

**LA-BAS :** 111° CRITERIUM DES CALANQUES - MARSEILLE  
**J'Y VAIS :** Christiane – tel 06 08 78 76 95 ou [chris.bissler@gmail.com](mailto:chris.bissler@gmail.com)  
**QUAND :** samedi 27 et dimanche 28 février 2016  
**QUI VIENT... ?**

**Samedi 27 février :**

- Départ 8h30 du point de rendez-vous habituel  
 Une belle randonnée au passage, menée par Bernard P. : le Cap Canaille (tout un programme !)  
 Dénivelé :700m - Distance :14 km - Durée :4h00.
- Installation à l'Auberge de Jeunesse de Marseille Bonneveine

**Dimanche 28 février :**

- Critérium : horaires à fixer ultérieurement en fonction de vos choix
- Retour à la maison en fin de journée

**Coût :**

- hébergement en demi-pension : 35,70 euros par personne – dortoirs de 4 à 6 personnes
- inscription au critérium : 14,00 euros (plus 3,00 euros de bus pour les parcours 1 et 2 – pour les autres parcours, une navette voiture sera organisée)
- plus les frais partagés de covoiturage

**Inscriptions à partir du 15 janvier :** auprès de Christiane par courriel [chris.bissler@gmail.com](mailto:chris.bissler@gmail.com) ou par sms 06 08 78 76 95

- chèque libellé à l'ordre des Baragners Varois à remettre impérativement à la réunion mensuelle du 22 janvier (dernier délai) ou par courrier, avant cette date (C. Bissler – Les Oliviers B - 391 rue du Suveret – 83600 Fréjus)
- 49,70 euros plus éventuellement les 3,00 euros de bus (hébergement et inscription au critérium).

<p><b><u>Parcours 1</u></b>  <b>78° Super-Critérium :</b>  <b>38 km</b>  <b>2000 m de dénivelé</b></p>	<p>8 heures de marche,  à allure très soutenue, pour  marcheurs  <b>super-entraînés.</b></p>	<p>Départ à 8 h de la  Calanque de Port-  Miou</p>
<p><b><u>Parcours 2</u></b>  <b>Traversée Cassis - Marseille :</b>  <b>32 km</b>  <b>1700 m de dénivelé</b></p>	<p>8 heures de marche,  à allure soutenue, pour  marcheurs <b>entraînés.</b></p>	<p>Départ à 8 h de la  Calanque de Port-  Miou</p>
<p><b><u>Parcours 3</u></b>  <b>Le Massif de Puget :</b>  <b>24 km</b>  <b>1200 m de dénivelé</b></p>	<p>7 heures de marche, à allure  normale, pour  <b>bons marcheurs.</b></p>	<p>Départ à 9 h  de Luminy</p>

<b><u>Parcours 4</u></b> <b>La Calanque de Marseilleveyre</b> <b>16 km</b> <b>600 m de dénivelé</b>	5 à 6 heures de marche à <b>allure moyenne.</b>	Départ à 10 h de Luminy
<b><u>Parcours 5</u></b> <b>Le sentier du président</b>  <b>8 km</b> <b>380 m de dénivelé</b>	4 à 5 heures de marche à <b>allure modérée</b>	Départ à 11 h La calanque de l'Escalette

**Participation (documents techniques, diplôme, tee-shirt, petits ravitaillement, boissons au col des Baumettes et à la Campagne Pastré) : 14 € (+ 3 € de car - facultatif suivant votre choix)**