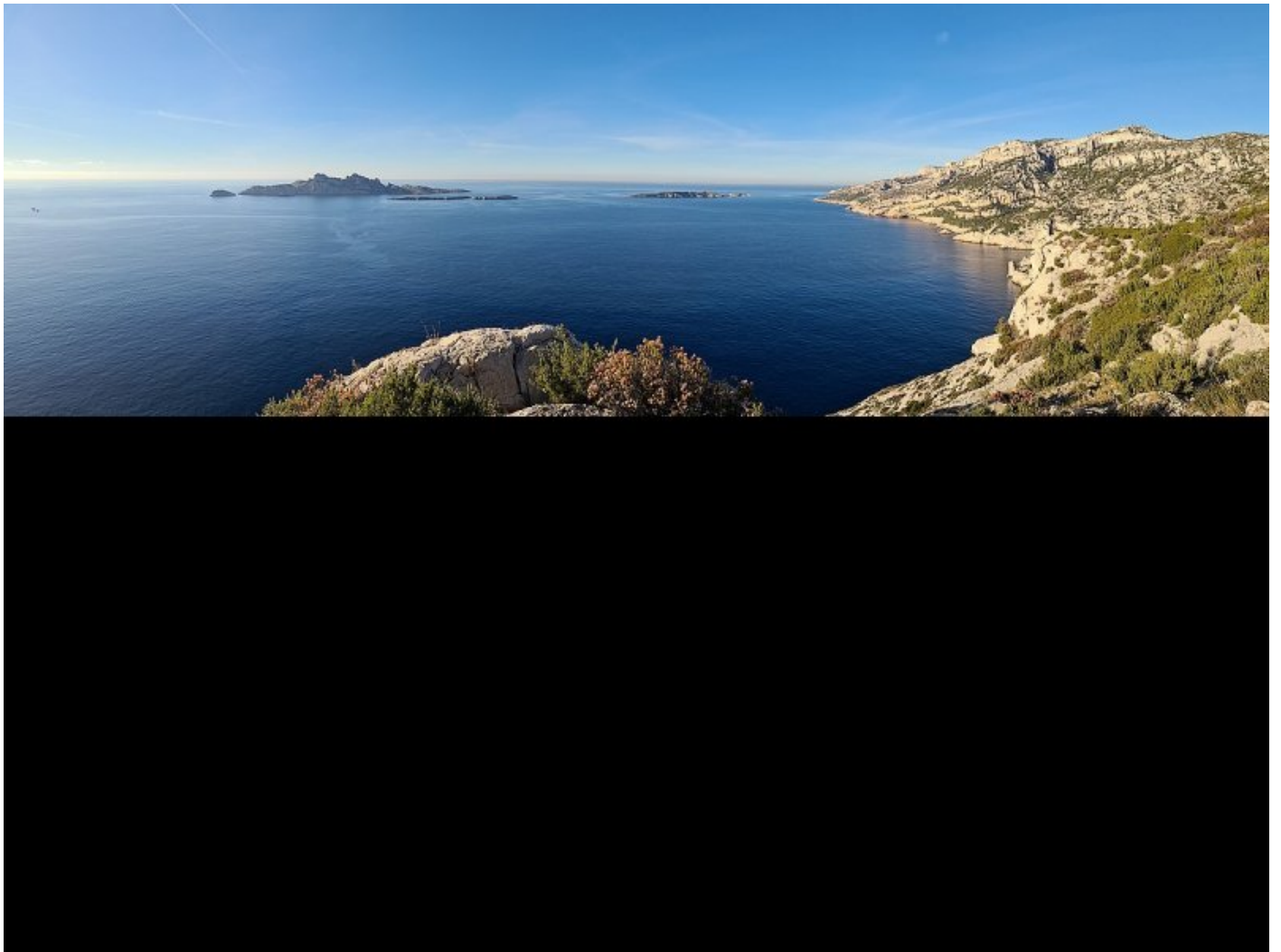




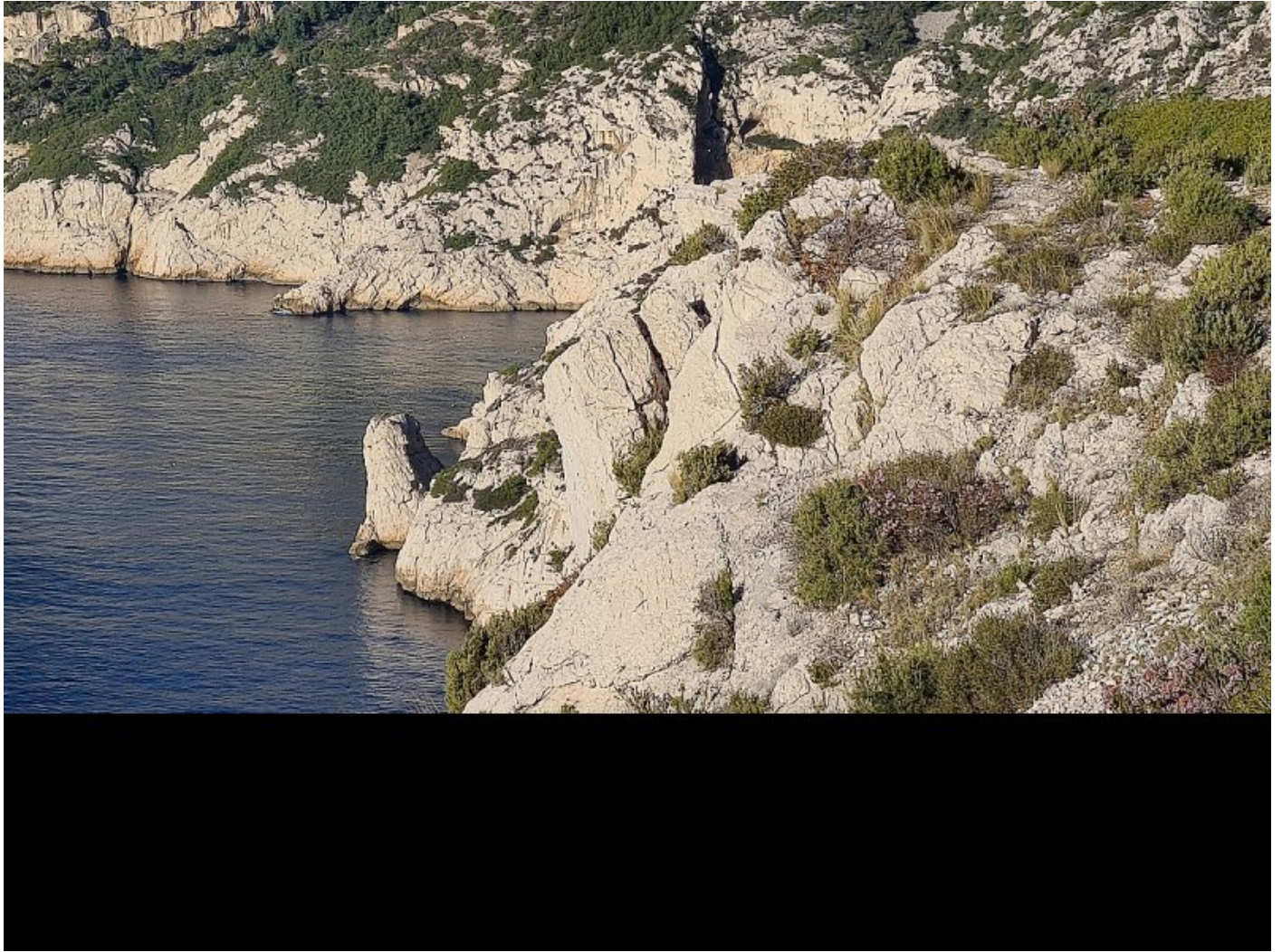




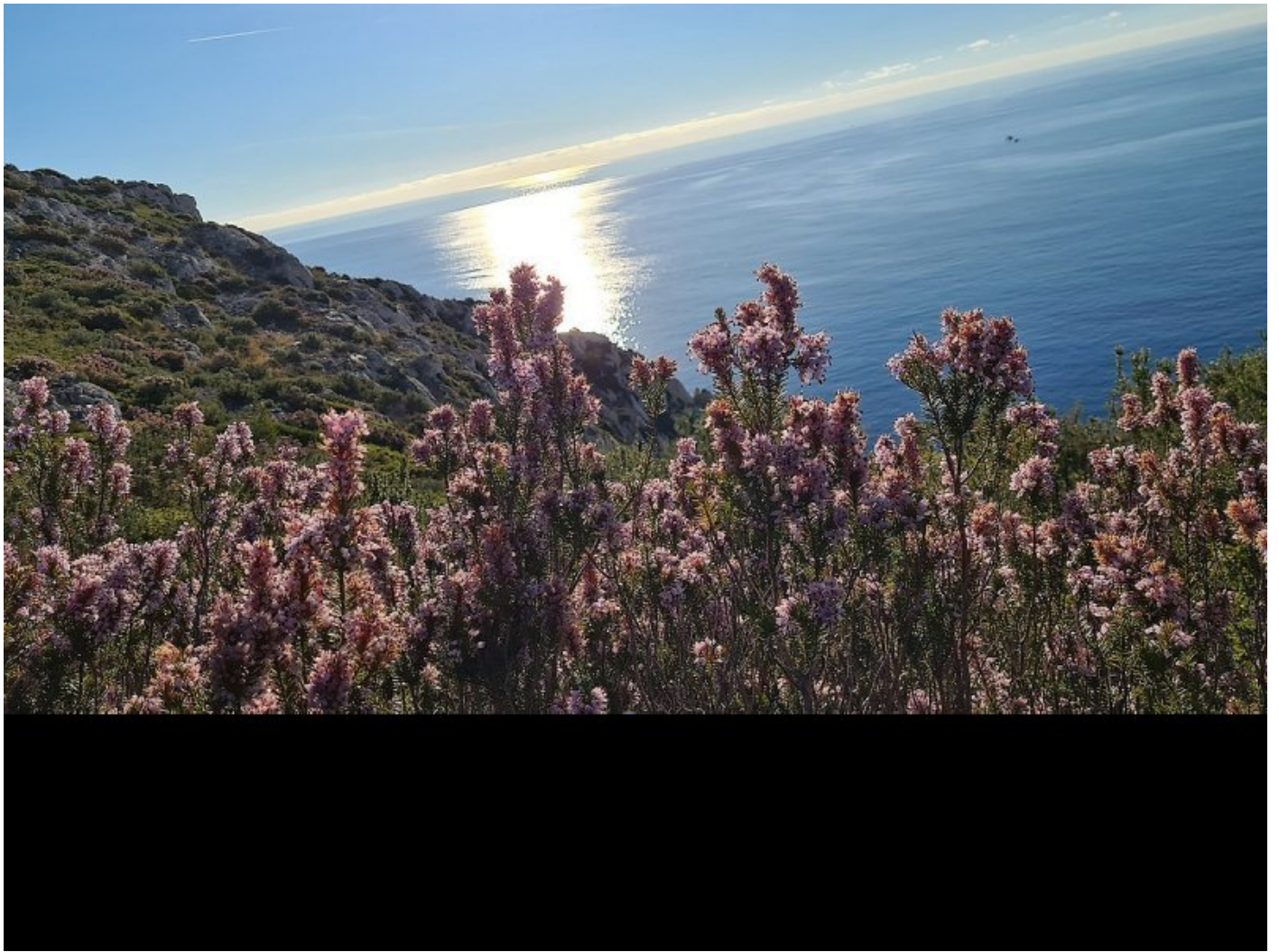


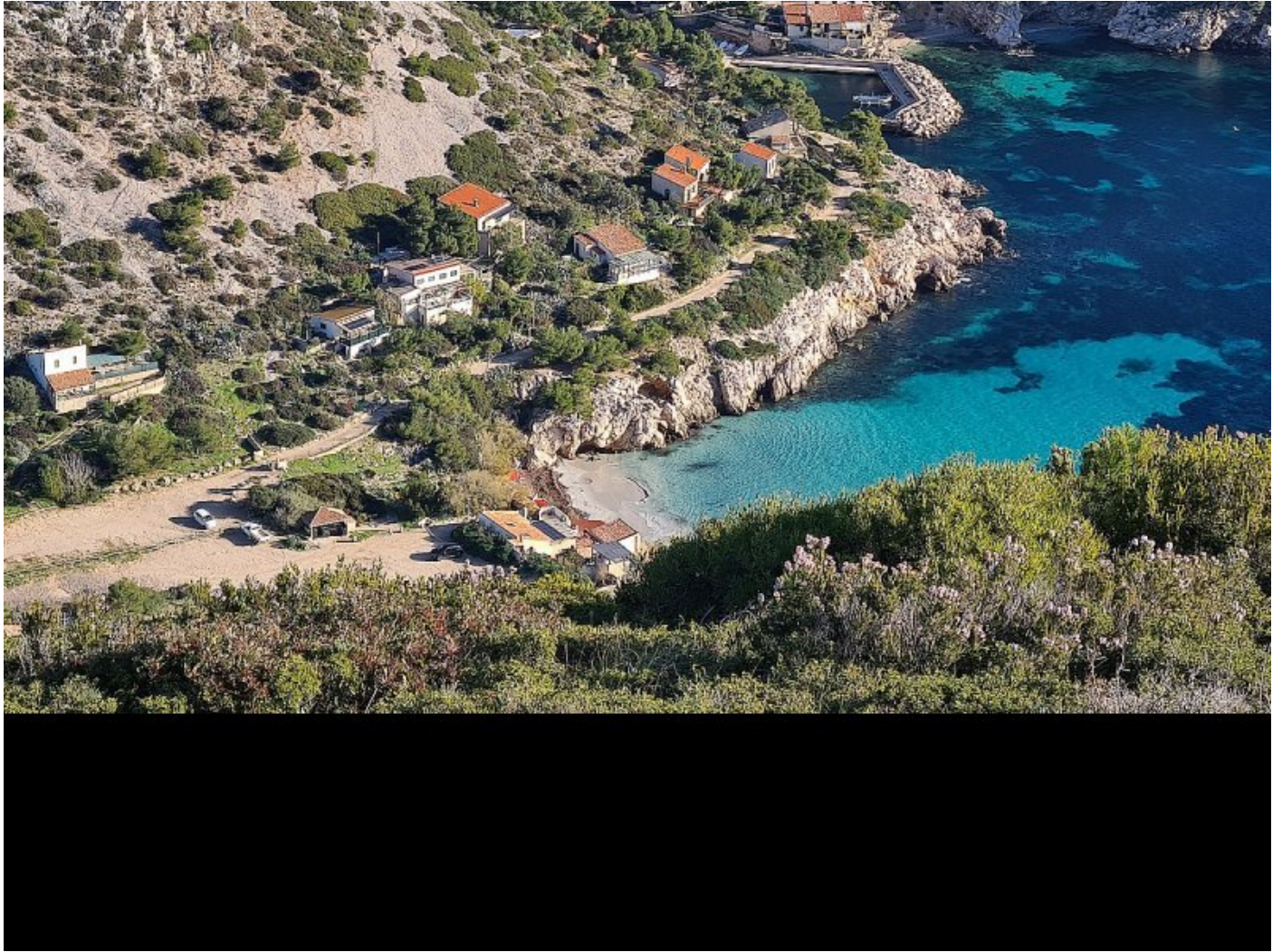












