

DOSSIER DE PRESSE - 2024

JETEZ-VOUS À L'EAU !

ACTIVITÉS NAUTIQUES EN PROVENCE



COMMUNIQUÉ DE SYNTHÈSE

En 2024, la voile est à l'honneur en Provence.

Du 28 juillet au 8 août, les JO de Paris 2024 voyageront en Méditerranée, et plus précisément dans la rade marseillaise où seront accueillies les épreuves de voile olympiques. L'occasion de réaffirmer l'histoire et l'identité maritime des Bouches-du-Rhône, de rendre hommage à la qualité et la vitalité de notre littoral.

La Camargue, terre sauvage entre mer et marais ; la Côte Bleue, remarquable milieu marin ; l'Étang de Berre, véritable mer intérieure ; Marseille, capitale de la mer ; Cassis et La Ciotat, concentrés méditerranéens : le littoral des Bouches-du-Rhône s'exprime dans la diversité, à travers une multitude d'espaces naturels exceptionnels. Un des meilleurs moyens de le découvrir ? S'aventurer à l'eau !

Glisser sur les flots, prendre de la vitesse, explorer les fonds marins, se balader à coups de pagaie, fendre l'écume, gonfler la voile, randonner en palmes, tâter de la vague, ramer en rythme, voguer vers l'horizon... C'est toute une palette de sensations et d'émotions qui s'offre à qui s'adonne aux sports nautiques, curieux ou connaisseurs.

Destination mer d'exception, les Bouches-du-Rhône regorgent de spots privilégiés permettant de proposer aux visiteurs un large choix d'activités nautiques à travers le territoire. Kite surf en Camargue, plongée sur la Côte Bleue, wingfoil à Marseille, paddle à La Ciotat, windsurf sur l'Étang de Berre, snorkeling à Cassis, char à voile aux Saintes-Maries, surf à Martigues...

En 2024, en Provence, on se jette à l'eau !



UN LITTORAL D'EXCEPTION

Une terre profondément liée à la mer

Avec 280 kilomètres de côtes, les Bouches-du-Rhône disposent d'un littoral remarquable, à la forte personnalité, caractérisé par une diversité de sites naturels, de paysages et d'écosystèmes. 22 communes littorales, 49 ports, 81 plages, deux espaces protégés (le Parc Marin de la Côte Bleue et le Parc National des calanques), l'un des plus grands étangs salés d'Europe... le département regorge de nombreux atouts l'érigeant en destination mer et nautisme d'exception.

En raison de sa position géographique le long de la Méditerranée, offrant un accès direct à la mer et à ses ressources, le territoire a une longue et riche histoire de navigation, de pêche et de commerce maritime, qui a façonné son identité. Ses nombreux ports ont joué un rôle central dans son développement économique et culturel. De nos jours, bien que l'économie se soit diversifiée, l'histoire maritime continue de se refléter dans les traditions, la gastronomie, l'architecture et le mode de vie des habitants.

© AdobeStock



5 territoires littoraux riches et diversifiés

Une diversité saisissante, un caractère inspirant, une vitalité débordante, le littoral provençal est à l'image du reste du territoire, fort d'une variété de richesses naturelles. 5 identités territoriales se dessinent, aux tempéraments marqués.

Marseille, ville résolument tournée vers la mer

L'Histoire de Marseille est intimement liée à la mer. Entourée d'un cirque collinaire, la coupant de l'arrière-pays et limitant son expansion, la cité phocéenne s'est naturellement tournée vers la mer pour se développer, et n'a cessé depuis d'écrire son histoire à l'encre bleue.

Terre de marins protégés par la Bonne-Mère qui, du haut de sa colline, domine la ville et la Méditerranée, Marseille ne compte pas moins de vingt ports ; du Vieux-Port, plus ancien port de Marseille et symbole de la ville, au grand port maritime, plaque tournante de l'économie marseillaise.

Avec 57 km de façade maritime, de l'Estaque aux calanques, le littoral de Marseille se distingue par son étendue, sa richesse et sa diversité. Plus de 25 plages, de taille et de nature différentes, s'étalent tout au long du littoral, de la plage de Corbières jusqu'aux plages des calanques, offrant de nombreux espaces de baignade, mais aussi de pratiques d'activités nautiques.

Berceau de la plongée subaquatique, Marseille a été le théâtre de nombreuses innovations scientifiques et techniques et de découvertes historiques. Parmi celles-ci, la Grotte Cosquer, véritable trésor préhistorique découvert en 1985 près du Cap Morgiou, par Henri Cosquer, plongeur scaphandrier expérimenté. À 37 mètres de profondeur, au bout d'un tunnel de 137 m de long, la grotte, vieille de 30 000 ans, révèle plus de 480 œuvres peintes ou gravées sur la roche. Vouée à disparaître à cause de la montée des eaux, la grotte Cosquer a fait l'objet d'une reconstitution partielle intégrant ses œuvres pariétales les plus marquantes, permettant aujourd'hui au plus grand nombre d'accéder à ce patrimoine préhistorique unique.

Depuis les années 1950, la plongée sous-marine de loisir s'est particulièrement développée à Marseille. Avec le Parc national des calanques, la cité phocéenne jouit d'un environnement exceptionnel, offrant une riche biodiversité (35% des espèces de la Méditerranée), une faune et une flore abondante, mais aussi de précieux vestiges de l'Antiquité et des épaves de la seconde guerre mondiale.



