

## COMPTE RENDU D'ACTIVITE N° GT R 43

Date : 17 avril 2005  
Activité : Randonnée  
Lieu : Tour intégral de l'Extrême Bec de Sormiou

15 personnes Présentes : Bernard SELMY, Philippe, Isabelle et Mathilde AUDRY, Lucie NASTOR, Michelle LLEDO, Georges et Alain TUSCAN, Luce VILA, Christian PRIN-ABEIL, Nathalie FERRER, Serge PIERBONI, Françoise et Xavier GRIMALDI et Didier PICHOT.

Je réalise le compte rendu de cette sortie, organisée (de main de maître) par Bernard SELMY et Philippe AUDRY. Je le fais, à titre exceptionnel, par amitié pour eux et aussi à la demande d'une inconditionnelle de mes CR (comme quoi les gens ne sont pas difficiles).

La météo délicate de la veille n'a pas découragé les 15 participants à cette belle ballade confondant les principes de la randonnée aérienne et de l'escalade.

Un premier problème a été vite résolu par les GO, l'accès à la Calanque de Sormiou est déjà interdit le Week-end. Qu'à cela ne tienne, nous sommes partis du Parking de Morgiou pour redescendre à la Calanque de Sormiou. Puis nous avons remonté de l'autre côté, vers le col de lui d'ai (Dur ! Dur ! Pour les genoux, du moins pour les miens).

En arrivant au col, après avoir soufflé un peu et bu un coup (d'eau bien sûr), nous enfilons les baudriers.



Ici, les choses sérieuses commencent. Un premier passage étroit équipé d'un câble surplombe la mer à une bonne soixantaine de mètres de hauteur au dessus de la mer. Les GO installent une corde fixe afin de parer à toute éventualité et garantir ainsi la sécurité de chacun. Ensuite le sentier est plus débonnaire; il suit une sorte de terrasse toujours au-dessus de l'eau jusqu'à la pointe du Bec.

### **Descente vers le Bec par un sentier en balcon**

On passe au pied des secteurs d'escalade de l'Apanau, Ali Baba et de la Tiragne

Après ce petit hors-d'œuvre nous arrivons à l'entrée : Une traversé verticale en escalade équipée par une chaîne finissant par une désescalade de quelques mètres.

Les non grimpeurs apprécient l'endroit surtout Luce qui utilisera tout son courage pour passer ce ressaut qui marque l'entrée dans la Calanque de Sormiou.

Nous reprenons le simulacre de sentier, qui frôle la mer sur une centaine de mètres avant d'arriver enfin au plat de résistance ; un ressaut de 10 m en escalade (4<sup>ème</sup> degrés seulement mais en chaussure de marche).

Aussitôt les GO, assistés des « Tuscan brothers », installent deux moulinettes et tous les participants passeront le pas sans trop de problème.

Installé au milieu de la voie et « vaché » sur un becquet rocheux, je peux vous dire que certains battements de cœurs approchaient le régime des Formules 1.

