

La Côte Bleue à pied de gare en gare

Etape 1 : Sentier du littoral de Lavéra à La Couronne

Caractéristiques

Distance : 13 km	Dénivelé cumulé : 180m	Temps de marche : 4h
Balisage : Rouge et Blanc (GR51) de Ponteau à La Couronne	Difficulté : P1 / T1	

Départ : Gare de Martigues Lavéra

Arrivée : Gare de La Couronne

Le parcours est décrit de gare en gare. Certaines étapes étant courtes, elles peuvent être combinées avec d'autres selon le temps dont vous disposez et votre condition physique.

Introduction

La partie Ouest de la Côte Bleue, assez plate bien que rocheuse, par opposition à la partie Est devient escarpée entre Carry-le-Rouet et l'Estaque.

Cette randonnée se situe entièrement sur la commune de Martigues. En chemin vous découvrirez le village de Lavéra qui s'est développé du fait de la proximité du complexe pétrochimique, puis après Ponteau, le littoral méconnu au bord du golfe de Fos. Vous traverserez Carro, village des pêcheurs, avant de rejoindre La Couronne, village de tailleurs de pierres. Vous rencontrez plusieurs plages le long de ce parcours; selon la saison, pensez à prendre votre maillot !

A voir en chemin

Le golfe de Fos, les panneaux d'interprétation le long du littoral entre Bonnieu et Carro, le parcours botanique, le port de pêche de Carro, les anciennes carrières de Baou Tailla, la plage du Verdon, le village de La Couronne.

Itinéraire

En sortant de la gare de Martigues Lavéra, suivre à droite la route de la gare sur 50m environ puis prendre à gauche l'allée du canal jusqu'au square Fernand Gilibert. Longer le square puis prendre l'avenue des Lilas. Prendre ensuite à gauche l'avenue Raymond Simi (Direction Mairie annexe) jusqu'à la Maison de Lavéra. Immédiatement après la Maison de Lavéra tourner à gauche dans la rue des Dalhias. Au bout de la rue, prendre l'impasse entre deux villas qui conduit à une pinède. En arrivant dans la pinède obliquer à droite en direction d'un pylône EDF puis prendre à sa droite un sentier qui rejoint la route D9.

Traverser cette route en faisant très attention et engagez-vous sur la piste immédiatement à droite **1**

(1)=> Traverser une route goudronnée menant à la déchetterie et prendre une piste obliquant à droite et rejoignant une route goudronnée (chemin des Olives) à un arrêt de bus. Traverser la route et prendre sur votre droite à moins de 50m, en oblique, le chemin de la Plaine Saint-Jean.

Après avoir parcouru environ 500m, à un arrêt de bus, prendre le chemin goudronné du Boutier qui se transforme rapidement en piste en pénétrant dans la pinède. Suivre ce chemin jusqu'au pont au-dessus de la voie ferrée que l'on franchira. 150m après la voie ferrée, prendre la piste à gauche qui rejoint rapidement une route goudronnée que l'on prendra à gauche. Elle rejoint la route de Ponteau que l'on suivra jusqu'à l'entrée de la Centrale.

La Centrale électrique de Ponteau

Cette Centrale thermique a été convertie au gaz naturel en 2012-2013. Elle fonctionne maintenant toute l'année et participe à la sécurisation de l'approvisionnement électrique de la région PACA, notamment en période de forte consommation. Elle est composée de 2 unités de production qui peuvent fournir 930 mégawatts avec une mise en service très rapide, soit l'équivalent de la moitié de la demande en électricité pour une ville comme Marseille.

(2)=> A hauteur de la Centrale, on rejoint le GR51 que l'on suivra jusqu'à la Couronne. Contourner l'anse des Laurons qui offre de beaux emplacements de pique nique et de baignade jusqu'au rond point où débute le chemin de Bonnieu **(3)**.

(3)=> Prendre le sentier en face, à droite de la villa n°4. On rejoint assez vite la route qui contourne l'anse de Bonnieu que l'on suivra jusqu'au parking **(4)** où l'on rejoint la piste piétonne aménagée que l'on suivra jusqu'aux Arnettes.

❖ Ne manquez pas de lire les panneaux d'interprétation pour parfaire vos connaissances sur le littoral.

Vous aurez la possibilité de visiter le parcours botanique indiqué sur votre gauche.

Continuer le sentier jusqu'au parking du port de Carro.