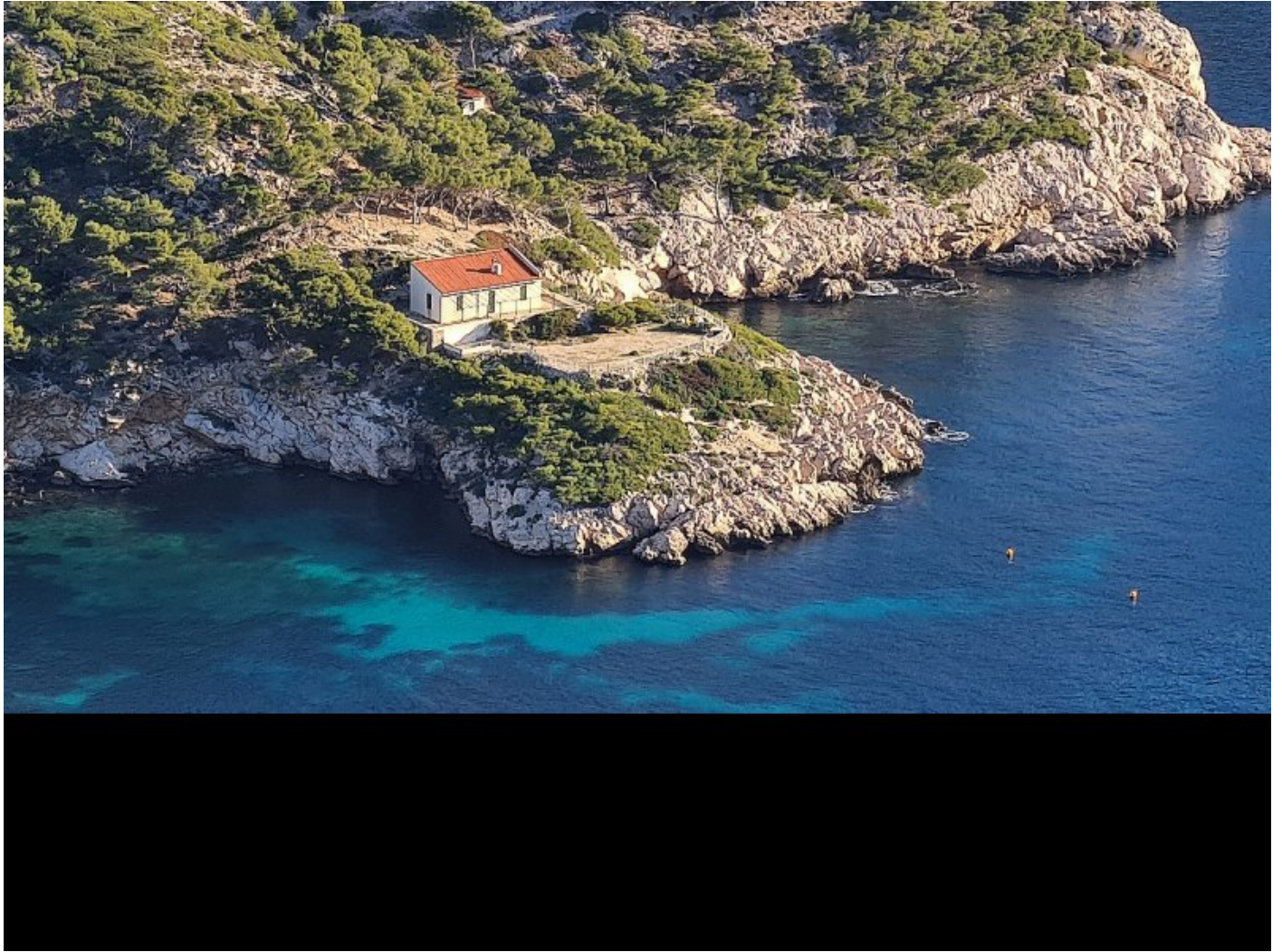




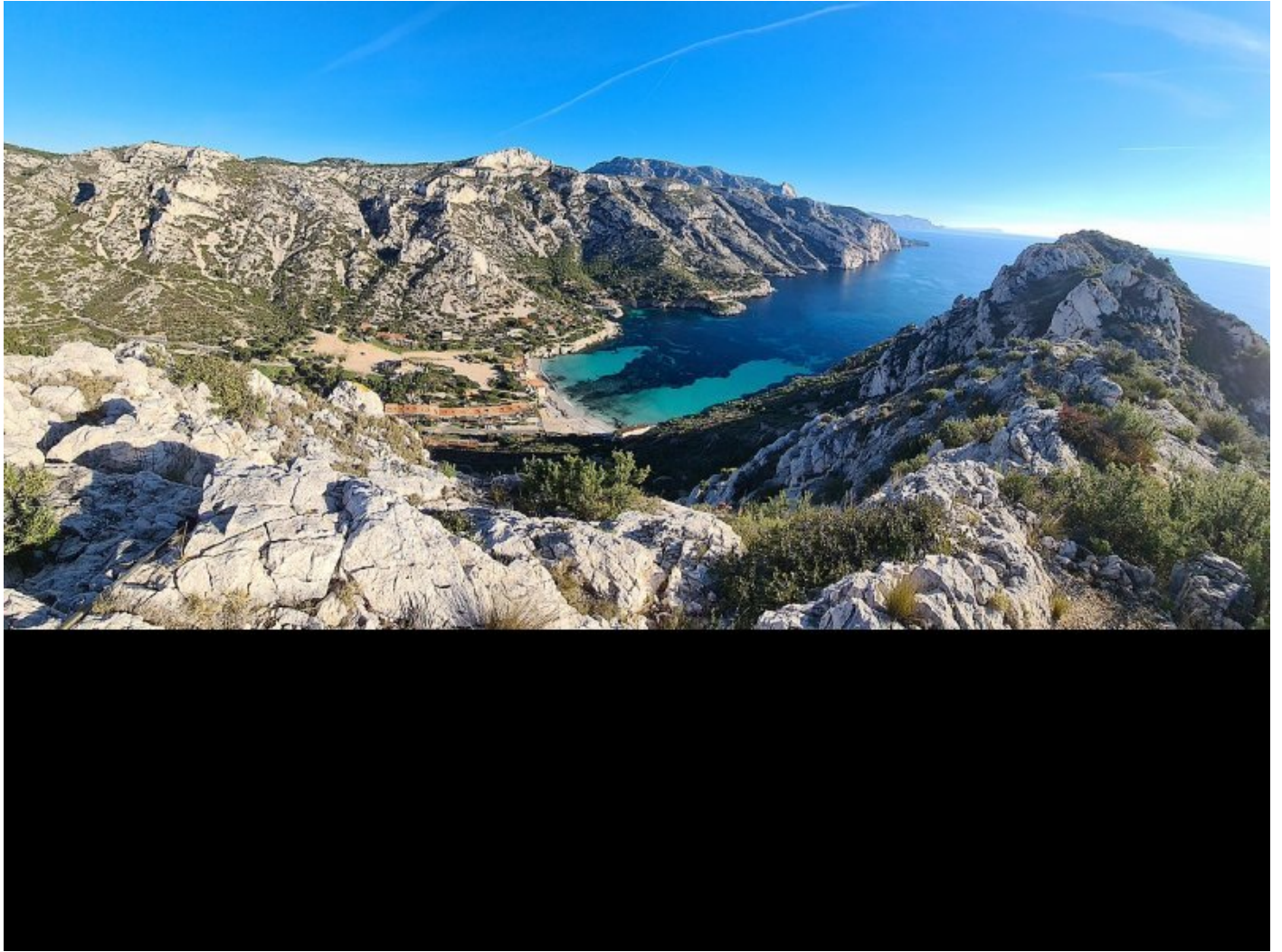










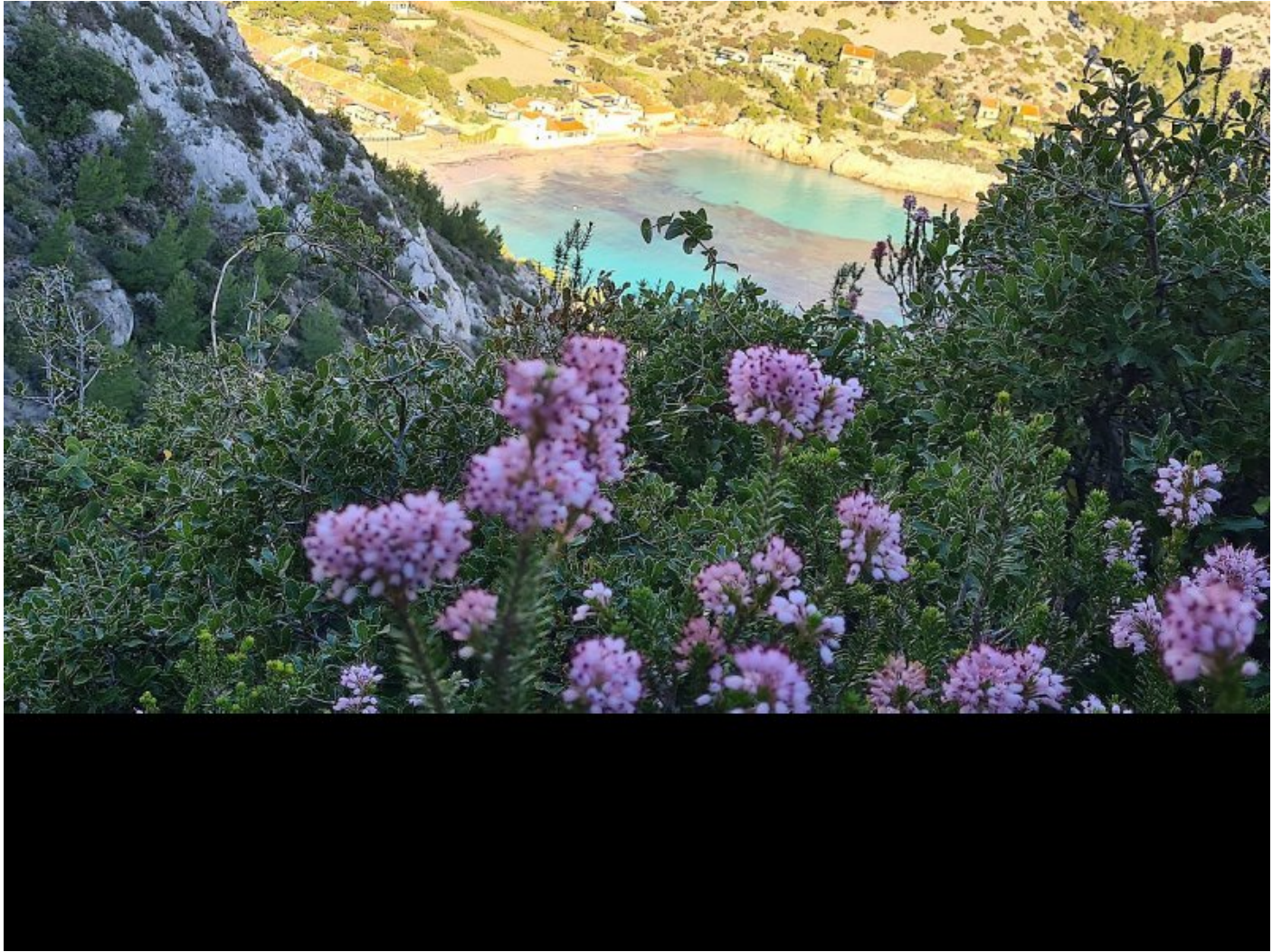




