



# Les Calanques

du mercredi 25 mai  
au dimanche 29 mai

Je réserve

# Les Calanques

Du mercredi 25/05 soir, au dimanche 29/05 après-midi.

## **Direction la cité phocéenne, ses contrastes, et le rocher blanc des Calanques.**

La grimpe dans les Calanques se savoure toute l'année, il y a toujours une exposition et une plage horaire parfaite pour chaque période.

Nous avons choisi cette destination pour son dépaysement total, la sensation incroyable d'être loin de tout, coupé du monde, dans un univers minéral interminable tout entouré de bleu.

Les possibilités sont infinies, on peut tout faire dans les Calanques : des couennes bien équipées sur une longueur, mais aussi des grandes voies, du trad, et même du deep water soloing !

Ce séjour dédié à la couenne vous permettra de découvrir ce terrain de jeu exceptionnel en totale immersion puisque tous les sites que vous découvrirez sont accessibles à pied depuis le gîte.

**Nous vous offrons une escapade qui vous emmènera très loin...**



## Lieu de prise en charge

Gare de Marseille Saint-Charles,  
à 18 heures.

## Au programme

3 jours de grimpe et 1 excursion  
découverte de la scène street-art dans  
le quartier mythique du Cours Julien.



## Le chill

Nous vous avons réservé un gîte  
exceptionnel logé dans le creux  
de la calanque de Callelongue.  
Cet emplacement incroyable vous  
permettra d'accéder à tous les spots  
de grimpe à pied pour un séjour bas  
carbone. :-)

**Petit bonus il est quasiment  
les pieds dans l'eau.**

## L'encadrant

Adrien,  
Moniteur d'escalade et de canyon depuis bientôt 10 ans,  
Adrien encadre et grimpe entre les Calanques, les Alpilles,  
le Luberon et le Massif de Bavella en Corse.

Ayant travaillé 2 ans comme AMM en Islande, l'aspect  
social du métier de moniteur l'enchanté tout autant que  
l'acte de pulvériser des réglottes ou concasser du bi-doigt



## Le matériel

Mis à disposition, sauf vos chaussons perso évidemment. Si vous avez votre propre baudrier et votre système d'assurage, prenez-les.



## Le niveau

Ce séjour s'adresse à tout le monde, des débutants complets en falaise aux plus aguerris. Adrien saura trouver avec vous le ou les spots qui conviendront le mieux pour 3 journées bien remplies.

Bonne condition physique requise.

# arkose cantine

## L'intendance

L'esprit de Arkose Cantine vous accompagnera durant ces 4 jours.

### • Petits-déjeuners

Ingrédients frais et bio privilégiant les produits locaux. Beurre, confitures, miel, pâte à tartiner, jus de pommes, café, thé. Pain de conservation bio, élaboré à base de farines paysannes et levain naturel du Luberon.

### • Dîners

Préparés par Christian, ancien grimpeur et cuisinier habitant dans un petit cabanon où il a construit son propre four à pizza, à Callelongue depuis... Il vous livrera tous les soirs votre dîner au gîte selon un protocole Covid-compliant.

### • Au menu

Aïoli, daube marseillaise, alouettes sans tête, pizzas maison, tapas (panisses, tartare rouget, anchoïade...), dessert selon l'humeur du chef.

Christian s'approvisionne à la Madrague de légumes de saison de Provence, il achète ses poissons en direct du port.

### • Déjeuner et en-cas

Au choix, vous pouvez apporter vos propres provisions. Sinon moyennant un petit supplément nous nous occupons de tout !

## Le programme détaillé

### Mercredi 25 mai

- Rendez-vous à la gare de Marseille St Charles à 18h.
- Transfert en taxi vers le gîte.
- Installation, dîner et nuit.

### Jeudi 26 mai

- Petit-déjeuner au gîte.
- Journée escalade dans le massif des Goudes.
- Dîner et nuit au gîte.

