



LES ALPILLES EN LIBERTÉ : RANDONNÉE ENTRE CRÊTES, VILLAGES ET PATRIMOINE

Randonnées en liberté
Séjour en itinérance - 7 jours / 6 nuits

Mise à jour : 30/01/2025

Dans le silence des sentiers, le vent soulève des vagues d'herbes sèches. Les Alpilles se dévoilent pas à pas, entre crêtes lumineuses et vallons couverts d'oliviers. Ici, la pierre blanche accroche la lumière, dessinant des reliefs subtils, tandis que les chemins s'étirent entre vignes et garrigue. Seul ou accompagné de quelques proches, l'itinéraire en liberté suit le fil des paysages, entre nature intacte et villages de caractère. Chaque jour, une marche rythmée par le souffle du mistral et le chant des cigales, une invitation à ralentir, à observer. Les pas résonnent sur les pavés de Saint-Rémy, puis s'éloignent vers la solitude des collines. Au détour d'un sentier, un monastère, un moulin ou les vestiges d'un oppidum rappellent l'empreinte du temps. Les paysages qui ont inspiré Van Gogh et bien d'autres avant lui s'offrent aux randonneurs d'aujourd'hui, entre lumières changeantes et horizons dégagés. Loin du tumulte, chaque étape mène à un nouveau décor : les ruelles des Baux-de-Provence, les plateaux sauvages d'Aureille ou les chemins sinueux de Fontvieille. Autant d'escales qui donnent à la marche un goût d'exploration et de liberté. En fin de journée, les villages se font refuge. Des terrasses animées, un hôtel confortable, une douceur propre à cette région où le temps semble couler autrement. Le lendemain, il suffira de repartir, de suivre la ligne des crêtes ou celle d'un muret de pierres sèches, d'avancer simplement, porté par le plaisir de la découverte et la beauté brute des Alpilles.

L'ETAT D'ESPRITCANOPEE:

Vous vous préparez à nous suivre sur un de nos voyages d'aventure. Derrière cette fiche technique se cache un travail d'équipe et une véritable culture du voyage que nous tenons à partager avec vous. Nos objectifs sont de tenter de vous faire découvrir des régions en y apportant nos touches

personnelles, celles de découvrir des territoires sauvages, des hébergements locaux et petits hameaux qui se fondent dans les massifs. Il s'agit aussi de développer sur ces territoires l'emploi que ce soit directement pour le biais de l'embauche ou par le choix de prestataires locaux qui sont, à nos yeux, les référents de leur territoire. Mais aussi vous faire découvrir la faune et la flore. Les rencontres humaines sont, sans aucun doute, pour nous, le point primordial de nos voyages. Elles sont la clef de voûte de la transmission du savoir et de l'épanouissement personnel afin que vous repartiez de nos séjours la tête remplie d'étoiles. Vous venez donc, avec nous, pour découvrir ces valeurs, vous ouvrir à ce partage et vous immerger dans ces territoires qui n'attendent de vous que la curiosité et le respect.

... bienvenue chez Canopée Voyages

PROGRAMME

Jour 1 : Fontvieille, porte d'entrée des Alpilles

Bienvenue à Fontvieille, village typiquement provençal où le temps semble s'écouler au rythme du chant des cigales. Niché entre collines et oliveraies, il marque le début de votre itinérance à travers les Alpilles. Vous vous installez dans votre hôtel pour deux nuits, l'occasion de vous imprégner doucement de l'atmosphère locale.

Selon votre heure d'arrivée, une première flânerie dans les ruelles du village vous plongera dans son ambiance authentique. En fin de journée, profitez de la douceur provençale, entre les places ombragées et les senteurs de garrigue. Demain, les premiers sentiers vous attendent.

Jour 2 : Autour de Fontvieille, entre histoire et nature

Cette première journée de marche vous emmène sur les sentiers qui entourent Fontvieille, à travers une Provence préservée où se mêlent garrigue, cyprès et oliveraies. Le chemin serpente doucement jusqu'à la Chapelle Saint-Gabriel, un édifice roman du XII^e siècle dont la façade sculptée témoigne du savoir-faire d'autrefois. Posée au cœur des paysages provençaux, elle invite à une pause contemplative, entre silence et beauté des vieilles pierres.

