



**Lieu : Calanques, Marseille, France.**

**Durée :** 3 jours.

**Dates :** Sur demande d'Octobre à Mai.

**Niveau :** minimum 5 en second.

**Effectif :** 3 à 4 personnes.

**Tarif\* :** 450€ par personne

**Encadrement :** Guide de Haute montagne ou DE Escalade.

### ✓ Présentation de l'activité

Un séjour escalade entre Cassis et Marseille, c'est du soleil toute l'année, des sites sportifs réputés, des traversées marines ou des grandes voies de tout niveau !

Les Calanques, c'est un Parc National qui s'étend sur près de 25 km de côtes découpées, face à la Méditerranée entre Marseille, Cassis et la Ciotat. Le choix est particulièrement vaste pour les grandes voies, avec des itinéraires de plusieurs longueurs pour grimper loin des foules et atteindre au sommet, un panorama à 180° sur l'ensemble des calanques et les autres falaises marines environnantes.

Avec un groupe de quatre grimpeurs maximum, nous partirons chaque jour gravir de belles voies. Le but de ce stage est de vous amener vers l'autonomie en grandes voies tout en découvrant ce site incroyable et en parcourant tous les jours des grandes voies d'escalade dans des secteurs différents. Nous adapterons le programme fonction de votre niveau et de vos envies.

Objectif, autonomie en grandes voies !



ALPINÉO by Ice-fall

16 rue des Chardons bleus - 05120 L'Argentière la Bessée

Tel: 33 (0)6 51 30 51 21

[info@alpineo.com](mailto:info@alpineo.com)

[www.alpineo.com](http://www.alpineo.com)

Depuis Cassis ou Marseille, nous serons idéalement placé pour rayonner au grès de nos envies : Sormiou, Goudes, En Vau, Eissadon, Cap Canaille, Dévenson, autant de secteurs dédiés à l'escalade.

### ✓ Programme du stage

Rendez-vous : le 1<sup>er</sup> jour à 8h30, lieu à définir selon hébergement. Possibilités de venir vous chercher à la gare SNCF de Marseille St Charles.

**Des grandes voies pour tous et pour tous les niveaux. Impossible de détailler un programme au jour le jour tellement les possibilités sont infinies. Les calanques vont d'Est en Ouest, et la mer lèche les parois sur plus de 10 kilomètres de long.**

**Le Cap Canaille entre la Ciotat et Cassis, propose des voies vraiment atypique avec plusieurs strates de roches différentes. On est un peu loin de la mer, on ne pourra pas s'y baigner sur le chemin du retour.**

**De Cassis à Marseille, les calanques sont là : Envau, l'Oule, Castelviel, l'Eyssadon, le Devenson, la Concave, la Grande Candelle, Sugiton, Morgiou, Sormiou, les Goudes...Un calcaire blanc d'exception, les pieds dans l'eau.**

**Des longueurs magique, des traversées mémorable et des accès en rappels comme on en fait peu !**

### REMARQUE

Ce programme est donné à titre indicatif. Il peut être modifié en fonction des conditions sur le terrain, de la forme et du niveau des participants. Possibilité de faire des voies dans le 6<sup>ème</sup> et 7<sup>ème</sup> degré.

### ✓ Notre premier rendez-vous

A Cassis ou à Marseille selon votre hébergement et votre moyen de transport.

### ✓ L'encadrement du stage

Guide de haute montagne diplômé d'état, UIAGM.

L'équipe des guides ALPIneo est composée de passionnés de montagne et de nature. Ils ont de longues années de pratique. Ils aiment partager leurs émotions, leurs astuces ainsi que leurs terrains de jeu favoris. Ils seront à vos cotés pour vous conseiller, partager avec vous toutes leurs connaissances et vous faire progresser dans une ambiance détendue en sécurité. Pour votre sécurité ils sont équipés de poste téléphone et pharmacie.

### ✓ Le groupe

Trois à quatre personnes maximum par guide. Le stage peut être dédoublé au-delà de quatre personnes.

### ✓ Niveau requis



ALPIneo by Ice-fall

16 rue des Chardons bleus - 05120 L'Argentière la Bessée

Tel: 33 (0)6 51 30 51 21

[info@alpineo.com](mailto:info@alpineo.com)

[www.alpineo.com](http://www.alpineo.com)

Être grimpeur semble indispensable, vous avez déjà grimpé au minimum en salle d'escalade et êtes autonome dans vos encordements et dans l'assurage d'un leader.