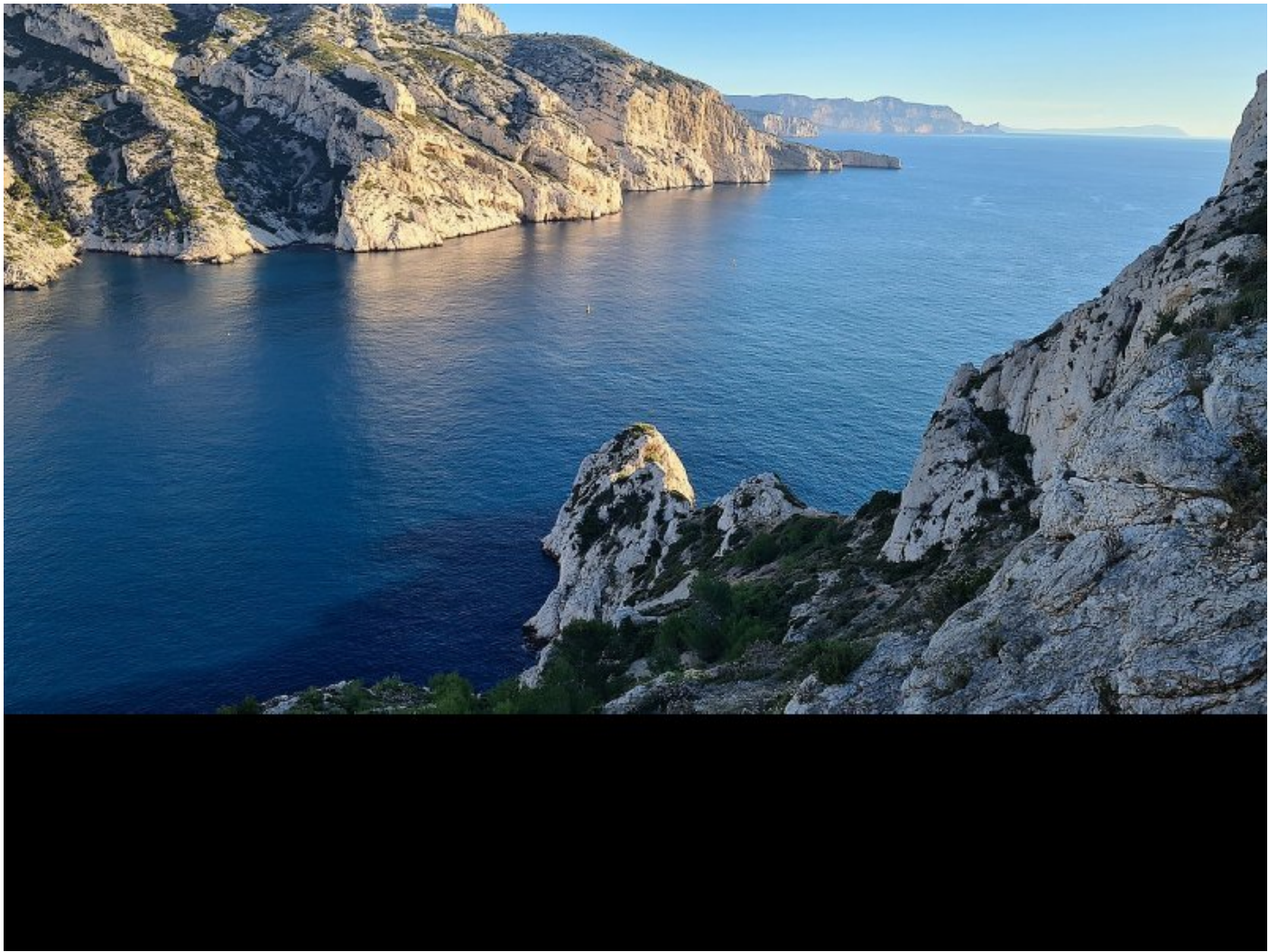


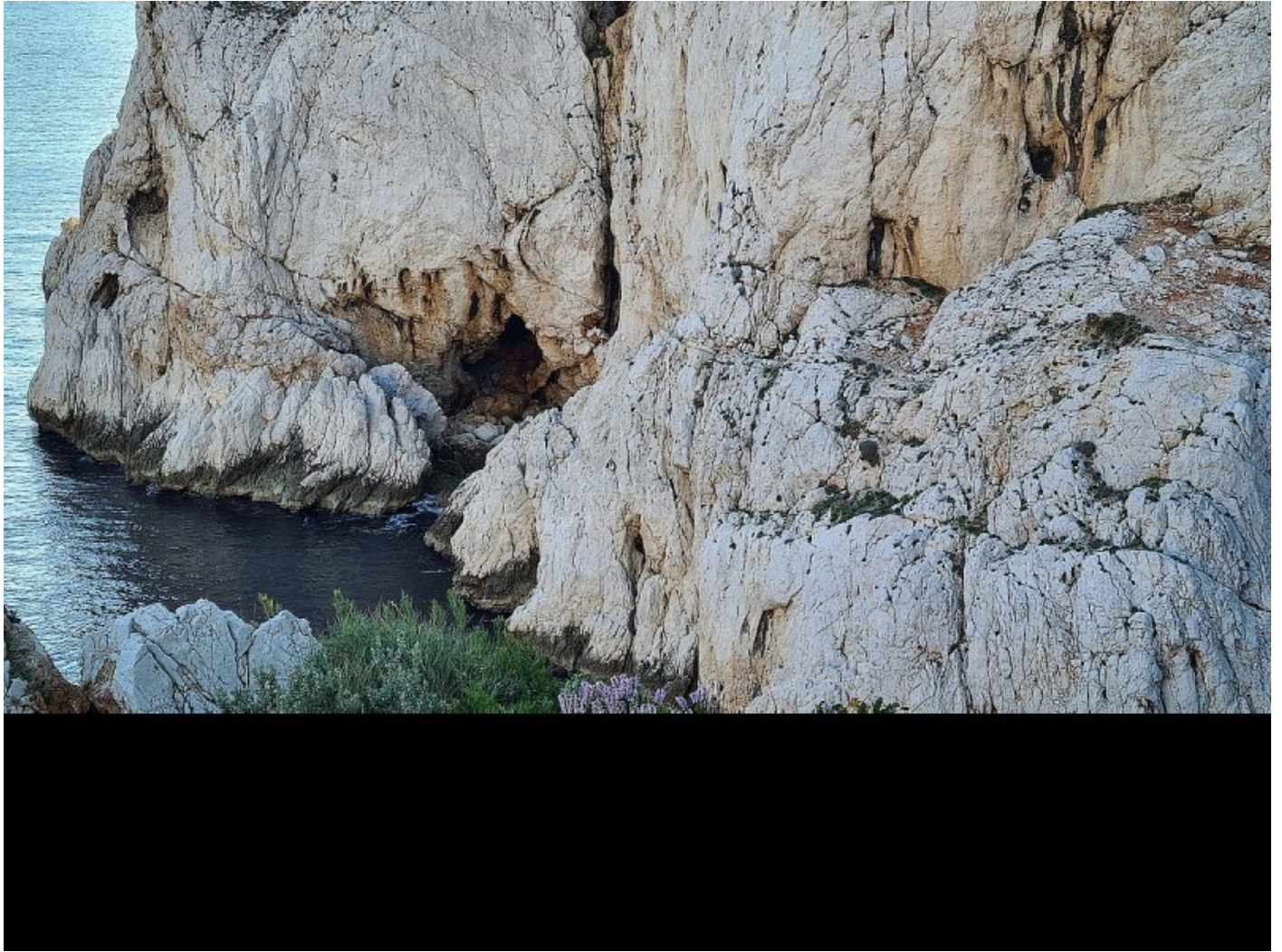




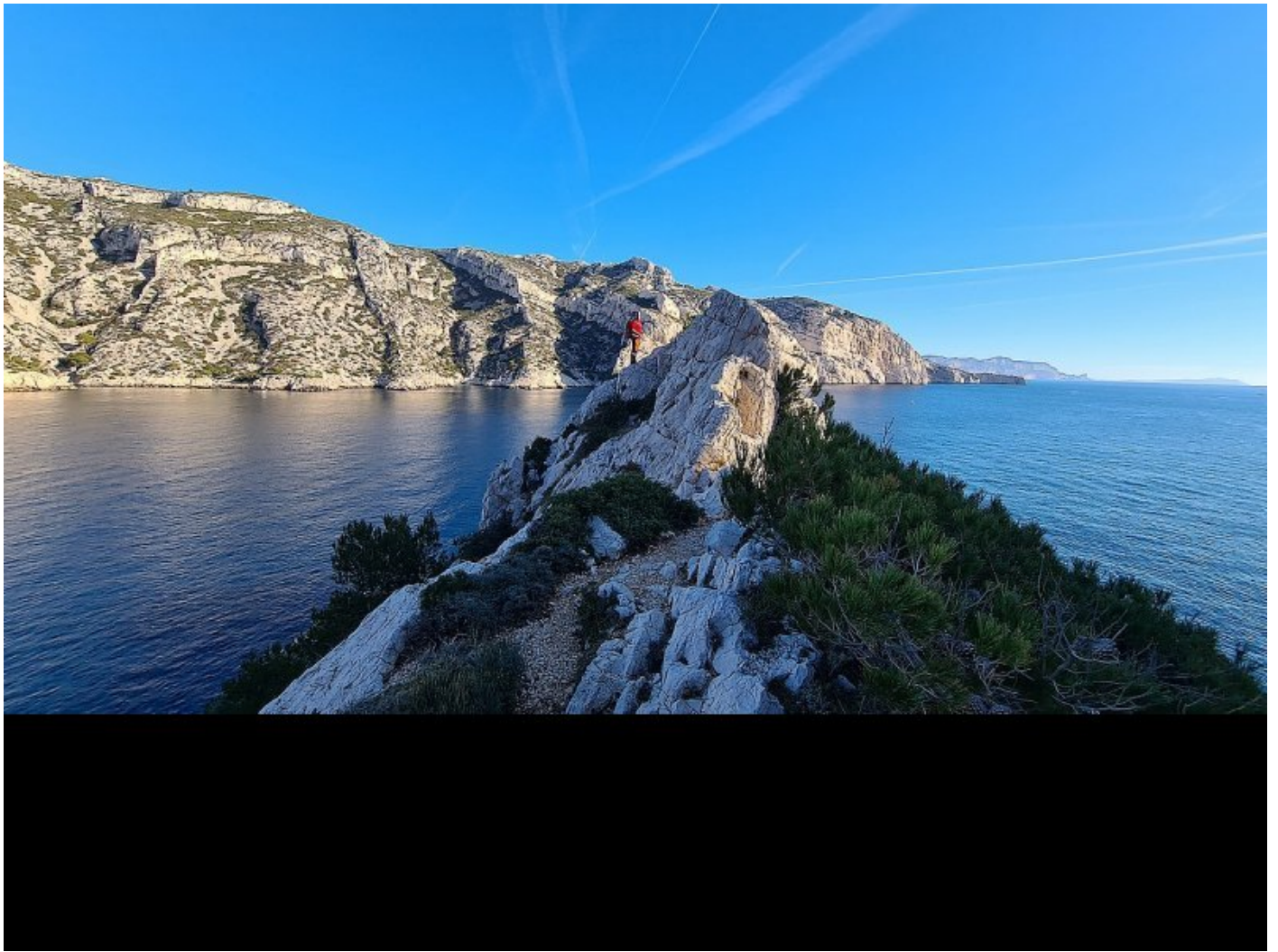