En poursuivant la boucle, vous retrouvez les collines aux parfums de thym et de romarin, avant de revenir vers le village de Fontvieille. Ici, l'histoire et les traditions se dévoilent au fil des ruelles, entre fontaines anciennes, placettes ombragées et maisons en pierre blonde. La fin d'après-midi est libre, l'occasion d'apprécier l'atmosphère paisible du village avant une nouvelle nuit dans votre hébergement.

4h de marche, D+ 200m / D- 200m.

Jour 3 : De Fontvieille à Maussane-les-Alpilles, entre histoire et paysages de Provence

Aujourd'hui, vous quittez Fontvieille pour rejoindre Maussane-les-Alpilles, en traversant des paysages façonnés par l'histoire et la littérature. Le sentier vous mène d'abord au moulin d'Alphonse Daudet, rendu célèbre par les Lettres de mon Moulin. Plus loin, le château de Montauban, où séjourna l'écrivain, rappelle le lien intime entre ces lieux et son œuvre.

La randonnée se poursuit à travers une Provence où les vestiges du passé se fondent dans la nature. Vous traversez l'aqueduc et le moulin romain, témoins de l'ingéniosité antique qui a marqué cette région. Entre les collines tapissées d'oliviers et les sentiers bordés de cyprès, l'itinéraire dévoile peu à peu les premiers reliefs des Alpilles.

En fin d'après-midi, arrivée à Maussane-les-Alpilles, charmant village au cœur d'une des plus grandes oliveraies de Provence. Vous vous installez à l'hôtel pour deux nuits, profitant du cadre paisible et du charme provençal de cette nouvelle étape.

5h de marche, D+ 200m / D- 200m.

Jour 4 : D'Aureille à Maussane-les-Alpilles, entre sentiers et vestiges anciens

Après un court transfert en bus, vous arrivez à Aureille, un petit village niché au pied des monts des Opies, point culminant des Alpilles. Ses ruelles tortueuses rappellent son passé de relais sur les chemins de transhumance, et ses alentours dévoilent des paysages marqués par l'olivier et la pierre claire.

Votre itinéraire du jour suit l'une des variantes du chemin de Saint-Jacques de Compostelle, un sentier emprunté depuis des siècles par les marcheurs en quête d'horizons nouveaux. En chemin, vous atteignez l'Oppidum des Caisses de Jean Jean, classé Monument Historique. Perché sur un plateau rocheux, ce site dévoile les traces d'une ancienne occupation celto-ligure, offrant un panorama saisissant sur les Alpilles et la plaine environnante.

La randonnée se poursuit à travers les reliefs doux du massif, avant de redescendre progressivement vers Maussane-les-Alpilles, où vous retrouvez votre hébergement. Une nouvelle soirée pour profiter de l'ambiance paisible du village et savourer le calme de la Provence.

6h de marche, D+ 200m / D- 300m

Jour 5 : Des Baux-de-Provence à Saint-Rémy, entre patrimoine et crêtes panoramiques

Aujourd'hui, votre itinéraire traverse le cœur des Alpilles, reliant Les Baux-de-Provence à Saint-Rémy-de-Provence. Perché sur son éperon rocheux, le village fortifié des Baux-de-Provence offre un décor unique où les ruelles pavées serpentent entre vestiges médiévaux et maisons de pierre. Ce site remarquable, chargé d'histoire, domine les reliefs environnants et marque le point de départ de votre ascension.

En quittant le village, vous pénétrez dans le Val d'Enfer, un paysage minéral sculpté par le temps et les légendes, avant de rejoindre les crêtes des Alpilles. De là, le panorama s'ouvre sur une mosaïque de paysages : Arles, la vallée du Rhône, le Pays d'Aix, le Luberon et, au loin, le Mont Ventoux. Une vue qui accompagne votre progression sur ces sentiers de crêtes, entre ciel et terre, avant de redescendre progressivement vers Saint-Rémy-de-Provence.

Cette étape se termine dans ce village emblématique, où vous vous installez dans un hôtel 3* avec piscine, parfait pour une pause rafraîchissante après cette journée riche en découvertes.

5h30 de marche, D+ 350m / D- 350m.