### ✓ Hébergement et restauration

Plusieurs styles d'hébergements vous sont proposés aussi bien à Marseille qu'à Cassis.

Les Auberges de Jeunesse, [www.fuaj.org](http://www.fuaj.org)

Les locations [www.airbnb.fr](http://www.airbnb.fr)

Le camping les Cigales à Cassis, [www.campingcassis.com](http://www.campingcassis.com)

Le camping « Aux Portes de cassis », [www.auxportesdecassis.com](http://www.auxportesdecassis.com)

Les Hôtels à cassis :

[www.cassishostel.com](http://www.cassishostel.com)

[www.hotel-du-joli-bois.com](http://www.hotel-du-joli-bois.com)

[www.leclosdesaromes.fr](http://www.leclosdesaromes.fr)

Les Hôtels et chambres d'hôtes à Marseille :

[www.hotellerocher.com](http://www.hotellerocher.com)

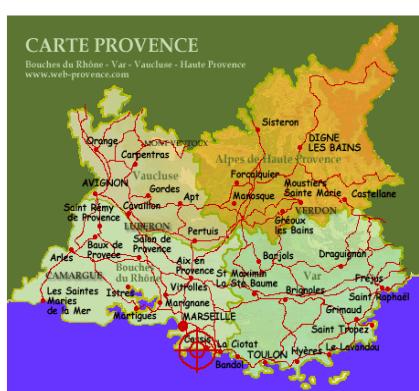
[www.petitjardin.eu](http://www.petitjardin.eu)

[www.lapetitecalanque.com](http://www.lapetitecalanque.com)

### ✓ Dates 2026

D'octobre à Mai, on peut y grimper et s'y baigner. L'été il fait trop chaud et les calanques sont la plus part du temps fermé pour limiter les incendies

### ✓ Situation



### ✓ Cartographie & topographies



IGN : 1/15 000, Les Calanques, de Marseille à Cassis.

### Topos :

- Calanques Escalade, Jean-Louis Fenouil, Cédric Tassan,
- Escalade Les Calanques.

### ✓ Tarifs

#### 450€ par personne (base de trois personnes)

##### \* Le prix comprend :

- l'encadrement par un guide de haute montagne,
- casque, baudrier, longe et mousquetons à vis,
- le matériel technique collectif (cordes, dégaines),

##### \* Le prix ne comprend pas :

- votre hébergement ainsi que vos repas,
- vos chaussons d'escalade,
- le transport pour vous rendre à Cassis,
- tout ce qui n'est pas cité dans la rubrique « le prix comprend ».

### ✓ Les avantages ALPIneo.com

- Prêt et test du matériel individuel d'alpinisme Petzl : casque, harnais, longe, descendeur, mousquetons.
- Un cadeau aux couleurs d'ALPIneo.
- La bonne humeur des guides ALPIneo.

### ✓ Assurances

Conformément à la législation, nous sommes dotés d'une assurance Responsabilité Civile Professionnelle. Chaque participant au séjour doit également être titulaire d'une responsabilité civile individuelle.

Pour vous protéger en cas d'incident ou d'accident pouvant survenir au cours de votre séjour, **il est indispensable de posséder une garantie multirisque** couvrant les frais d'annulation, d'assistance, de rapatriement, perte ou vol de bagages, secours en montagne, interruption de voyage. Nous vous proposons le contrat d'“EUROP ASSISTANCE”. Assurance adaptée au type de nos séjours. Le prix de l'assurance “Multirisques” (Annulation + Rapatriement) représente 5,5% du prix du séjour. L'assurance “Annulation” représente 3,5% du prix du séjour et l'assurance, “Rapatriement” 2% de votre séjour. Nous vous ferons parvenir un extrait des conditions générales de garantie sur simple demande avec votre confirmation d'inscription.



ALPIneo by Ice-fall

16 rue des Chardons bleus - 05120 L'Argentière la Bessée

Tel: 33 (0)6 51 30 51 21

[info@alpineo.com](mailto:info@alpineo.com)

[www.alpineo.com](http://www.alpineo.com)

**○ LE POST-IT MATERIEL  
cocher)****(pense-bête à****LA TETE**

- une paire de lunettes de soleil très filtrant (niveau 3)
- un bandeau fin,
- un chapeau ou casquette pour l'approche et sous le casque,
- crème solaire + stick à lèvre.

