



Balade en Provence .com

## Autour de Marseille St-Cyr la Madrague Sentier littoral

<b>Niveau</b>	Moyen
<b>Durée</b>	4h00
<b>Longueur</b>	13km

Des paysages magnifiques de calanques, cette balade nous amène de la Madrague de St-Cyr à Port d'Alon en suivant le sentier littoral. De nombreuses possibilités de baignades s'offrent dans des endroits très agréables. Un sentier facile à suivre pour toute la famille.

### Itinéraire

- Autoroute A50 direction Toulon, sortie n°10 St-Cyr.
- A la sortie de St-Cyr, prendre la D559 vers la Madrague.
- Continuer par la D87 vers la Madrague/les Lecques.
- Arrivée sur le port de la Madrague [1], continuer la route.
- Se garer sur la parking du Hameau (payant) sur la gauche.

### Explications

- Redescendre la route jusqu'au port, passer la capitainerie sur la gauche [2] (\*1). Prendre sur la gauche le début du sentier littoral, tracé jaune.
- Le sentier emprunte un passage entre les habitations [3].
- Descendre sur la droite et arrivée sur une première plage [4].
- Continuer le sentier [6] longeant la mer à quelques mètres.
- Arrivée à la pointe Grenier (1 km) [7] (\*2).
- Après une légère montée, aller découvrir la baie sur la droite et la pointe Fauconnière [8].
- Continuer en face la montée [9].
- Arrivée en haut de la côte, le sentier descend [11] en zone dégagée (\*3).
- Après la caillasse, le sentier devient en terre battue et passe en zone très ombragée [13].
- Le petit sentier devient un large chemin [16] et passe devant des vignes [17].
- Arrivée à la pointe des 3 Fours (4km/1h10) [18] et à sa plage derrière [19] (\*4). Le sentier remonte légèrement et passe devant quelques habitations et arrive à une route, la suivre sur la droite (\*5).
- Le sentier reprend ses droits et après une descente (escaliers) arrive sur une plage [22] (\*6).
- Le sentier remonte en face et arrive à la pointe du Déffend [23].
- Le chemin redescend et remonte en longeant des grillages sur la gauche [25]. Continuer le chemin et entrer en zone protégée du Déffend (plus d'habitations).
- Arrivée en vue de la calanque de Port d'Alon [26] puis arrivée à sa plage [27]. Le retour s'effectue après un déjeuner et un bain bien mérité par le même chemin en sens inverse (\*7).

### Remarques

- La balade emprunte le tracé jaune très visible pendant tout le parcours.
- (\*1) De nombreuses possibilités de restauration.
- (\*2) Un petit chemin sur la droite menant au bout de la pointe.
- (\*3) Faire attention à la descente, de nombreuses pierres (chaussures adéquates).
- (\*4) Une petite plage très intéressante à connaître.
- (\*5) Un lotissement de privilégiés, le domaine de Port-d'Alon.
- (\*6) Une autre petite plage mais possédant une douche.
- (\*7) Une astuce pour les plus 'fainéants' est de laisser un véhicule sur le parking de Port d'Alon pour ne pas revenir sur ses pas.



[1] La Madrague de St-Cyr.



[2] Passage par la capitainerie.



[3] Petit passage entre habitation.



[4] Passage par une petite plage.



[5] Vue sur la Ciotat (Cap de l'Aigle).



[6] Le sentier longeant la mer.



[7] Arrivée à la pointe Grenier, ruine d'une ancienne usine de plâtre.



[8] La baie et la pointe Fauconnière.



[9] Le chemin remonte.



[10] Vue sur la pointe Grenier.



[11] Le sentier redescend en zone dégagée.



[12] Une petite anse très vivante.



[13] Le chemin passe à l'intérieur d'une forêt de pins.



[14] Vue sur la pointe des 3 Fours.



[15] De nombreuses petites criques pour le bain.



[16] Le chemin devient plus large.



[17] Le vignoble sur la gauche.



[18] La pointe des 3 Fours.



[19] La plage des 3 Fours (allez hop au bain).



[20] La pointe du Déffend.



[21] Un regard en arrière sur les pointes des 3 Fours et Fauconnière.



[22] Une petite plage à connaître.



[23] Passage au dessus de la pointe du Déffend.



[24] Vue sur la pointe des Engraviers.



[25] Le sentier longe des grillages.



[26] Vue sur la calanque de Port d'Alon.



[27] L'arrivée sur la plage de Port d'Alon.