Jour 6 : Autour de Saint-Rémy, entre vestiges antiques et paysages inspirants

Cette dernière journée de randonnée vous plonge dans l'histoire et les paysages qui ont marqué Saint-Rémy-de-Provence. Le matin, vous découvrez Glanum et les Antiques, vestiges d'une cité romaine prospère du I^{er} au III^e siècle. Ce site exceptionnel témoigne de la présence romaine dans la région et offre un premier regard sur les reliefs qui vous attendent.

Votre itinéraire vous mène ensuite vers les crêtes, jusqu'au plateau de la Caume et au Rocher des Deux Trous, formations rocheuses singulières qui surplombent les Alpilles. Le sentier serpente entre pinède et garrigue, dévoilant des vues dégagées sur la vallée et les villages alentours.

Sur le chemin du retour, vous faites halte au monastère de Saint-Paul de Mausole, où Van Gogh vécut une année marquante entre 1889 et 1890. Inspiré par la lumière et les paysages, il y réalisa plus de 150 œuvres, dont certaines de ses toiles les plus célèbres. Une dernière immersion dans l'histoire et la culture avant de profiter d'une soirée paisible à Saint-Rémy.

5h de marche, D+ 450m / D- 450m.

Jour 7 : Retour à Fontvieille, fin du séjour

Après le petit-déjeuner, un transfert en taxi privé vous ramène à Fontvieille, point de départ de votre itinérance à travers les Alpilles. Cette semaine de randonnée touche à sa fin, riche en découvertes, entre sentiers panoramiques, villages authentiques et immersion dans l'histoire et la culture provençale.

Fin du séjour à Fontvieille.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez vous à l'hôtel à Fontvieille le J1. Vous êtes attendu directement à votre hébergement pour le début du séjour. L'heure exacte et les détails pratiques vous seront communiqués avant votre départ.

SI VOUS VENEZ EN TRAIN:

Votre arrivée se fait à la gare SNCF de Tarascon, située à environ 15 km de Fontvieille. Cette gare est desservie par des trains régionaux (TER) et certaines liaisons Intercités.

Pour organiser votre trajet, consultez les horaires sur :

- SNCF Connect
- Trainline

Depuis la gare de Tarascon, une navette (ligne 511) vous permet de rejoindre Fontvieille en environ 15 minutes. Pensez à vérifier les horaires de la navette en fonction de votre heure d'arrivée en train. En cas d'arrivée tardive ou en dehors des horaires de la navette, un taxi peut être une alternative pour rejoindre Fontvieille.

SI VOUS VENEZ EN VOITURE:

Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites de calcul de trajet sur internet.

Possibilité de garer sa voiture gratuitement à l'hôtel à Fontvieille pour la semaine.

SI VOUS VENEZ EN AVION: non concerné

DISPERSION

Le séjour se termine après votre transfert privé à Fontvieille, prévu dans la matinée du jour 7.

Une fois à Fontvieille, vous pouvez organiser votre retour en train depuis la gare SNCF de Tarascon (accessible en navette ou en taxi) ou poursuivre votre voyage selon vos préférences

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Pièce d'identité ou passeport en cours de validité durant tout le voyage.
- dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit l'assurance que nous proposons) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- carte vitale.

NIVEAU

2/5. Niveau Modéré. Ces randonnées s'adressent à des randonneurs en bonne condition physique, sans être des sportifs aguerris. Les étapes durent entre 4 et 6 heures par jour, avec un dénivelé compris entre 300 et 750 mètres. Les chemins peuvent comporter quelques passages plus techniques ou escarpés, mais restent accessibles à toute personne habituée à marcher régulièrement.

HEBERGEMENT

Lors de votre séjour, vous êtes hébergé en hôtels 3* situés au cœur de Fontvieille, Maussane-les-Alpilles et Saint-Rémy-de-Provence, trois villages emblématiques de la région.

- Fontvieille, point de départ du voyage, séduit par son atmosphère paisible et ses ruelles bordées de maisons en pierre blonde. Largement inspiré par Alphonse Daudet, ce village provençal dévoile ses vieux moulins et ses sentiers empreints d'histoire.

- Maussane-les-Alpilles, entouré d'immenses oliveraies, incarne la Provence authentique. Ici, le rythme est doux, ponctué par les terrasses animées et le savoir-faire des producteurs locaux, notamment son huile d'olive réputée.