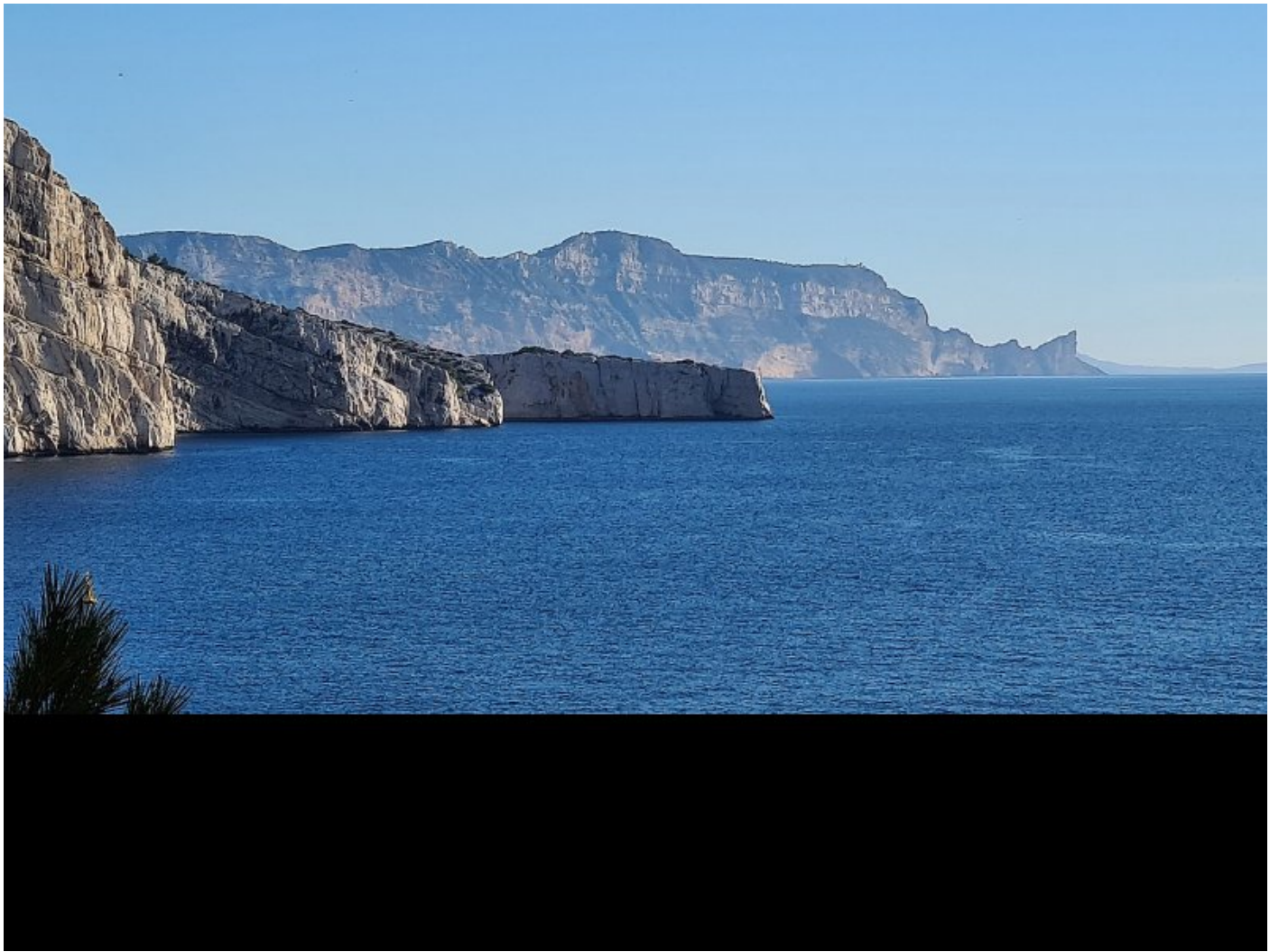


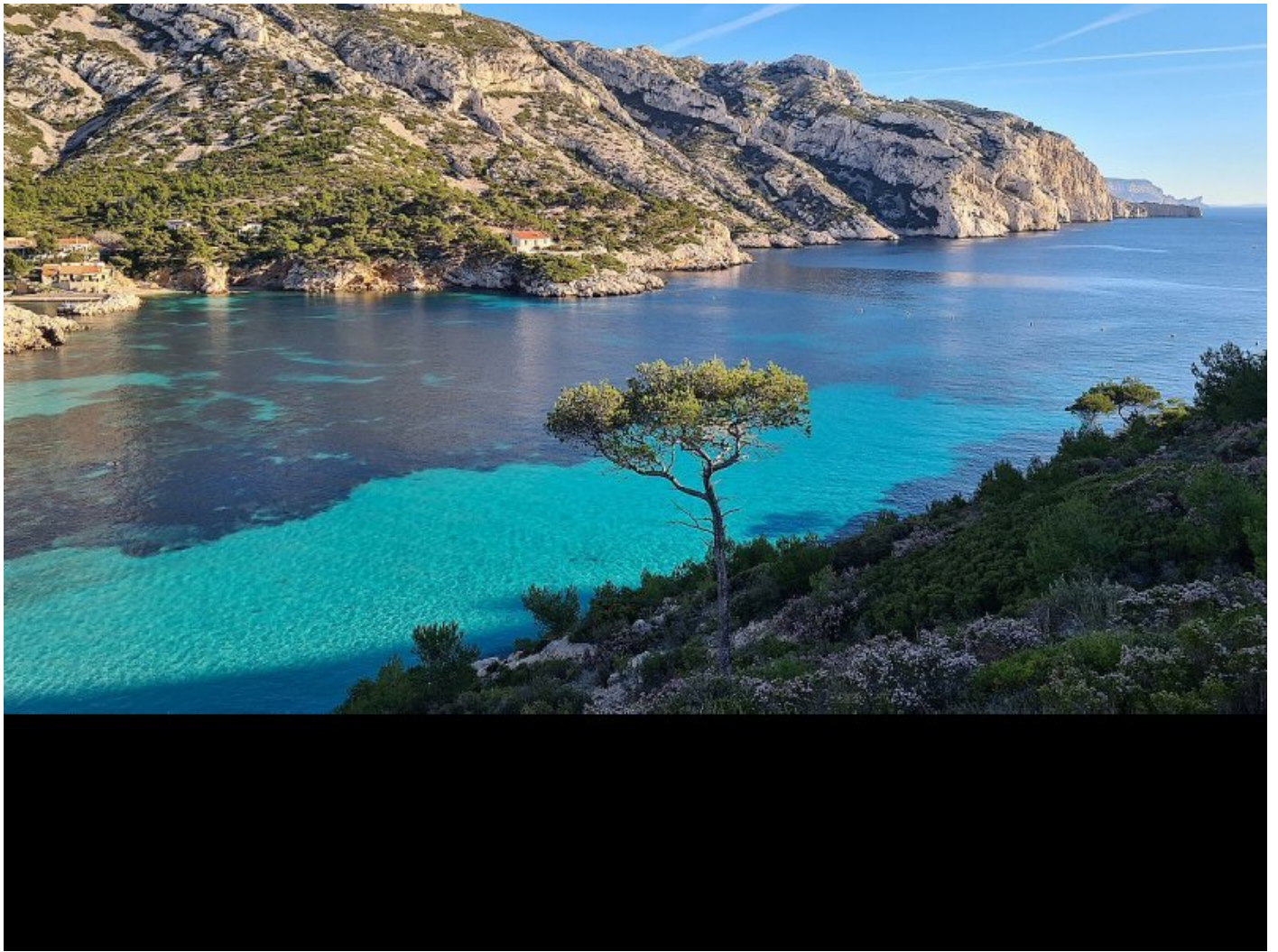




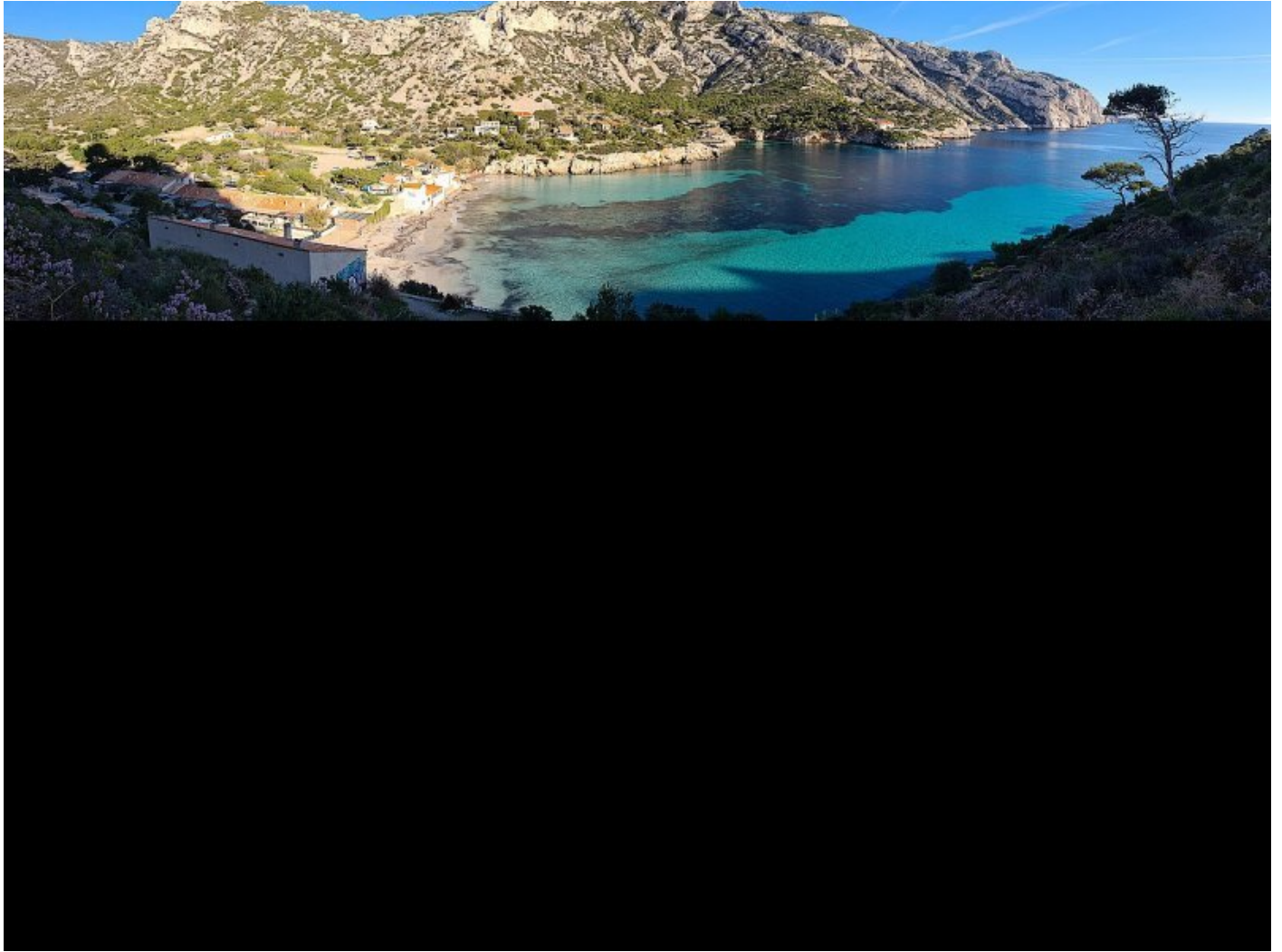


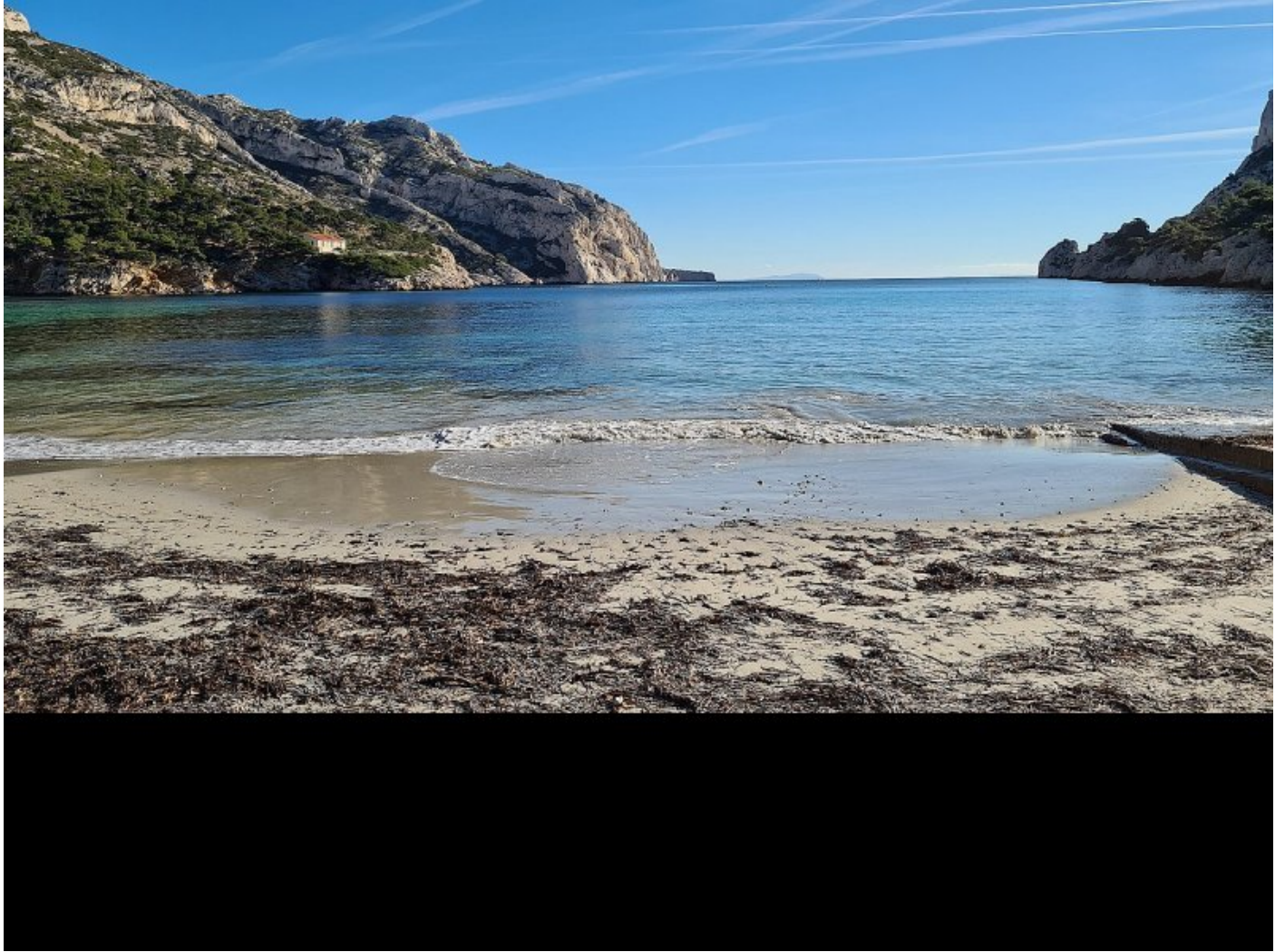








