Balisage

GR®
Grande Randonnée

GR® de Pays
Grande Randonnée de Pays

BL - Boucle Locale

PR - Promenade et randonnée inscrite au PDIPR

Signalisation

Bonne direction

Changement de direction

Mauvaise direction

"Le Département et les baliseurs bénévoles officiels de la FFRandonnée Bouches-du-Rhône entretiennent les itinéraires de randonnée pédestre."

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Bouches-du-Rhône

Conseils et recommandations pour se promener en Provence

La forêt et la colline sont source de vie, elles profitent à tous mais elles appartiennent à quelqu'un. Respectons l'hospitalité de leur propriétaire.

• Respectons la charte du randonneur éditée par la FFRandonnée • Restons sur les chemins balisés • N'abandonnons aucun objet, aucun détritus. Nous pouvons ramener les emballages vides que nous avons apportés pleins • Respectons les arbres, admirons les plantes, observons les animaux mais ne mutilons pas, ne coupons pas, ne dérangeons pas • Respectons la réglementation, ne pénétrons pas les massifs avec des véhicules en dehors des voies ouvertes à la circulation publique • Respectons les viticulteurs et les agriculteurs ; ne cueillons pas leurs produits • Sachons cohabiter avec les chasseurs et les autres utilisateurs • N'allumons pas de feu, ne fumons pas, ne nous aventurons pas en forêt par temps de sécheresse et surtout par grand vent.

Pour rendre votre randonnée agréable

• Ne surévaluez pas vos forces physiques • Renseignez vous sur le temps de parcours, sur la météo • Evitez de partir seul • Emportez de l'eau en quantité suffisante, une trousse de secours, la carte IGN, une boussole • Soyez équipés d'un sac à dos et de chaussures de randonnée, d'un vêtement chaud, d'un vêtement de pluie, d'un chapeau.

Pour votre sécurité et pour la préservation des massifs forestiers, l'accès aux espaces naturels est réglementé par arrêté préfectoral de juin à septembre. Renseignez-vous pendant la période estivale :
au **08 11 20 13 13** (prix d'un appel local)
ou sur : **www.bouches-du-rhone.pref.gouv.fr**
www.myprovence.fr/enviedebalade

PROVENCE TOURISME

13, rue Roux de Brignoles
13006 Marseille

Tél. 04 91 13 84 13

Télécharger les topos-randos du "Entre mer et étangs» sur :
www.myprovence.fr

EN PARTENARIAT AVEC :

- **Le Département des Bouches-du-Rhône - Direction de la forêt et des espaces naturels** : www.cg13.fr
- **La Métropole Aix-Marseille Provence - Pays de Martigues :** www.paysdemartigues.fr

EN COLLABORATION AVEC :

- **Le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Bouches-du-Rhône et ses clubs affiliés :** www.ffrandonnee13.fr
- **L'ONF - Forêt domaniale de Castillon**
- **L'office de tourisme de Martigues :** www.martigues-tourisme.com
- **Le Parc de Figuerolles à Martigues**
- **L'office de tourisme de Port-de-Bouc :** www.portdebouc-tourisme.fr
- **Le point d'information de Saint-Mitre-les-Remparts :** www.saintmitrelesremparts.fr

Saint Mitre les Remparts
PORT DE BOUC
Martigues
AIX MARSEILLE PROVENCE
TERRITOIRE PAYS DE MARTIGUES