Cassis & La Ciotat, perles méditerranéennes

Au sud-est de Marseille, à l'entrée du Parc National des Calanques, se dévoilent Cassis et La Ciotat, reliées par les emblématiques falaises Soubeyranes aux couleurs chaudes, se hissant parmi les plus hautes falaises maritimes d'Europe. Depuis leurs sommets, la somptueuse Route des Crêtes, panoramique, révèle une vue imprenable sur le littoral, entre ciel et mer, criques et crêtes. Concentrés de Provence et de Méditerranée, Cassis et La Ciotat offrent un cadre idyllique pour profiter des eaux cristallines de la Méditerranée et de diverses activités nautiques.

Cassis, petit port de pêche, est blottie entre les falaises de la Gardiole et l'imposant Cap Canaille - plus haute falaise littorale de France - aux tonalités ocres et dorées, qui s'avance en belvédère vertigineux au-dessus de la Grande Bleue, face aux calanques. Dans ce décor majestueux, l'atmosphère pittoresque de la ville, avec ses ruelles sinueuses et ses maisons aux volets colorés, évoque le charme authentique des villages de pêcheurs méditerranéens, symboles de vie paisible.

La Ciotat, qui dès l'Antiquité est une étape sur la route maritime des grands navigateurs, a toujours été tournée vers la mer, notamment à travers l'importante activité de ses chantiers navals, faisant partie intégrante de l'ADN de la ville. Sa baie, qui a rejoint en 2019 le cercle très fermé des plus belles baies du monde, offre un panorama spectaculaire. Des calanques de Figuerolles et du Mugel à l'île verte - seule île boisée du département - en passant par l'Anse du Sec et le massif du Bec de l'Aigle, tous sont formés de poudingue, roche rouge ocre reconnaissable entre toutes, faisant ressortir le bleu azur de la Méditerranée.



© A. Blondiaux / Provence Tourisme

La Côte Bleue, un milieu marin riche et protégé

Du bleu à perte de vue. Du bleu turquoise au bleu profond, la Côte Bleue tient son nom de la couleur de son eau. Située au Nord de Marseille, après le quartier de L'Estaque, elle s'étend jusqu'à l'embouchure de l'étang de Berre, le long de la Chaîne de la Nerthe, et est composée de 5 communes : le Rove (Niolon), Ensues-la-Redonne, Carry-le-Rouet, Sausset-les-Pins et Martigues (Carro-La Couronne). Plus de 25 km de côtes naturelles où se succèdent hautes falaises, calanques de calcaire, végétation méditerranéenne, petits ports, plages et criques bordées de pins. Littoral préservé, paysage unique, beauté sauvage, la Côte Bleue possède aussi un remarquable milieu marin.

Du fait de leur situation géographique et écologique, les fonds marins de la Côte Bleue sont très riches. Toutes les biocénoses de la méditerranée Nord-occidentale y sont représentées, le plus grand herbier de Posidonie des Bouches-du-Rhône y est abrité et plus de 246 espèces de poissons ont été recensées, appartenant à 92 familles. Plus de 60 espèces animales marines présentes sont protégées par des accords internationaux, dont 14 au niveau national. Afin de préserver les richesses de ce patrimoine naturel, le Parc Marin de la Côte Bleue a été créé en 1983. Il s'étend sur 19 000 hectares en mer et comprend deux réserves marines intégralement protégées, à Carry-le-Rouet et la Couronne.

Ses fonds marins paradisiaques et ses eaux cristallines font de la Côte Bleue un lieu privilégié pour la plongée et le snorkeling. Ses paysages spectaculaires et son environnement préservé offrent un décor idéal pour les activités de pleine nature et notamment les sports nautiques.



La Camargue, entre Rhône et Méditerranée

Née de la lutte entre le Rhône et la mer Méditerranée, la Camargue est un territoire unique en France. Plus vaste zone humide d'Europe, deuxième plus grand delta de la Méditerranée, s'étendant sur plus de 150 000 ha, la Camargue se distingue en Europe par sa richesse biologique et la diversité de sa faune et de sa flore.

La Camargue bénéficie d'un large panel de protection : 17 espaces naturels protégés par le Conservatoire du littoral, un parc naturel régional (PNR de Camargue), deux réserves naturelles nationales, une réserve de biosphère et une réserve naturelle régionale gérée par la Tour du Valat.

Terre de contrastes et de liberté, au caractère bien trempé, toujours changeante, mouvante, envoûtante, la Camargue dévoile ses multiples visages : rizières, marais salants, plages de sable à perte de vue, lagunes, champs de blé, roselières, étangs... Des paysages marqués par l'horizontalité, l'infinité des espaces et une nature sauvage et préservée.

S'étirant de Port-Saint-Louis-du-Rhône, à l'embouchure du grand Rhône à l'est, jusqu'aux Saintes-Maries-de-la-Mer à l'ouest, où se jette le petit Rhône, le littoral camarguais se caractérise par l'immensité des plages, les kilomètres de sable fin et des dunes parsemées de végétation. Des plages parmi les plus sauvages de France où les étangs, marais et lagunes ne sont jamais loin.

L'Étang de Berre, 2^e plus grand étang salé d'Europe

Véritable petite mer intérieure, l'étang de Berre, d'une surface de 155 km², représente 3% de la surface totale des Bouches-du-Rhône. Son littoral est formé de 75 km de côtes dont 70 % conserve un caractère naturel. Relié à la mer Méditerranée par le canal de Caronte, l'étang est bordé par 10 communes et une diversité de paysages aux forts contrastes ; les rives sud et est, industrielles et urbaines, s'opposant aux rives nord et ouest où alternent pinèdes, garrigues, rives lagunaires, domaines viticoles et villages perchés.