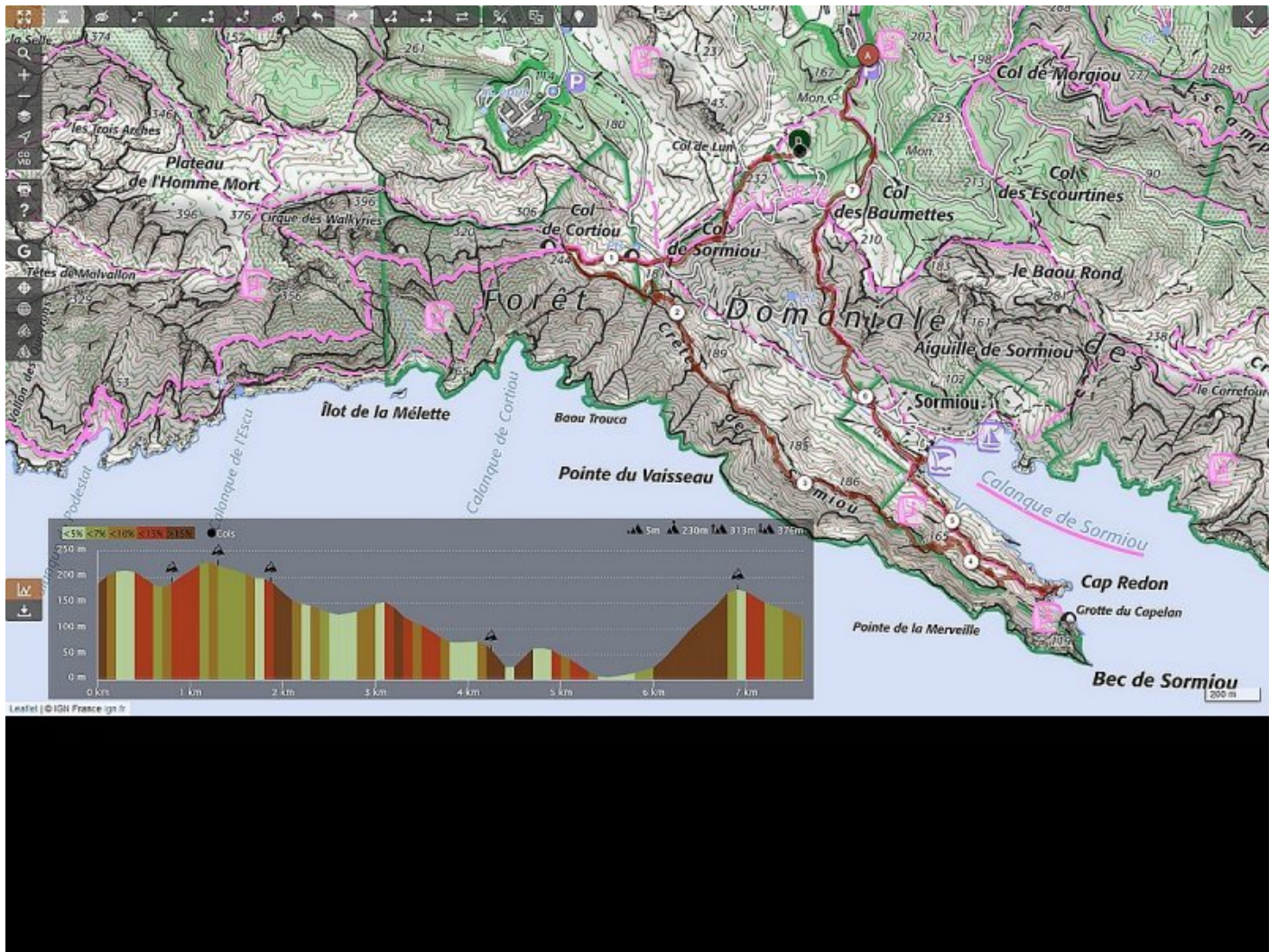




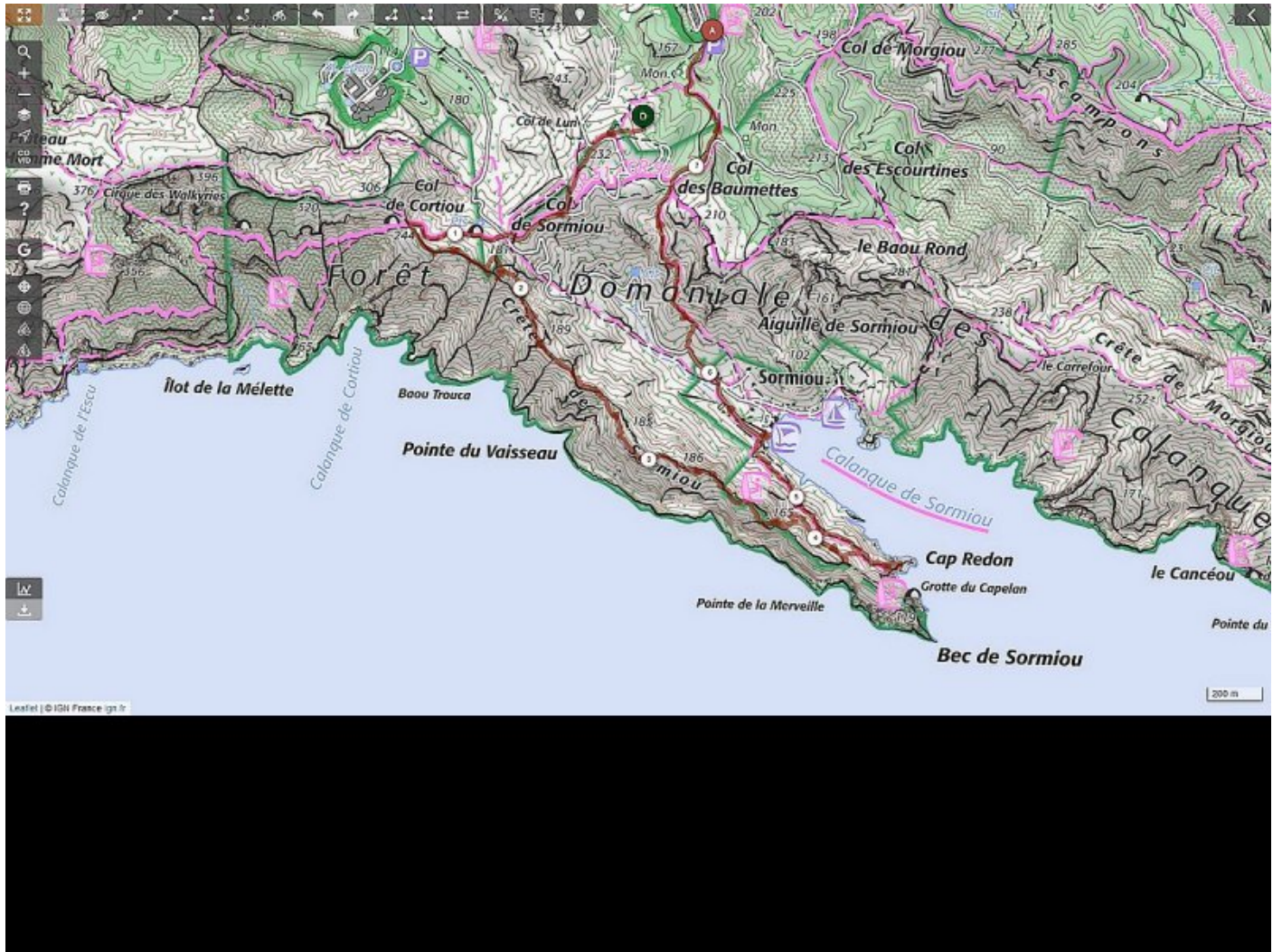




# les calanques de marseille, sormiou et la crête jusqu'au cap redon, bouches