DURÉE **2 H 30**
LONGUEUR **6,5 KM**
DÉNIVELÉ **189 M**
NIVEAU **ASSEZ FACILE**
BALISAGE

SAINT-MITRE-LES-REMPARTS

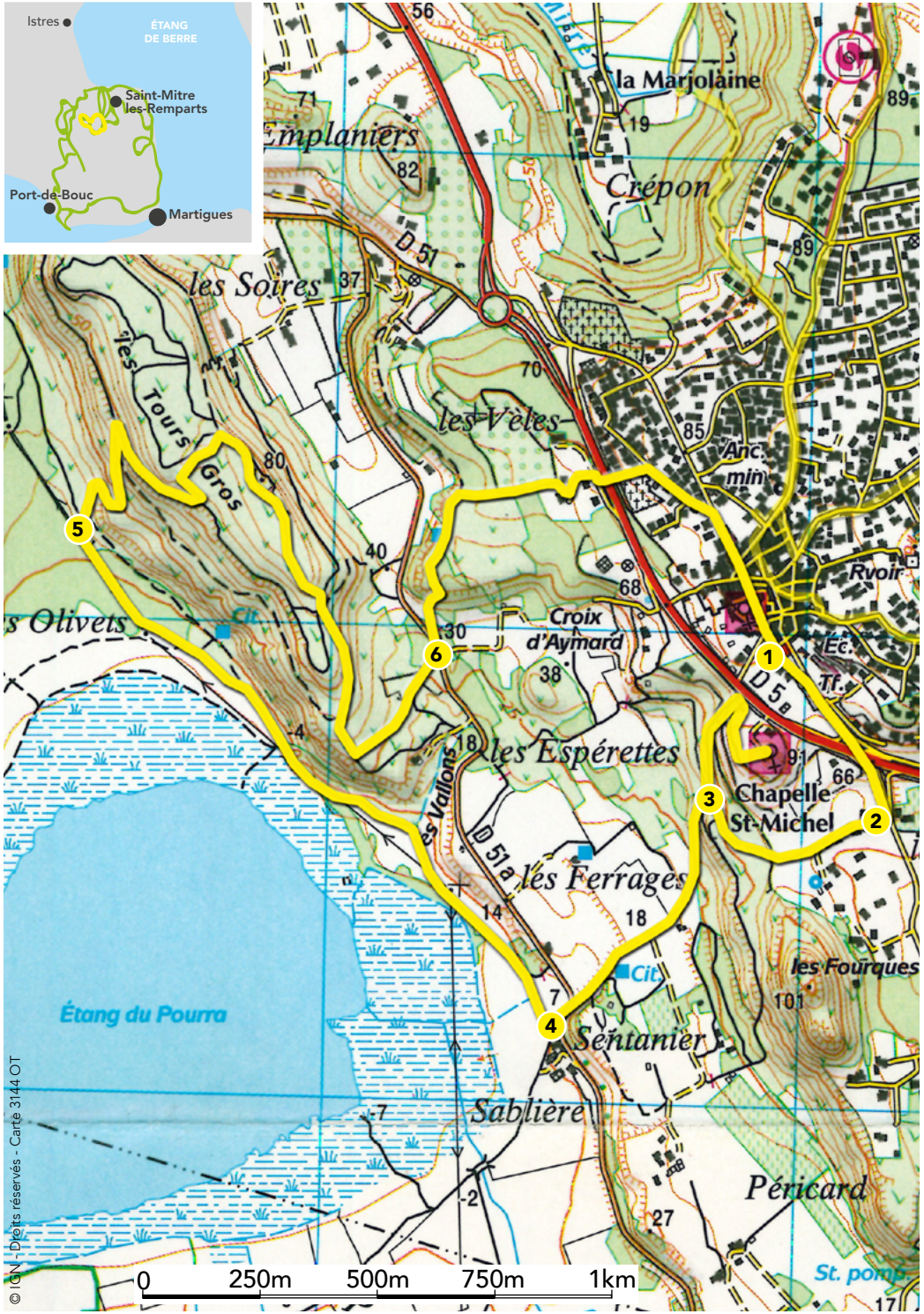
LES TOURS GROS

TOPO RANDO
SENTIER ENTRE MER ET ÉTANGS

Photo © XXXX XXXXX

DÉPARTEMENT BOUCHES-DU-RHÔNE

PROVENCE TOURISME



Jolie balade familiale avec des vues magnifiques sur l'étang du Pourra et le village. N'oubliez pas vos jumelles pour observer d'éventuels flamants roses et autres colverts.

Départ : Parking de la Mairie

ITINÉRAIRE :

Balisage bleu

1. Du parking de la Mairie (Aavenue Charles de Gaulle), traversez la RD5 en empruntant le souterrain pour piétons (pas le tunnel pour voitures). À la sortie, tournez à gauche, longez la glissière jusqu'à l'impasse des Oliviers.

2. Prenez à droite l'impasse des Oliviers. Suivez-la sur 100 m, puis visez tout droit. Un petit sentier se profile tout droit et descend légèrement pour rejoindre le vieux chemin de Fos.

3. *Pour visiter la Chapelle de Saint-Michel, remontez le vieux chemin de Fos jusqu'à la RD5. Prenez tout de suite le chemin à droite. Ne pas passer entre les rûches.*

   Là, descendez à gauche. Laissez le chemin de Péricard et continuez à descendre jusqu'à la RD51a.

   Prudence : Traversez la RD51a et faites encore 50 m.

4. Tournez à droite, derrière la maisonnette abandonnée. Longez l'Étang du Pourra sous les lignes EDF.

5. Entre le 3ème et le 4ème pylône, au cairn prenez la piste à droite après la ruine. Elle monte en lacets pendant 10 min. Courage ! Ignorez le sentier horizontal qui part à droite, continuez jusqu'à l'intersection. Là, tournez à droite. Pendant 250 mètres, les vues sur l'étang et sur la mer sont très belles. A l'intersection, allez à gauche. Une légère montée mène sur le plateau des Tours Gros.

   Suivez le chemin et à la fourche prenez à droite. Belle vue sur le village. Descendez un raidillon puis suivez, sur la droite, la piste principale pendant 250 mètres. Attention, prenez le petit sentier à gauche entre les arbres.

6. Il descend en lacets jusqu'à la RD51a, que l'on retraverse (Prudence). Passez la barrière vers la gauche (ignorer la pancarte) et montez le chemin rural qui débouche au passage souterrain. Passez le tunnel, montez la rue Roqueplate et tournez à droite. Passez devant le cimetière et la croix d'Aymard. Traversez le centre-ville pour retrouver le parking. Un détour par le centre ancien, à l'intérieur des remparts, vous permettra d'en découvrir l'église, le lavoir, les petites ruelles...

A savoir :
Les étangs Citis et Pourra font partie du chapelet d'étangs intérieurs compris entre l'Etang de Berre à l'Est et la Méditerranée à l'Ouest. Ils constituent une des dernières zones humides d'une qualité écologique et paysagère remarquable, dans un secteur fortement industrialisé. Bordés de magnifiques roselières et ceinturés par la forêt de Castillon, ils offrent une belle diversité floristique et faunistique, aussi bien aquatique que terrestre. Enfin, une partie de leurs rives est encore occupée par des activités traditionnelles agricoles (Ferme du Ranquet au Citis ; cultures au Pourra) et cynégétiques.