### Vendredi 27 mai

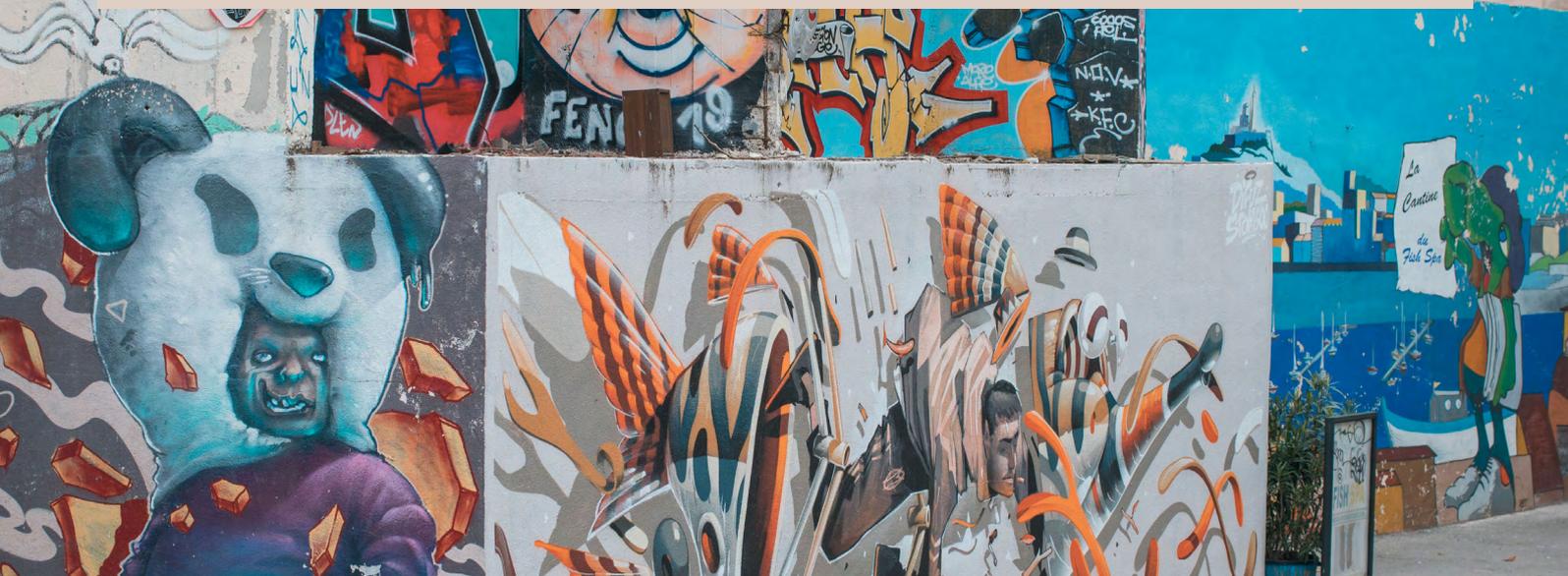
- Petit-déjeuner au gîte.
- Journée escalade dans le massif des Goudes.
- Dîner et nuit au gîte.

### Samedi 28 mai

- Petit déjeuner au gîte.
- Journée escalade dans le massif des Goudes.
- Dîner et nuit au gîte.

### Dimanche 29 mai

- Petit-déjeuner au gîte.
- Restitution du gîte et transfert privé vers Marseille St Charles.
- Dépose de vos bagages à la consigne pour ceux qui le souhaitent (en supplément), puis marche vers le quartier du Cours Julien pour une visite guidée sur la thématique du street art.
- En fonction de l'horaire de votre retour, temps libre pour découvrir la capitale phocéenne avant de retourner vers la gare à pieds.
- Fin des prestations.





© Photos / SIGNARTHUR

## Tarif par personne : 500€

### Ce prix comprend :

- Les transferts gare-gîte aller-retour.
- L'hébergement en gîte pendant 4 nuits.
- 4 petits-déjeuners et 4 dîners.
- L'encadrement escalade pendant 3 jours par un professionnel diplômé.
- Le prêt du matériel d'escalade (sauf chaussons)
- La visite privative du quartier du Cours Julien sur le thème du street art.
- La taxe de séjour.
- L'assistance de notre correspondant en cas de besoin.

### Ce prix ne comprend pas :

- Votre transport jusqu'à la gare de Marseille.
- Les déjeuners et boissons.
- Les dépenses personnelles.
- Les assurances annulation ou multirisques (à souscrire en option).
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « ce prix comprend ».

## Bon à savoir

- Hébergement : toutes les chambres sont différentes (lit seul / couchages multiples). L'attribution des lits se fera de manière aléatoire quelques jours avant votre arrivée. Vous souhaitez une chambre seul.e? Pensez à souscrire l'option « chambre double à usage privatif » (nombre limité).
- Le linge de lit est fourni. Pensez à prévoir votre serviette de toilette et ou de bain.
- Restauration : produits du petit-déjeuner mis à disposition. Dîners livrés chaque soir.
- Boissons : une sélection régionale et/ou artisanale de vins et de bières sera disponible avec supplément au gîte.

### Formalités :

- Carte nationale d'identité en cours de validité ou passeport en cours de validité.
- Pass sanitaire requis pour pouvoir participer au séjour.

### Suppléments :

- « Pique-nique » : (+30€ par personne pour 3 pique-niques)
- « Chambre double à usage privatif » : (+60€)
- Assurance annulation avant départ : (+ 28€ par personne)
- Assurance multirisques avec extension COVID : (+48€ par personne)

Je réserve