du rhône



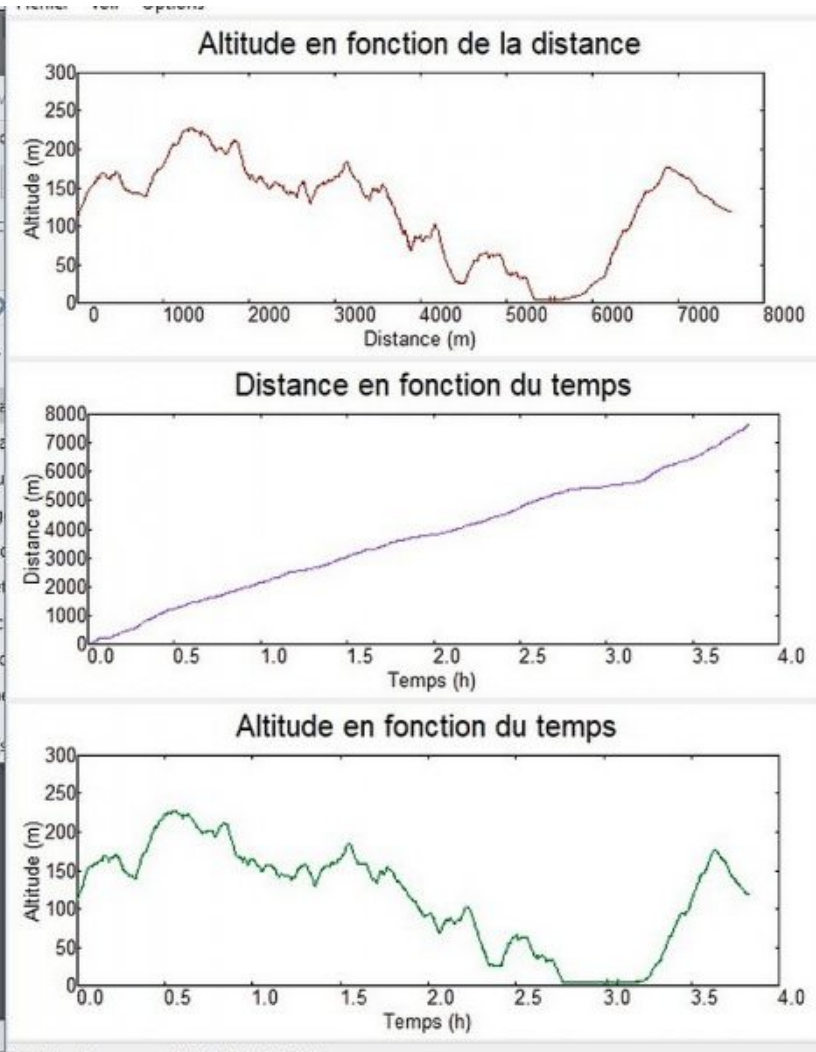




# les calanques de marseille, sormiou et la crête jusqu'au cap redon, bouches du Rhône

	Départ	Arrivée		
Date	13/12/21	13/12/21	Distance (m)	7622.869
Heure	08:02:56	11:52:48	Durée	03:49:52
Altitude (m)	110	120	Vitesse moy (km/h)	1.990
Altitude min (m)	1		Dénivelé + (m)	664
Altitude max (m)	227		Dénivelé - (m)	654
Altitude moy (m)	120			





.cycle-paused:after { display:none; } .texte\_infobulle { text-align:left; }