

# Traversée de l'Estaque : du Rove au Cap Ragnon



## Fiche technique

**Accès :** De Marseille prendre l'autoroute A55 vers Martigues. La quitter à la sortie n° 7 Gignac-la-Nerthe, Le Rove. Au giratoire, emprunter la N568 vers Le Rove et Marseille. Au giratoire suivant à l'entrée du village, continuer vers Marseille. Rouler encore 750 m et tourner à gauche sur le Boulevard de la Carrairade, le remonter pour trouver à gauche une aire de stationnement.

**Parking :** en contrebas de l'église; **coordonnées GPS :** 43.369380 N - 5.250322 E

**Longueur :** 10,7 km - **Dénivelé positif cumulé :** 350 m - **Durée :** 4 h 30 - **Balisage :** jaune en bord de mer

**Particularités :** a) sentier de bord de mer accidenté et exposé ; une petite désescalade avec une corde - déconseillé aux personnes sujettes au vertige ; b) accès réglementé du 1er juin au 30 septembre (feux de forêts), se renseigner sur : <http://www.bouches-du-rhone.gouv.fr/files/massif/> c) fromagerie Brousse du Rove : famille Gouiran - 17 rue Adrien-Isnardon - Tél 04 91 09 92 33 - ouvert tous les jours

## L'itinéraire

**P** Dos à l'église, descendre le boulevard de la Carrairade, traverser la route D568 et emprunter en face le Chemin des Esclades sur une centaine de m.

① Repérer à droite une barrière, la franchir et suivre la piste jusqu'à une bifurcation située sous une ligne à HT.

② Emprunter la piste de gauche et cheminer en direction du sud ouest à travers une garrigue qui porte les stigmates d'un incendie ancien, pour atteindre le joli site du Puits de l'Oeuvre. C'est un lieu très bucolique blotti au pied du Baou de l'Oeuvre qui invite au repos... mais la balade ne fait que commencer.

③ Quitter cette oasis de verdure vers par un sentier situé au-dessus du puits qui longe le pied du Baou de l'Oeuvre et se dirige vers l'ouest. Atteindre une jonction avec un sentier plus large et l'emprunter à gauche dans une direction sud-ouest. Le sentier s'oriente au sud pour contourner le Baou et s'élève progressivement dans un vallon et s'élargit. Négliger deux chemins montant de la droite et parvenir à une jonction avec un nouveau sentier (cette jonction se situe au-dessus de la route bitumée se dirigeant vers le Fort de Figuerolles).

④ Bifurquer à gauche et gravir la pente menant au sommet en veillant à toujours rester sur la crête pour atteindre la croix «paix et amour». Du sommet du Baou (altitude 245 m) une vue immense et circulaire s'offre à vous ; au nord, l'Étang de Berre, et en tournant dans le sens des aiguilles d'une montre, successivement le massif de la Sainte Victoire, de la Chaîne de l'Étoile, le massif du Garlaban et de la Sainte-Baume, les Monts Saint-Cyr et Carpiagne et Puget, le Massif de Marseillevyre, et les Îles de Riou et du Frioul, et bien sûr la Cité Phocéenne, ses ports et sa rade. Quel spectacle ! Poursuivre le cheminement vers l'Est et amorcer la descente. Repérer à droite un sentier orienté sud-est et parvenir en bas à une jonction avec la route bitumée.



*Le port de l'Estaque (à gauche), et la rade de Marseille*

une crête (point coté 188, sur la carte IGN) et descend pour atteindre un bon chemin. Choisir la droite et poursuivre la descente vers le Fort de Figuerolles. Toute cette descente offre de splendides perspectives sur la mer. Traverser une zone où les emplacements des anciennes baraques sont encore visibles et gagner la batterie d'artillerie de Figuerolles, dont l'emplacement est ombragé par un joli bouquet de pins d'Alep. C'est un lieu idéal pour le pique-nique et la contemplation. Le Fort de Figuerolles érigé, dans les années 1880, fait partie d'un ensemble de fortifications construit sur la Côte Bleue, pour protéger d'attaques éventuelles par la mer ; des conséquences avaient été tirées de la cuisante défaite de 1870. À l'ouest e la batterie, une très jolie vue s'offre sur le Fort de Niolon.



*Au coeur de l'Estaque, le village du Rove*

⑤ L'emprunter à gauche sur 200 m et repérer à droite un sentier qui s'élève sur la colline. Surplombant la route et une citerne DFCI, il suit



*Descente vers la Batterie de Figuerolles*



*Un jet-ski sort de la calanque de Figuerolles ; au loin, le Fort-Bas de Niolon*

⑥ Quitter la batterie par la piste se dirigeant vers le Nord sur quelques m et après le dernier bâtiment en ruine à droite, choisir un sentier en descente marquée en direction du nord-nord-est. Il sinue pour rejoindre en bas le sentier des douaniers balisé en jaune. L'emprunter à droite et le suivre jusqu'à la Calanque de Figuerolles. *Cette section de l'itinéraire en corniche sur la mer, est magnifique mais demande un peu d'attention : montées et descentes successives, caillouteuses voire rocheuses, quelques passages un peu exposés et une petite désescalade (3 m) à l'aide d'une corde.* On passe d'abord au dessus du tunnel de la voie ferrée de la Côte Bleue, franchit le ressaut rocheux équipé d'une corde et parvient à la vaste Grotte du Cap Ragnon. Progresser sur le sentier des douaniers et atteindre la Calanque de Figuerolles et ses eaux turquoise (baignade possible).