Longtemps pointé du doigt pour sa pollution due à l'industrialisation et une qualité écologique dégradée au milieu du XX^e siècle, l'étang de Berre a connu une amélioration significative de sa situation sanitaire, grâce aux efforts entrepris en matière d'environnement et d'écologie par le groupement d'intérêt pour la réhabilitation de l'étang de Berre (GIPREB). Ses actions s'inscrivent dans une démarche de réhabilitation environnementale du milieu aquatique de l'étang de Berre, avec pour objectif le retour à un écosystème équilibré de lagune méditerranéenne profonde.

L'augmentation de la salinité et l'amélioration de la qualité des eaux ont permis le retour d'une pêche de poissons nobles (soles, dorades, loups...) et l'ouverture de nombreuses plages. L'étang en compte 15. Trois d'entre-elles ont obtenu le Pavillon Bleu, label international répondant à plusieurs critères environnementaux. La qualité sanitaire des eaux de baignade de l'Étang de Berre fait l'objet d'une attention toute particulière, dont la coordination et la gestion sont assurées par le GIPREB. Depuis 2013, la certification «Démarche qualité eaux de baignade» a été obtenue par les communes de l'Étang.

Territoire inattendu, l'Étang de Berre est un lieu d'exception avec un écosystème unique et un terrain de jeu incroyable et sécurisant pour les amateurs de baignade et d'activités nautique, notamment la voile. .



LA PROVENCE, UNE DESTINATION DE RÉFÉRENCE POUR LES ACTIVITÉS NAUTIQUES

En Provence, la pratique des sports et activités nautiques est historique et remonte à plusieurs siècles avec la rame provençale et les joutes nautiques, deux disciplines traditionnelles et emblématiques, toujours pratiquées aujourd'hui et faisant l'objet de compétitions officielles. La voile n'est pas en reste et s'est particulièrement développée depuis la fin du XIXe siècle, avec notamment la création de la Société nautique de Marseille en 1862.

Au cours des XX^e et XXI^e siècles, l'éventail des activités nautiques n'a cessé de s'étoffer et la Provence est aujourd'hui un terrain de jeu infini et privilégié pour qui veut mouiller le maillot. L'étendue et la diversité du littoral, les conditions climatiques favorables, les sites naturels exceptionnels ainsi que la variété et le dynamisme des acteurs du nautisme font des Bouches-du-Rhône un territoire d'excellence pour la pratique des activités et sports nautiques.



Pagayer

Le plaisir de pagayer ou faire de l'exercice tout en se délectant de la nature. Accessibles, réjouissants et permettant d'explorer des zones reculées, le kayak et le stand-up paddle se pratiquent en solo ou en duo, individuellement ou en groupe, en mer ou en eau douce. Tour d'horizon de quelques-uns des meilleurs spots en Provence.

La Côte Bleue, de Niolon à Carry-le-Rouet

Longer les falaises, s'arrêter dans les petits ports de pêche, accéder aux calanques, admirer les viaducs, se reposer dans les criques ou sur une plage... la Côte Bleue est le terrain idéal pour pagayer et prendre le temps, observer et apprécier. Zone protégée, le littoral y est resté majoritairement sauvage et préservé, un paysage à la végétation et aux reliefs méditerranéens à savourer depuis la mer.

L'étang d'Entressen, Istres

Plus confidentiel que l'étang de Berre, l'étang d'Entressen - "Oasis dans la Crau" - offre un cadre inattendu pour une sortie kayak ou paddle, avec en toile de fond la plaine de la Crau et le massif des Alpilles. À l'écart de l'urbanisation, entouré de roselières, il invite à la contemplation et à l'observation des oiseaux, nombreux dans ce lieu d'une grande richesse biologique.

La baie de la Ciotat

Désignée plus belle baie du monde en 2019, La Ciotat offre un décor idyllique pour une sortie en kayak ou en paddle. Sur les eaux cristallines surplombées par la roche poudingue, on admire les remarquables points de vue sur le Bec de l'Aigle et le panorama de la ville, on fait le tour de l'île verte et on explore les moindres recoins secrets, les petites grottes et les endroits inaccessibles à pied.

Pour sublimer l'aventure et pagayer en observant les fonds marins, Azurloc and Go propose des kayaks transparents.



Glisser

La voile sera à l'honneur en Provence en 2024 ! Windfoil, dériveur, catamaran, kite foil... autant de disciplines qui seront pratiquées lors des épreuves de voile des JO2024 à Marseille.

Des sports nautiques auxquels on peut s'adonner toute l'année dans le département, sans oublier les variantes comme le wingfoil, le kite surf ou le funboard.

Le Jaï, Marignane

Bande de terre de 5 km de long et 250 m de large le long de l'Étang de Berre, Le Jaï est un spot de glisse incontournable des Bouches-du-Rhône, reconnu à l'international pour ses conditions de navigation idylliques avec plus de 250 jours de vent – la majorité du temps c'est le Mistral qui y souffle, mais quasiment toutes les orientations de vent y sont exploitables.

Planche à voile, funboard, wingfoil, catamaran, dériveur laser Pico, optimiste, windfoil, kitesurf... de nombreuses options sont possibles, notamment grâce au club nautique marignanaise (créé en 1968) qui dispose de toutes les commodités nécessaires et propose de la location de matériel.

