

## Autour de Marseille La Sainte-Baume Grotte Marie Madeleine

<b>Niveau</b>	Moyen
<b>Durée</b>	1h30
<b>Longueur</b>	3km

La Sainte-Baume, un massif offrant des paysages uniques en Provence, par sa forêt, ses nombreuses grottes, ses sources d'eau pure,...La balade part de l'hostellerie, lieu accueillant depuis le moyen âge les touristes et pèlerins, suit le GR 98 lequel traverse la forêt domaniale en empruntant le chemin du Canapé pour arriver à la grotte Marie Madeleine (\*1). Le retour s'effectue par le chemin des Roys, autrefois parcouru par les rois de France.

### Itinéraire

- Autoroute A52 direction Nice, sortie Auriol.
- Prendre la N560 jusqu'au carrefour puis prendre à droite la D45a vers Plan d'Aups/la Sainte-Baume.
- Monter la D45a (\*2), passer Plan d'Aups et continuer jusqu'à l'hostellerie de la Sainte-Baume.
- Se garer sur un des nombreux emplacements près de l'hostellerie.

### Explications

- Après une courte visite de l'hostellerie [2] et de l'éco musée [3], suivre le sentier à gauche de l'hostellerie, tracé GR [4].
- Continuer tout droit sur 50 mètres, puis à droite [7] sur environ 150 mètres pour entrer dans la forêt domaniale.
- A l'entrée de la forêt, suivre l'allée sur la droite [8] puis à l'intersection, à gauche, début de l'ascension par le chemin du Canapé [9].
- Monter le chemin, entrecoupé de nombreux escaliers de pierre [10] en direction de la grotte (panneaux, tracé GR). Les arbres sont hauts (25 à 30 mètres) et la végétation dense. Après 1km d'ascension, prendre à gauche à l'intersection (la vue commence à se dégager).
- Arrivée à l'intersection avec le chemin des Roys, devant l'oratoire [12], attaque d'une bonne côte sur la droite [13] pour arriver aux escaliers du sanctuaire [14].
- Monter les marches, passer le portail médiéval [15] et arriver dans le sanctuaire [16].
- Respecter ce lieu de prière [17], où la messe est célébrée tous les jours à 10h30 par un moine Dominicain [18] (\*3).
- Après visite de ce lieu, et admirer la vue [19], redescendre par le chemin principal (\*4), le chemin des Roys [20].
- Après 1km de descente, arrivée à une seconde entrée [23], prendre à gauche, suivre le chemin [24] jusqu'à l'embranchement de l'entrée précédente en forêt.
- Prendre à droite et retour sur l'hostellerie [25].

### Remarques

- C'est presque l'hiver, et nous sommes en altitude (700 mètres) d'où le givre matinal et la possibilité de neige (en hiver).
- (\*1) Sainte Marie Madeleine décida il y a près de 2000 ans d'y finir ses jours dans la prière. c'est encore aujourd'hui un haut lieu de pèlerinage confié aux Dominicains depuis 7 siècles.
- (\*2) Attention aux risques de verglas en hiver.
- (\*3) Photographie effectuée avec l'accord du moine, avant la messe.
- (\*4) Possibilité d'agrandir la balade en prenant à droite à l'oratoire [12] pour rejoindre le Saint Pilon, cime offrant un panorama superbe.



[1] L'arrivée à l'hostellerie de la Sainte-Baume.



[2] L'entrée principale de l'hostellerie.



[3] L'éco musée.



[4] Début du sentier (tracé GR).



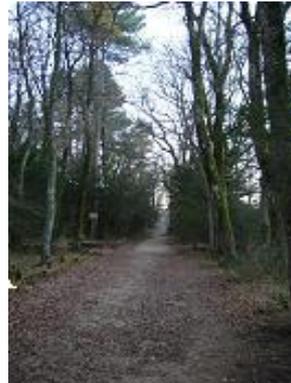
[5] La Sainte-Baume.



[6] Le sanctuaire dédié à Marie Madeleine



[7] Panneau indiquant la grotte.



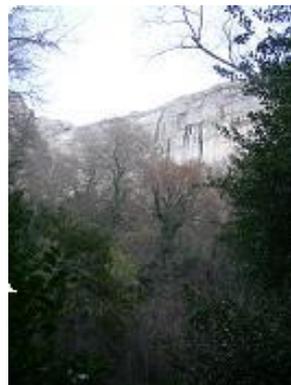
[8] L'allée en forêt (chemin du Canapé).



[9] Début de l'ascension.



[10] Passages par des escaliers de pierre.



[11] Approche du sanctuaire.



[12] Un oratoire.



[13] La côte finale.



[14] Arrivée aux escaliers.



[15] Au passage du portail.



[16] Le sanctuaire.



[17] L'intérieur de la grotte.



[18] La messe commence à 10h30.



[19] Vue sur la Sainte-Victoire.



[20] Descente par le chemin des Roys.



[21] Une source (source de Nans).



[22] Un oratoire.



[23] Arrivée à une seconde accès.



[24] Le chemin du retour.



[25] Retour à l'hostellerie.



[26] Un dernier regard sur la Sainte-Baume.