



Escalade dans les Calanques (*Calanques*) Escalade FRA-Bouches-du-Rhône

Description / Itinéraire

Arrêt aux Dentelles de Montmirail le premier jour.

Sites: calanque d'en Vau, calanque de Morgiou, calanque de Sormiou.

Logement à Cassis

Matériel et divers

vivres de course, gourde

pharmacie

3 cordes 100 m

3 cordes 70 m

matériel escalade personnel (descendeur, sangles, prussic, PE, + **lampe frontale**, magnésie, baudrier, 3 mousquetons à vis, casque)

3 fois 14 dégaines

coinceurs, friends

topo, carte

souliers de marche, (bâtons de marche)

Natel

petit sac à dos pour la journée

Matériel personnel: Carte d'identité, permis de conduire, carte d'assurance, costume de bain, crème solaire, lunettes, chapeau, etc..) place limitée....!!!!

Informations supplémentaires

escalade entre 3 et 4 ème degré, randonnée au cap Canaille, randonnée dans les calanques

Chef de course / organisateur

Jean-François Jacot

Adjoint

Marion Moriggia

Informations

T	DT	DG	E	AD	AA	D
7	5c	AD	II	-	200	200

Dates

19.10.2026 - 24.10.2026

Inscriptions

24.08.2026

Avec transport public

Non