Plage de la Pointe rouge, Marseille

Avec plusieurs clubs de voile implantés sur place, la Pointe Rouge est connue comme l'un des meilleurs spots de windsurf à Marseille. Accessible pour celles et ceux qui souhaitent débiter la discipline, il offre également aux plus confirmés de belles sessions quand le vent du Nord ou du Nord-Ouest souffle fort.

Pour les planchistes et kitesurfeurs de très bon niveau, la plage de l'Huveaune au Prado, spot de freeride par excellence, est une très bonne alternative. Attention, spot à partager avec les surfeurs !

Beauduc, Camargue

Site naturel protégé en Camargue, sur les communes d'Arles et des Saintes-Maries-de-la-Mer, Beauduc dispose d'une des plus grandes plages de sable de Méditerranée. Son caractère sauvage et préservé, donnant une impression de "bout du monde" avec son étendue sauvage, ses dunes et ses lagunes, attire des kitesurfeurs parfois venus de loin. Les conditions météorologiques sont en effet optimales pour pratiquer ce sport de glisse : l'espace est soumis à un fort mistral, au vent du sud-est et aux vents thermiques l'été et l'absence de relief autour du site rend la pratique du kitesurf possible dans quasiment toutes les orientations de vent.

BONUS CHAR À VOILE, SAINTES-MARIES-DE-LA-MER

Aux Saintes-Maries-de-la-Mer, on glisse aussi hors de l'eau : grâce à l'association SNAP (Sport Nature Attitude Project), on s'essaie au char à voile en bordure de la réserve naturelle de Camargue et du Petit Rhône, une aventure unique dans un site exceptionnel et protégé.



Surfer

Balayons les idées reçues : il n'y a pas que la côte atlantique pour surfer ! La Méditerranée offre aussi quelques beaux spots qui raviront les amateurs de glisse, novices ou confirmés.

Carro, Martigues

Au sud de Martigues, direction Carro. Très connu pour la pratique du windsurf, Carro est le spot de vagues de la Côte Bleue. De par sa position géographique sur une pointe rocheuse qui en fait un cap, celui-ci est exposé à de nombreux vents et des houles plus fréquentes. Les vents forts du sud-ouest et d'est, conjugués à la houle, permettent de frapper le haut-fond de la mer, et donc de créer des vagues de plusieurs mètres, pour le bonheur des surfeurs.

Carro, spot plutôt réservé aux surfeurs aguerris, n'est pas le seul endroit où surfer à Martigues. Les plages du Verdon et de Sainte-Croix ravissent de nombreux adeptes de la discipline lorsque les conditions sont réunies.

Plage de la Corniche, Sausset-les-Pins

À l'est du port de Sausset-les-Pins sur la côte bleue, s'étend la plage de la Corniche, la plus grande de la commune, longue de 600 mètres. Côté Menhir, le spot est bien exposé et capte la moindre houle quelle que soit l'orientation du vent. Les vagues y sont souvent de qualité et abordables pour tout le monde. L'Hermitage, second spot de La Corniche, pouvant s'avérer périlleux, est réservé aux surfeurs très expérimentés.

Plage de l'Huveaune, Marseille

Marseille, plus réputée pour ses calanques que pour ses vagues, n'est pourtant pas en reste quand il s'agit de surf. Située sur le Prado, au cœur de la ville, la plage de l'Huveaune est l'un des spots marseillais les plus populaires pour les surfeurs qui s'en donnent à cœur joie lorsque le vent le permet : les jours de mistral, de très belles vagues se forment rapidement et débutants comme surfeurs expérimentés peuvent venir en profiter !

Les surfeurs les plus endurcis peuvent aussi se laisser tenter par la plage de la Verrerie, mais attention aux rochers !



© M. Dzedziak / AdobeStock

Snorkeler

Un masque, un tuba, des palmes et les eaux cristallines de la Méditerranée pour terrain de jeux. Snorkeling (ou randonnée palmée) est une pratique accessible à toutes et à tous, pour laquelle aucune compétence technique, outre la nage, n'est nécessaire. Le monde sous-marin méditerranéen, riche et varié, se dévoile à qui prend le temps de l'explorer.

L'Anse de l'Arène, Cassis

L'anse de l'Arène se mérite. Pour y accéder, il faut descendre un escalier d'une soixantaine de marches irrégulières. Au pied du Cap Canaille, au cœur d'un écrin de nature, la plage se dévoile, entourée de pins. Faite de rochers et de galets, elle est brute, sauvage et préservée. Son eau transparente et limpide invite à prendre le masque et le tuba pour découvrir les fonds marins, regorgeant d'une faune et d'une flore luxuriantes.

Sentier sous-marin de la calanque du Mugel, La Ciotat

L'Anse du Mugel, dont les fonds marins sont de faible profondeur et riches en diverses espèces sous-marines, est idéale pour la pratique du snorkeling. L'Atelier Bleu - CPIE Côte Provençale, association ciotadenne d'éducation à l'environnement, propose en été une exploration accompagnée du sentier sous-marin de la calanque du Mugel, permettant de comprendre le rôle des différents être vivants et leur vocation dans leur milieu naturel. Le guide donne des clefs d'observation et de préservation des fonds marins, en sensibilisant notamment le public sur les espèces en danger.

Plage des Catalans, Marseille

À une centaine de mètres au large de la plage des Catalans à Marseille, 10 œuvres d'art se révèlent aux curieux équipés de masques et tubas. Immersé à 5 mètres de profondeur, ce musée hors du commun n'est pas seulement une prouesse artistique et technique, mais a aussi vocation à préserver la faune et la flore sous-marines grâce aux interactions qui se créent avec les œuvres. Ce musée subaquatique (il y en a seulement 3 en France) s'inscrit dans une démarche pédagogique de sensibilisation aux enjeux environnementaux et à la fragilité des fonds marins.