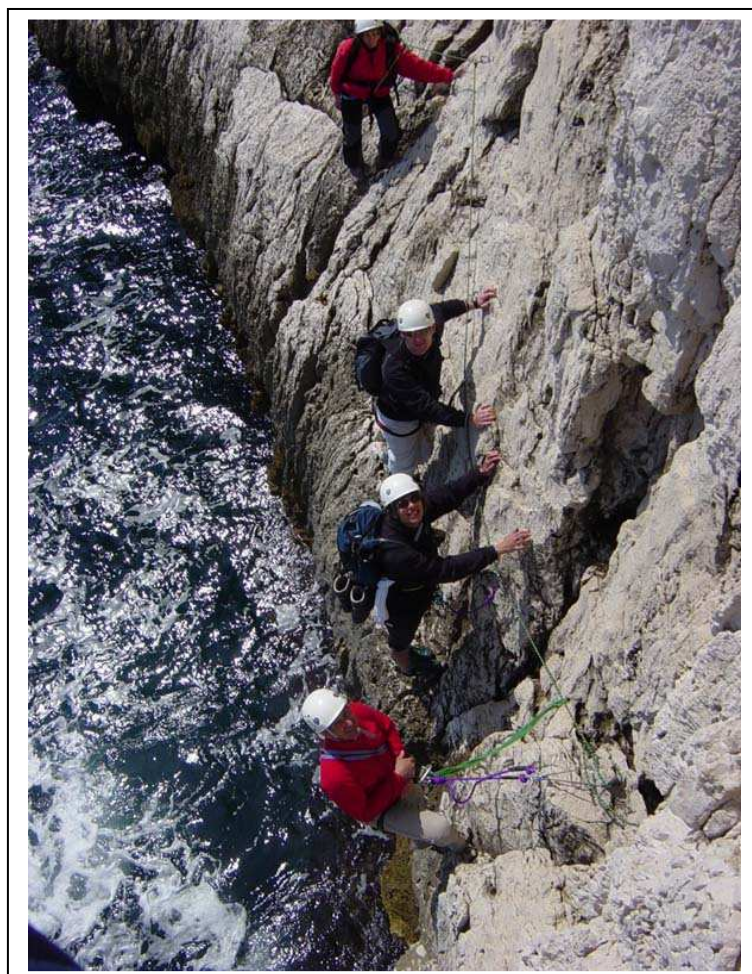
En accompagnement au plat de résistance, nous aurons droit à un autre petit passage d'escalade un peu délicat dans une vague grotte. Après ce passage à la sortie de la grotte, nous sommes abrité du vent et nous déjeunerons.

Juste après le repas, nous reprenons le sentier pour rejoindre le fromage et le dessert ; deux rappels.

Si le premier est facile, un couloir incliné à 45°, le deuxième, un magnifique rappel de 30 m, est beaucoup plus engagé.



**La traversée de l'extrême Bec de Sormiou**



**Départ de la première section d'escalade**

Après une courte portion inclinée, il devient vertical pour finir en rappel pendulaire, c'est-à-dire que les pieds se touche plus le rocher. Tout ce qu'il fallait pour venir à bout du courage de Luce qui arrive au sol tremblante et blême.

Michelle lui offre un peu d'eau pour la reconforter, mais elle tremble tellement qu'elle ne peut pas porter la gourde à ses lèvres. Aussitôt, je lui raconte les quelques blagues débiles qui me passent par la tête et elle finit par réussir à boire un coup.

Et enfin en guise de pousse-café, un dernier petit rappel facile et nous prenons pieds dans la dernière crique avant de quitter cet univers minéral pour retrouver un peu de végétation. Après nous faisons une petite pause, afin d'enlever les baudriers et de se reposer un peu, nous rejoignons rapidement la Calanque de Sormiou.

Michelle hésitera un instant pour faire trempette, mais il est déjà tard et elle n'a pas de serviette ni de rechange. Dommage, un bain aurait terminé en beauté cette magnifique ballade



### **En guise de dessert, un rappel pendulaire de toute beauté**

Ensuite, nous quittons la Calanque en prenant le GR en direction du col de Morgiou et du parking et des voitures.

Les derniers mètres avant de franchir le col seront difficiles, surtout pour les mauvais genoux.

Puis nous finissons par arriver au parking et après quelques minutes de discussion, nous passons aux traditionnels bisous d'adieu, puis nous repartons chacun de notre côté, avec les jambes lourdes mais le cœur rempli de joie...

C'est vraiment une magnifique ballade aussi bien pour les grimpeurs que pour les autres. Les escalades sont faciles et à la portée de tous, à condition de ne pas avoir trop peur du vide ni d'être au dessus de la mer. Nous regrettons que Marie Christine et Dominique aient décidé de déclarer forfait, je suis sûr qu'elles auraient adoré faire cette rando

Pour une fois (n'étant pas organisateur moi-même), je peux me permettre de remercier et de féliciter les GO pour leur organisation sans faille...

Georges TUSCAN