

## DA SABATO 25 APRILE A DOMENICA 3 MAGGIO

### PROVENZA - DAL LUBERON ALLE CALANQUES

SETTIMANA DI ESCURSIONI NELLA PROVENZA CLASSICA DELLE OCRE E DEI MERCATI PRIMA, E SULLE BIANCHE COSTE DELLE CALANQUES POI, IN UN SUSSEGUIRSI DI BORGHI, CASTELLI, GROTTI, GOLE, FIORDI, PINETE E FIORITURE.

**Sabato 25** : BUOUX - ore 4 - partenza dal parcheggio Cecati a Reggio E. per Aix e Buoux, nel cuore del parco regionale del Luberon. Percorreremo come prima escursione una valletta stretta tra alte falesie calcaree, attraverso piccoli borghi e arrampicatori. Al termine il pullman ci porterà ad Apt, cittadina storica e sede del parco. Pernottamento in albergo, cene libere in centro.

(3 ore di cammino, dislivello 250 m)

**Domenica 26** : RUSTREL - 8,30 partenza in pullman per Rustrel, ed escursione nel celebre Colorado, antiche cave di ocra (anello di 2 ore, disl. 150 m) . Trasferimento in pullman nel vicino borgo medievale di Viens, ed escursione tra bories, muri in pietra e campi di lavanda, con vista a 360°. (anello di 2 ore, dislivelli 200 m). Ancora breve trasferimento ad Oppède, ed escursione lungo il profondo canyon scavato dal Calavon, il torrente che passa per Apt (2 ore, dislivello in discesa 200 m). Rientro in albergo ad Apt. Cena libera in paese.

(totale 6 ore di cammino, dislivelli + 350 m, - 500 m).

**Lunedì 27** : OPPEDE - ore 8,30 partenza in pullman per Roussillon , e visita alle famose cave di ocra (1,30 ore, dislivelli 100 m). Al termine della visita il pullman ci porta a Menerbes, borgo arroccato ai piedi del Petit Luberon. L'escursione scorre su carrarecce fino al borgo abbandonato di Oppède le Vieux, abbandonato più di un secolo fa, e riabitato da artisti in fuga dall'occupazione nazista, e ora anche da ricchi vip. L'escursione continua fino al bel villaggio di Maubec (2 ore di cammino, dislivelli +200 m, - 250). Terza escursione: il Muro della Peste, costruito nel 1720 per tener lontana la peste dallo stato provenzale dei Papi, lo scopriremo da Cabrières (1,30 ore, dislivello 150 m). Rientro ad Apt, cena libera in paese.

(totale 4 ore di cammino, dislivelli +450, - 500)

**Martedì 28** : LA VERONCLE - ore 8,30 partenza in pullman per Gordes, dove si tiene stamattina uno dei più importanti mercati provenzali. Esaurite le curiosità, si parte per l'escursione nelle gole della Veroncle, costellata da antichi mulini incastonati tra ruscello e pareti rocciose. Tra vari paesaggi si arriva a Murs, borgo sull'altopiano di Vaucluse. (4 ore, dislivello +350 m, - 50 m). Al pomeriggio escursione dal paese di Lieux, schiacciato ai piedi di un'alta falesia: vi saliremo scoprendo molte analogie con una Pietra a noi cara (2 ore, dislivello 200 m). Rientro ad Apt per cena libera.

(totale 6 ore di cammino, dislivelli + 550 m, - 250 m)

**Mercoledì 29** : ROBION - ore 8,30 partenza in pullman, carichi di bagagli, per Maubec. L'escursione ci porta in piano ai piedi del Petit Luberon al borgo di Robion e alla risorgente di Boulon. Da qui si inizia la salita al Rocher de Baudon, percorso aereo e panoramico che termina sulla cima del Castelas e dentro alle gole del Badarel, (3,30 ore di cammino, dislivello 300 m). Nel borgo di Taillades il pullman ci riprende per condurci a Marsiglia. Cena e pernottamento all'ostello Bonneveine, vicino alle spiagge a meridione del centro.

**Giovedì 30** : MORGIOU - ore 8,30 partenza in pullman per le Baumettes, sede del carcere. Escursione nella calanque di Sormiou, un tempo borgo di pescatori, sul Forte di Cap Morgiou, nella calanque di Morgiou, altro paese di pescatori. Si traversa alla calanque di Sugiton per poi risalire sotto la Falesia dei Tetti fino al col de Sugiton e terminare nella città universitaria di Luminy. Le Calanques sono fiordi intagliati sulla costa a pochi km dal centro di Marsiglia, ora protette da un parco nazionale. Rientro in ostello, cena e notte.

(6 ore di cammino, dislivelli + 600, - 580).

**Venerdì 1°** : CASSIS – ore 8,30 partenza in pullman per Luminy e inizio dell'escursione alta lungo la costa per il Col de la Candelle, ai piedi della torre di roccia più famosa. Segue la Falesia di Devenson e il vallone di En Vau, il fiordo più profondo. Dopo le calanques di Port Pin e Port Miou, si arriva nel porticciolo di Cassis, la più celebre delle località marine della Provenza. Rientro in ostello in pullman.

(7 ore di cammino, dislivelli + 600, - 750 m).

**Sabato 2** : MARSEILLEVIEYRE - ore 8,30 partenza in pullman per le Baumettes ed escursione lungo la costa del massiccio di Merseillevieyre, che sorge di fronte alle numerose isole del golfo di Marsiglia. Il sentiero dei finanzieri cercava di contrastare il contrabbando e di cala in cala si giunge al porticciolo di Callelongue e alti sulla costa al porto di La Mandrague. Rientro per cena in ostello.

(5,30 ore di cammino, dislivelli +350, - 500 m).

**Domenica 3** : LA SAINTE BAUME - ore 9.00 partenza in pullman per la Sainte Baume, luogo sacro per la Provenza. L'escursione sale ai piedi della grande parete che ospita una grotta dedicata fin dal primo cristianesimo a S. Maria Maddalena, a cui è dedicata anche la grande basilica nella vicina Saint Maximin. Sopra la grotta si sale alla cappella del Saint Pylon, che dai suoi 1000 m è visibile da mezza Provenza.

(2,30 ore di cammino, dislivello 300 m). Dopo pranzo partenza in pullman e arrivo a Reggio verso le 24.

Viaggio in pullman, pernottamenti in albergo con cene libere e in ostello con mezza pensione. Escursioni con zainetto leggero, oltre a scarponcini, sandali, borraccia, torcia, abbigliamento impermeabile, berretti e occhiali da sole, bastoncini per chi li usa. Ricambi, asciugamani, necessario per igiene personale e altro materiale in borsone da lasciare in camera.

- **Obbligatoria Carta d'Identità e tessera sanitaria.**
- Spese previste con cassa comune di 850 € a testa, **escluse le cene delle prime 4 notti, i pranzi e i pasti in corso di viaggio il primo e l'ultimo giorno.**
- Iscrizioni **entro VENERDI' 31 GENNAIO** con acconto di 300 € presso Reggiogas – via Cecati 3/b RE, salvo esaurimento posti disponibili.