© AdobeStock

Plonger

Quand on pense plongée en Provence, on visualise immédiatement le Parc National des Calanques, site naturel exceptionnel abritant une incroyable biodiversité et haut lieu de l'archéologie sous-marine. Espace sauvage remarquable, il attire de très (trop !) nombreux visiteurs chaque année et est aujourd'hui un territoire fragile et sous-pression qu'il est nécessaire de préserver et protéger.

C'est pourquoi nous ne souhaitons pas mettre l'accent sur les différents spots de plongée qu'il abrite mais plutôt porter l'attention sur sa surfréquentation, qui pose un véritable défi aujourd'hui.

Heureusement, Le parc des calanques n'est pas le seul lieu privilégié pour plonger en Provence. La Côte Bleue n'a rien à lui envier.

Parc Marin de la Côte Bleue

Joyau de la méditerranée, le Parc Marin de la Côte Bleue, d'une surface de 19 000 hectares, est un lieu exceptionnel et privilégié pour observer la biodiversité marine du littoral provençal. Poissons, crustacés, plantes sous-marines, éponges, coraux, algues... le parc abrite des milliers d'espèces animales et végétales, dont 246 espèces de poissons et 271 espèces d'éponges. Il offre une diversité de sites de plongée : plus d'une cinquantaine sont fréquentés, dont la majorité est située entre les calanques de Méjean et de Niolon.

La Côte Bleue compte de nombreuses structures et clubs de plongée, dont le centre UCPA de Niolon qui est le plus grand centre de formation de plongée en France.



Les JO 2024 en Provence

La flamme olympique rayonnera à travers les Bouches-du-Rhône du 8 au 12 mai 2024

Les Bouches-du-Rhône accueilleront la flamme olympique pour la première étape de son périple en France, qui durera 68 jours. Le 8 mai 2024, la flamme arrivera officiellement à Marseille après la traversée de la Méditerranée à bord du Belem. Jusqu'au 12 mai elle brillera dans tout le département, en traversant 8 de ses communes : **Marseille, Cassis, Miramas, Aix-en-Provence, Port-Saint-Louis-du-Rhône, Istres, Eygalières et Arles.**

Les épreuves de voile à Marseille

Paris 2024 naviguera sur la Méditerranée : les épreuves de voile seront accueillies à Marseille du 28 juillet au 8 août 2024. Ville ouverte sur la mer, avec des conditions de navigation exceptionnelles et un savoir-faire reconnu dans l'accueil et l'organisation de manifestations nautiques, la cité phocéenne est un site idéal pour le déroulement des compétitions olympiques.

10 DISCIPLINES AU PROGRAMME

- > Planche à Voile Femmes - QFoil
- > Planche à Voile Hommes - IQFoil
- > Dériveur Solitaire Femmes - ILCA 6
- > Dériveur Solitaire Hommes - ILCA 7
- > Dériveur Double Femmes - skiff 49^{er} FX
- > Dériveur Double Hommes - skiff 49^{er} FX
- > Dériveur double Mixte - 470
- > Catamaran multicoque mixte - Nacra 17 Foil
- > Formula Kite Femmes
- > Formula Kite Hommes

Marina olympique

Situé dans la baie de Marseille, la Base Nautique du Roucas Blanc bénéficie d'un emplacement privilégié avec un accès direct à la Méditerranée et d'une exposition remarquable sur la Corniche.

Accueillant des activités nautiques et maritimes depuis le 19^{ème} siècle, le bassin du Roucas Blanc dont la base nautique actuelle a été aménagée à la fin des années 70, sera le point de départ des bateaux pendant les épreuves de voile 2024.

À cette occasion, la Marina s'est adaptée aux mesures d'accueil pour une compétition de l'ampleur des Jeux Olympiques. Le projet comprend la réalisation d'environ 7 000 m² de bâti et la réorganisation de 17 000 m² d'espaces extérieurs ainsi qu'un réaménagement du bassin.

À noter : la ville de Marseille accueillera également des matchs du tournoi olympique de football au stade Vélodrome.

CARNET D'ADRESSES – AU BORD DE L'EAU

OÙ DORMIR VUE MER

MARSEILLE

Les Bords de Mer - Labellisé Clé Verte
Tout est dans le nom. Hôtel résolument tourné vers la mer, dont les 19 chambres bénéficient d'une des plus belles vues sur la Méditerranée marseillaise.
www.lesdomainesdefontenille.com/fr/lesbordsdemer.html

Hôtel Nhow - Labellisé Clé Verte
Hôtel 4 étoiles situé sur la Corniche, avec une vue imprenable sur la Baie du Roucas Blanc et la Marina olympique où auront lieu les épreuves de voile olympiques 2024.
www.nh-hotels.com/en/hotel/nhow-marseille

Tuba Club
La mer pour seul vis-à-vis. Cinq cabanons et une villa rivas sur l'eau, à flanc de rochers, à l'entrée du village de pêcheurs des Goudes.
tuba-club.com

LA CIOTAT

Chez Tania, calanque de Figuerolles
Un hébergement atypique datant de 1956, lové au fond de la calanque de Figuerolles, dans un cadre aussi magnifique qu'authentique.
www.figuerolles.com