**La grotte du cap Ragnon**

Située en bord de mer, cette grotte comprend trois cavités qui communiquent entre elles. Son occupation date du néolithique, 5700 ans avant JC. Elle a fourni de très nombreux restes de mollusques marins comestibles, ainsi que les restes d'une faune variée : poissons d'espèces côtières pour la plupart, mais aussi de thon, ce qui laisse supposer que ces hommes disposaient déjà d'embarcations et pêchaient au large.

Source : [http://www.provence.eu/index.php?option=com\\_content&view=article&id=9&Itemid=11](http://www.provence.eu/index.php?option=com_content&view=article&id=9&Itemid=11)

⑦ Le retour vers le Rove s'effectue en quittant la plage par la rampe empruntée à l'aller et en choisissant le sentier qui s'élève et passe sous une arche du viaduc de chemin de fer. Grimper dans un étroit vallon et parvenir à une première jonction. Opter pour le sentier de droite et au carrefour de sentiers suivant, aller tout droit. Gravier une forte pente, le sentier s'élargit en chemin et s'oriente au Nord. Par une pente peu marquée, remonter le vallon des Fontêtes, négliger une voie à gauche vers la cote 187 et retrouver la route bitumée vue à l'aller.



*Calanque de Figuerolles*

### La Côte Bleue, une nature préservée : l'action du Conservatoire du Littoral

Avec ses 3 300 hectares, le site du Conservatoire du littoral de la Côte Bleue offre un immense espace de nature préservée sur 10 km de côtes, aux portes de Marseille. Entre mer Méditerranée et Etang de Berre, la chaîne de la Nerthe ou « chaîne de l'Estaque », est un massif calcaire typiquement méditerranéen où alternent calanques, falaises, vallons et plateaux couverts de garrigue en « peau de léopard ». Ses hauteurs offrent de spectaculaires vues sur les îles du Frioul ainsi que sur Marseille et ses Calanques. Des restanques, cultures et pâturage extensif caprin, marquent encore par endroits le paysage de la Côte Bleue. Au cours de l'histoire, la chênaie verte a cédé la place à l'agriculture (oliviers, céréales et vignes) et a subi les excès du surpâturage. En 1900, plus de 4000 chèvres pâturaient encore sur les collines de ce village surplombant la Méditerranée. Vers 1960, on assiste à une déprise agricole au profit de l'industrialisation voisine : Port Autonome de Marseille, projets pétroliers. Aussi, dès 1970, de grandes unités foncières (1700 ha au Rove et 1300 ha à Ensues) sont constituées par des sociétés immobilières pour y créer plus de 16 000 logements, tout proches de Marseille. Mais déclaré inconstructible grâce à la volonté des maires des deux villages, ce vaste domaine a pu être acquis par le Conservatoire du littoral dès 1980, «gelant» de manière irréversible la propriété et l'usage de cette zone.

(Source : Conservatoire du Littoral)



Dans les collines du Rove

8 L'emprunter à droite sur 80 m et choisir à gauche un chemin qui très vite atteint une piste au niveau d'un col. Traverser la piste et prendre en face un chemin montant nord-est ; en 100 m il rejoint une autre piste à l'est du point coté 195 m. Tourner à droite et parcourir environ 350 m.

9 Quitter la piste à gauche par un petit chemin en pente marquée, puis entamer la descente par le Vallon des Pins en négligeant les voies sur la droite, et atteindre une intersection avec une piste.

10 Choisir la voie de gauche un et rejoindre une petite clairière avec une réserve de chasse grillagée. S'élever par la piste, passer sous la ligne à HT et retrouver l'itinéraire emprunté à l'aller pour regagner le village.

### La chèvre du Rove

La légende veut, lors de l'époque antique, qu'une embarcation chargée de quelques chèvres crétoises fit naufrage au large de la commune du Rove (près de Marseille). Ces chèvres se mêlant à la race caprine autochtone donna naissance à la chèvre du Rove. La chèvre du Rove est un animal majestueux avec de superbes cornes en forme de lyre, qui peuvent atteindre chez le bouc 1,20 m d'envergure. Elle est très rustique et parfaitement adaptée au climat méditerranéen aride. Elle est très appréciée des éleveurs ovins transhumants, elle produit peu de lait mais celui-ci a un très bon rendement fromager. Le bon taux de matière grasse de son lait confère à ses fromages une onctuosité remarquable et un goût subtil. La brousse du Rove est une fabrication fromagère faite à base de lait de chèvre du Rove et de vinaigre d'alcool, elle est généralement consommée avec du sucre ou du miel. Ce dessert est très connu dans la région marseillaise et fait partie de la culture provençale.



Emblème du village, la statue de la chèvre du Rove, campe fièrement devant la mairie