**LE CORPS**

- des sous-vêtements, première couche,
- une polaire, deuxième couche,
- une veste softshell, troisième couche,
- une **veste coupe vent imperméable type pack lite**,

**LES JAMBES**

- un pantalon strech,
- un short long.

**LES PIEDS**

- baskets d'approches
- des chaussettes,
- chaussons d'escalade précis et confort,

**DIVERS**

- un sac à dos (20 à 25L),
- bâtons légers,
- un appareil photo,
- une gourde minimum 1,5L,
- une lampe frontale légère avec piles de rechange,
- un sifflet plastique,
- une pharmacie personnelle contenant Elastoplast large + double peau en prévention des ampoules, désinfectant, pansements, compresses stériles et vos prescriptions personnels...,
- un couteau de poche pour le pique-nique,
- un sac plastique étanche type sac congélation pour protéger vos papiers,
- fruits secs, barres, pique-nique etc.... pour la journée

**MATERIEL TECHNIQUE, à redéfinir avec le guide,**

- un casque (prêt possible),
- un harnais, 1 descendeur, 2 mousquetons de sécurité, longe en corde+vis (prêt possible),
- un sac à magnésie (prêt possible) et de la magnésie,

PRET POSSIBLE, matériel Petzl : casque, harnais etc...

### ✓ Fiche d'inscription

*Merci de remplir une fiche par personne*

#### VOUS

NOM.....Prénom.....Date de naissance.....

Adresse.....

Code postal.....Ville.....Pays.....

Tél Dom.....Portable.....Courriel.....

N° tel où vous joindre 8 jours avant le départ (si différent du/des précédents).....

Pour les séjours à l'étranger,

N° carte d'identité .....Délivrée le.....Préfecture de.....

Expiration : .....

#### CONTACT

Personne à prévenir en cas d'accident : Mr/Me.....Tél : .....

Courriel : .....

Adresse : .....

#### VOTRE SEJOUR

Nom du séjour (thématique) : .....Dates : .....

J'arrive le matin/pour le rendez-vous à : .....

Moyen de locomotion : **TRAIN**  , gare d'arrivée.....  **VOITURE**

Niveau, courses ou stages effectués : .....

#### Prêt de matériel (Indiquez ce dont vous avez besoin en cochant)

Casque  Longes+ mousquetons de sécurité

Baudrier  Kit mousquetons sécurité + descendeur

#### Location de matériel (Indiquez ce dont vous avez besoin en cochant, réservation faite par nos soins, en sus du tarif)

Chaussons d'escalade, pointure : .....

#### PRIX

Stage choisi : .....  
€

#### Assurances : OUI NON

Si Non, merci de préciser le nom de votre assurance,....., le n° de contrat : .....

et le numéro de téléphone (24/7) : .....

Si oui, indiquez le type d'assurance souhaité :

1/ Annulation (3,5% du prix du séjour)	€
2/ Rapatriement (2% du prix du séjour)	€
3/ Multirisque (5,5% du prix du séjour)	€

<b>TOTAL</b>	€
--------------	---

Acompte de 30%	€
----------------	---

<b>Reste dû</b>	€
-----------------	---

Une confirmation d'inscription, les informations nécessaires à votre séjour, ainsi que votre facture globale vous seront adressées par courriel à réception de votre fiche et de votre acompte.

Plaquette de présentation du contrat d'assurance fourni par courriel sur simple demande.

“J'ai pris connaissance des renseignements détaillés figurant sur la fiche technique ainsi que les conditions générales de vente et je les accepte totalement. Je suis pleinement conscient que durant ce séjour, je peux courir certains risques inhérents à la nature même de ce stage et je les accepte en toute connaissance de cause.”

Signature: .....

Fait à .....

Le .....



ALPIneo by Ice-fall

16 rue des Chardons bleus - 05120 L'Argentière la Bessée

Tel: 33 (0)6 51 30 51 21

[info@alpineo.com](mailto:info@alpineo.com)

[www.alpineo.com](http://www.alpineo.com)