Hôtel Rose Thé
Hôtel emblématique des années 30 entièrement rénové, un établissement synonyme de l'art de vivre ciotaden.
hotel-rosethe.com

Hôtel Corniche du Liouquet
Hôtel de charme surplombant la Méditerranée, loin du tumulte du centre-ville.
www.hotel-corniche-ciotat.com/

CASSIS

Suites 23
Maison d'hôtes de prestige, dans les hauteurs de Cassis, offrant une vue imprenable sur la mer et le Cap Canaille.
www.suites23.com

Hôtel le Jardin d'Emile
Hôtel de charme face à la plage du Bestouan, bâtisse provençale invitant au farniente.
www.lejardindemile.fr

Les Roches-Blanches - Labellisé Clé Verte
Face à la majestueuse falaise du Cap Canaille, dans un écrin naturel spectaculaire, l'hôtel 5 étoiles des Roches-Blanches, offre une expérience unique de la Méditerranée.
www.roches-blanches-cassis.com

LA CÔTE BLEUE

Hôtel Paradou Méditerranée, Sausset les Pins
Un établissement tout confort et propice à la détente, installé face à la Grande bleue.
www.paradou.fr/Hotel

Hôtel La Tuilière, Carry-le-Rouet
Hôtel familial et indépendant offrant une jolie vue mer sur la Calanque de la Tuilière, au cœur de la Côte Bleue.
hotel-latuilier.com

Camping Les Mouettes, Martigues
À l'ombre des pins, au cœur d'une nature préservée au bord de la mer, un camping 3 étoiles pour des vacances reposantes et familiales.
www.campinglesmouettes.com/

CAMARGUE

Hôtel Casa Marina, Saintes-Maries-de-la-Mer
Simplicité et décontraction dans cet hôtel intimiste vue mer, où l'on se sent comme à la maison.
www.casa-marina.fr

Lodges de Camargue – Natura Expérience, Port-Saint-Louis-du-Rhône
Inspirés des cabanes de pêcheurs, des lodges sur pilotis éco-responsables pour une parenthèse de sérénité.
www.lodgesdecamargue.com

Hôtel Lodge Sainte-Hélène, Saintes-Maries-de-la-Mer
Au cœur du Parc naturel régional de Camargue, sur la presqu'île de l'Étang des Launes, un lieu hors du temps, avec l'eau et la nature pour seul horizon.
www.lodge-sainte-helene.com/fr/hotel-saintes-maries-de-la-mer-camargue

CARNET D'ADRESSES – AU BORD DE L'EAU

OÙ MANGER LES PIEDS (PRESQUE) DANS L'EAU

MARSEILLE

L'Epuisette

Perché sur son rocher dans le petit port de pêche du Vallon des Auffes, le restaurant étoilé (*) est entouré par la Méditerranée, offrant un spectacle sans cesse renouvelé. Le chef Guillaume Sourrieu y propose une cuisine instinctive, naturelle tournée vers la mer et attachée au terroir local.

www.l-epuisette.fr/

Le cabanon de Paulette

Lieu convivial, à la bonne franquette et place de choix au plus proche de la mer, sur la plage de l'Abri-cotier. L'art de vivre à la marseillaise.

www.instagram.com/lecabanondepaulette

Au bord de l'eau

Cadre idyllique dans le petit port de pêche de la Madrague pour ce restaurant à l'ambiance décontractée et chaleureuse. Spécialité : poissons à la plancha.

www.auborddeleau.eu

LA CIOTAT

Le Mugel

Une bonne adresse pour manger les pieds dans l'eau, dans un cadre magnifique, au sein de la calanque du Mugel.

<https://provence-alpes-cotedazur.com/sejourner/restaurants/tous-les-restaurants/le-mugel-la-ciotat-fr-4178895>

La Crique

Vue époustouflante sur le Golfe d'Amour, le restaurant propose une carte entre Terre et Mer.

<https://la-crique.ezeety.com>

L'Escale

Les pieds dans le sable, pour manger sur le pouce des produits frais, avant de prendre un bain.

<https://website--422078438498449403136-fastfoodrestaurant.business.site/>

CASSIS

Le Comptoir de la plage

Sur la plage de la Grande Mer, une paillette élégante pour déjeuner face au Cap Canaille ou prendre l'apéro en savourant le coucher du soleil.

www.comptoirplagecassis.com

La Presqu'île

Entre la Baie de Cassis et Port-Miou, le restaurant propose un cadre enchanteur et une cuisine gastronomique.

www.restaurant-la-presquile.fr

La Villa Madie

Nichée dans l'Anse du Corton, le restaurant étoilé(***) promet une véritable escapade gastronomique face à la Méditerranée.

<https://lavillamadie.com>

CÔTE BLEUE

L'Auberge du Mérrou, Niolon

Restaurant panoramique dans la calanque de Niolon où l'on déguste une cuisine provençale et des spécialités de poissons face à la mer.