Le village de Carro

Carro est un village de pêcheurs. Plusieurs techniques de pêche y ont été pratiquées au fil du temps. Certaines de ces techniques de pêche sont très anciennes et remontent à l'Antiquité comme celle qui consistait à prendre le thon rouge dans des madragues: grands pièges fixes qui barraient la route aux bancs de thons. Les pêcheurs pratiquèrent également la pêche à la seinche. Cette technique qui prit fin en 1962, permettait de prendre le thon au moyen de filets mobiles de petites dimensions, mouillés en cercle autour des bancs de thons. Dans un 2ème cercle plus petit, le « corpou », les thons étaient harponnés et assommés.

En complément de la pêche aux thons, la pêche à la sardine était également pratiquée. Les sardines étaient capturées à l'aide du « sardinal », filet dérivant suspendu à 3m au dessous du niveau de la mer.

De nos jours, les pêcheurs sont toujours présents à Carro : une quarantaine de familles vivent autour d'une flottille de 20 embarcations environ.

Le petit musée « Entre mer et collines », situé au 1er étage du cercle des pêcheurs retrace l'histoire des villages de Carro et de La Couronne, son archéologie, sa pêche, ses pierres, son agriculture...

Contourner le port, puis la plage et prendre le sentier en contrebas de la Corniche de Baou Tailla.

Les Carrières de Baou Tailla

En bordure de mer, elles sont un témoignage spectaculaire des carrières de pierre de La Couronne, calcaire coquillé rose tendre, qui de l'Antiquité grecque jusqu'au XIXe siècle, ont été exploitées pour la construction des principaux édifices marseillais. Plusieurs anciennes carrières à fleur d'eau sont encore visibles jusqu'à Sausset.

Suivre la corniche de Baou Tailla puis prendre à droite le chemin de la Douane que l'on suivra jusqu'au bout. Il se poursuit par un sentier qui permet de descendre sur la plage de Verdon.

Au niveau de la plage laisser le GR et dirigez vous vers l'entrée du parking. Traversez le rond point du parking et dirigez vous vers les escaliers qui rejoignent l'avenue des Vauclusiens.

Traverser cette route et gravir le deuxième escalier qui rejoint le Belvédère du Baou que l'on prendra à gauche. Au square, prendre à droite la rue des Ecoles qui conduit à l'avenue des Vauclusiens.

Obliquer à droite et prendre rapidement sur votre gauche la traverse Armand Barbès qui vous permet de rejoindre la gare de La Couronne.

⇒ Vous pouvez aussi choisir de passer par le centre du village jusqu'à la place du marché où vous rejoindrez l'avenue de la gare.

Le village de La Couronne

La couronne est un village de tailleurs de pierres, les « queyrouns », d'où vient sans doute le nom du village. Les carrières ne sont plus exploitées et le village est devenu résidentiel.

- ❖ Ne manquez pas le clocher de l'église consacrée en 1859. Il porte les marques des tailleurs de pierre ayant contribué à sa construction.

Pratique

Avec du soleil, il fera chaud en toute saison; en plein été il faudra éviter les heures les plus chaudes.

Equipement

Equipez-vous d'un sac à dos, de bonnes chaussures de marche à tige haute, des bâtons de marche, et une protection adaptée (vêtement chaud, vêtement de pluie, chapeau) ; prévoyez une quantité d'eau suffisante (2L/personne) car les points d'eau sont rares, une trousse à pharmacie, la carte IGN.

Respect de l'environnement

N'abandonnez aucun objet, aucun détritux; ramenez les emballages vides que vous avez amenés pleins.

Admirez les plantes, ne les coupez pas; observez les animaux, ne les dérangez pas.

Respectez les viticulteurs et les agriculteurs, ne cueillez pas leurs produits.

Sachez cohabiter avec les chasseurs. N'allumez pas de feu, ne fumez pas.

Sécurité :

Pour rendre votre randonnée agréable, ne surévaluez pas vos forces physiques. Evitez de partir seul.

Ne vous aventurez pas en forêt par temps de sécheresse, par grand vent.

Dans les Bouches-du-Rhône, l'accès aux massifs forestiers est réglementé du 1er juin au 30 septembre par arrêté préfectoral.

Avant de partir consultez le site www.bouches-du-rhone.pref.gouv ou appelez le **08 11 20 13 13**.

Attention !! il est formellement interdit de marcher sur la voie ferrée et d'emprunter les tunnels.

PRENDRE LA VOIE DE CHEMIN DE FER POUR UN RACCOURCI, C'EST RISQUER SA VIE