- Saint-Rémy-de-Provence, dernière étape du voyage, est un lieu vibrant d'histoire et de culture. Ses ruelles sinueuses, ses boutiques d'artisans et son marché coloré en font une halte incontournable. C'est aussi ici que Van Gogh trouva refuge et inspiration, laissant derrière lui des chefs-d'œuvre immortels.

Ces hébergements offrent confort et authenticité, dans des villages où chaque pierre raconte une histoire et où chaque soirée prolonge l'atmosphère unique des Alpilles.

REPAS:

Est compris dans le prix uniquement le petit déjeuner.

TRANSFERTS INTERNES

Transferts en taxi prévu pour ce séjour, un transfert en bus est aussi nécessaire mais non compris (de Maussane à Aureille 3€).

PORTAGE DES BAGAGES

Vous portez uniquement vos affaires de la journée. Transport des bagages inclus les jours 3 et 5.

VOS BAGAGES:

- 1 sac de voyage souple ou valise rigide pour contenir les affaires.
- 1 sac à dos de 35 à 55 litres, muni d'une ceinture ventrale pour les journées de randonnée. Il s'agit d'y faire rentrer les affaires les jours sans transfert de bagages.

GROUPE

De 1 à 20 voyageurs. Possible dès un participant avec supplément départ personne seule.

ENCADREMENT

Vous avez opté pour une formule en autonomie, vous permettant de profiter de la liberté de découvrir les paysages à votre rythme. Grâce à des traces de sentiers balisés et à une application GPS conviviale, vous serez guidé tout au long de votre randonnée. De plus, un dossier de route et une carte vous seront fournis pour vous assurer une navigation sans stress. Profitez de chaque instant en pleine nature, en toute sérénité !

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

POUR LA RANDONNEE:

Il s'agit là de faire preuve avant tout de bon sens en fonction de la saisonnalité sur laquelle vous vous êtes inscrits. Les mois d'avril, mai, juin et à partir de la mi septembre, en plus de la liste ci dessous, prévoir une veste type softshell + un imperméable ou une veste technique imperméable. En juillet, Aout et début septembre, prendre uniquement une petite veste imperméable. De façon générale, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées.

- pantalon de toile - shorts - T-shirts
- 6 à 7 paires de chaussettes de randonnée
- 1 cape de pluie couvrant le randonneur et le sac à dos. Si vous avez des survêtements très techniques (voir ci-dessus), il est possible de ne recouvrir que le sac à dos avec un protège sac contre la pluie. Le parapluie quant à lui est moins pratique, surtout en cas de vent ou d'orage...
- 1 chapeau de soleil ou une casquette
- 1 paire de bâtons télescopiques
- 1 maillot de bain
- 1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante dans lesquelles vous êtes bien ! Il faut «casser » les chaussures neuves avant de partir en randonnée en les portant quelques semaines auparavant afin d'éviter les désagréments des ampoules et échauffements...
- 1 paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum
- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)
- mouchoirs en papier
- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)
- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et/ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Antidiarrhéique et antiseptique intestinal, Antisapsmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, somnifère léger, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique,...

POUR L'ETAPE:

- tenues de rechange et chaussures confortables
- boules "Quies" ou bouchons d'oreilles « Ear"
- 1 lampe frontale
- affaires de toilette minimum. Privilégier savon, gel douche et shampoing 100% biodégradable.

POUR LES PIQUE-NIQUES:

- 1 gourde de 2L et/ou une bouteille thermos ou camel bag. Boire est indispensable en randonnée.
- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet.
- 1 boîte type « tupperware » avec couvercle pour les pique-niques.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement 6 nuits en hôtel 3*
- Les petits-déjeuners du J2 au J7
- Les transports des bagages

- Le transfert privé le dernier jour
- Les taxes de séjour
- Le dossier liberté (1 dossier pour 4 personnes contenant la documentation pour la réalisation de la randonnée : cartes, descriptifs...).

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les repas de midi et les repas du soir,
- Les visites éventuelles : le Moulin de Maussane (8€, le J3), le Glanum (9€, le J6) et Saint Paul de Mausole (8€, le J6)
- Le transfert en bus de Maussane à Aureille (3€)
- Les boissons et dépenses personnelles,
- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion,
- Le supplément chambre individuelle,
- les assurances: annulation voyage (4% du montant du séjour). Responsabilité civile obligatoire.
-