<https://aubergedumerou.fr/>

Le Mange-Tout, Ensues-la-Redonne

Convivialité, authenticité et cuisine familiale au cœur de la calanque de Méjean

www.facebook.com/lemangetout/?locale=fr

La Calanque bleue, Sausset-les-Pins

Le spécialiste de la bouillabaisse sur la Côte Bleue. Situé au-dessus de la Calanque du four à chaux, le restaurant propose une cuisine méditerranéenne à déguster yeux dans les yeux avec la Grande Bleue.

www.restaurant-la-calanque-bleue.com/restaurant

ÉTANG DE BERRE

Le Pointu, Istres

Une ginguette sur la plage de la Romaniquette pour déguster des spécialités de la mer au bord de l'eau.

www.facebook.com/lpointu

Les Merveilles, Saint- Chamas

Au bord de l'étang, le restaurant sert une cuisine traditionnelle et généreuse dans un cadre convivial.

www.facebook.com/p/Restaurant-les-Merveilles

Paillette Tchikita Cabana, Martigues

Sur la plage de Ferrières, une invitation à la détente les pieds dans l'étang de Berre !

www.instagram.com/tchikitacabana

CAMARGUE

La Playa...en Camargue, Saintes-Maries-de-la-Mer

Guinguette chic située sur la plage Est des Saintes-Maries, où l'on déguste tapas et plats à base de poissons de la région.

www.laplaya-en-camargue.fr

Le Passe Port, Port-Saint-Louis-du-Rhône

Un restaurant simple proposant une cuisine maison généreuse et de qualité au bord du Rhône.

restaurantlepasseport.com

CARNET D'ADRESSES – AU BORD DE L'EAU

Farniente Plage, Saintes-Maries-de-la-Mer

Plaisir des yeux et des papilles dans ce restaurant raffiné au bord de mer. Cuisine moderne à savourer les pieds dans le sable.

www.farnienteplage.com

OÙ SE BALADER AU BORD DE L'EAU

MARSEILLE

Promenade Corniche Kennedy

Balade urbaine de près de 5 km qui longe le littoral marseillais et offre une superbe vue sur la Méditerranée. De nombreux points d'intérêt jalonnent le parcours. Un dimanche par mois, il est possible de profiter de cette belle promenade sans voitures ("La Voie est libre"), avec pour compagnie le bruit de la mer et des gabians.

www.marseille-tourisme.com/decouvrez-marseille/calanques-plages-et-nature/randonnees/randonnee-le-long-de-la-corniche-kennedy-marseille-7eme-fr-3938337

LA CIOTAT – CASSIS

Sémaphore - Cap Canaille

Au départ du sémaphore du Bec l'Aigle, cette randonnée invite à explorer le massif du Cap Canaille. Le sentier des Crêtes longe les Falaises Soubeyranes et domine la mer. La Méditerranée s'étend à perte de vue, avec un panorama grandiose sur la baie de la Ciotat et de Cassis. Une randonnée de niveau moyen, avec 7,6 km (aller) et 576 m de dénivelé. Pour le retour deux options : emprunter le même chemin, ou choisir de faire une boucle.

www.destinationlaciostat.com/app/uploads/laciostat/2023/07/guide_rando_velo_la_ciotat.pdf Fiche 9

CÔTE BLEUE

Le Grand Sentier de la Côte Bleue

Long de 62 km, le Grand Sentier de la Côte Bleue se parcourt en plusieurs jours de marche. Il se compose de 17 boucles intérieures, de 2 à 12 km de long et de dénivelés différents, permettant de s'adresser autant aux randonneurs aguerris qu'aux familles et randonneurs du dimanche.

Desservie par une voie ferrée reliant 6 gares, la Côte Bleue peut s'arpenter par étapes successives, de gare en gare, en utilisant le TER de la Côte Bleue pour l'aller ou le retour. Notre étape coup de cœur : de Niolon à La Redonne par le sentier des Douaniers.

<https://www.randopassion-cotebleue.fr/randonner-sur-la-c%C3%B4te-bleue>

ÉTANG DE BERRE

Du Ranquet aux Heures Claires, Istres

Tronçon du GR2013, cet itinéraire longe l'étang de Berre par le sentier du littoral, traversant plages, criques et petits ports. Au départ de la plage du Ranquet au sud de la ville d'Istres vers Port des Heures Claires, une balade familiale de 3,2 km sous les pins et au bord de l'eau.

www.istres-tourisme.com/itineraires/gr2013-a10-du-ranquet-aux-heures-claires-istres.html

Tour de l'étang de Bolmon, Marignane

Au milieu d'un site naturel protégé, cette randonnée de 18 km permet de découvrir le Canal du Rove, l'Étang de Bolmon, une partie de la rive Sud de l'Étang de Berre et le secteur du Jaï où se mélangent les eaux de l'étang de Berre, du canal du Rove et de l'étang de Bolmon. Sur le chemin, des observatoires permettent d'observer l'avifaune. Parcours à faire à pied ou à vélo.

<https://etangdeberre.org/randonnee/tour-du-bolmon-a-velo/>

CAMARGUE

Digue à la mer, Saintes-Maries-de-la-Mer

Construite en 1859 pour protéger la Camargue des intrusions marines, la Digue à la mer est aujourd'hui un itinéraire cyclable qui donne accès à près de vingt kilomètres au cœur de la Réserve Nationale de Camargue. Au départ des Saintes-Maries et jusqu'au phare de la Gacholle, on traverse d'étonnantes étendues sauvages de sansouires et de belles lagunes où l'on peut observer toute l'année oiseaux de mer et oiseaux de milieux saumâtres. Un paysage unique en France et une balade incontournable, entre mer et étangs, pour les amoureux de nature sauvage. Pour les plus téméraires, continuer jusqu'à la plage de Beauduc, étendue de sable à l'infini, avec la mer pour seul horizon.

<https://www.saintesmaries.com/experience/la-digue-a-la-mer>

CONTACT PRESSE

Annick Bordeyne Attachée de presse

Email : abordeyne@myprovence.fr

Tél. : +33 (0)4 91 13 84 19

LES OUTILS

Le site www.myprovence.pro

Complet et personnalisé, il est destiné à la presse et aux professionnels du tourisme des Bouches-du-Rhône et met à leur disposition plusieurs outils :

- > L'espace presse qui rassemble nos dossiers et communiqué de presse dédiés à l'actualité Provence Tourisme et à celle de la Destination Provence.
- > La médiathèque avec 2000 images, libres de droit, qui peuvent être téléchargées pour illustrer vos articles de presse.
- > L'espace La Source pour s'abreuver de données sur le tourisme en Provence. Toutes nos études régulièrement mises à jour sont publiées dans cet espace.

Le site www.myprovence.fr

Média touristique incontournable des Bouches-du-Rhône, il concentre le meilleur de la destination sélectionné et raconté par Provence Tourisme, avec les offices de tourisme, les talents et personnalités qui incarnent le territoire.

Sur www.myprovence.fr, à chacun de créer SA Provence, avec ses bonnes adresses, ses coins secrets, ses expériences à vivre...Toujours local, jamais banal !

 @myprovenceofficiel

 @myprovenceofficiel

 Provence Tourisme

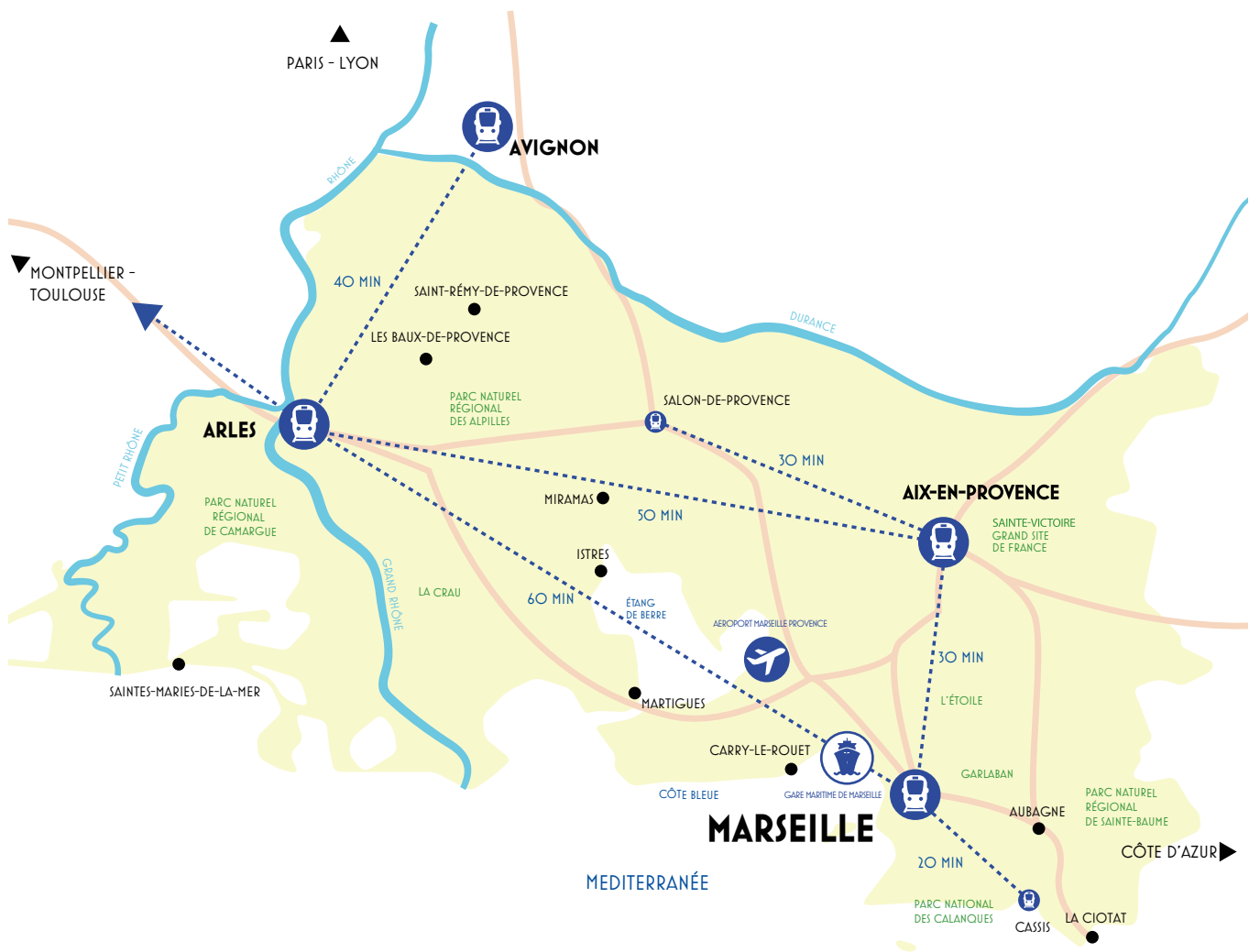
À PROPOS DE PROVENCE TOURISME

Provence Tourisme est l'Agence de développement touristique des Bouches-du-Rhône. Elle met en œuvre la politique touristique du Département et de la Métropole Aix-Marseille-Provence. Sa mission est de renforcer l'attractivité de la destination en respectant l'identité du territoire. Sa vision est celle d'un tourisme pensé comme un levier de développement durable pour toutes les branches de l'économie.

Structurer une offre compétitive, se différencier des autres destinations, faire rayonner la Provence, préserver l'environnement et la qualité de vie des résidents, fédérer derrière un projet collectif de tourisme responsable l'ensemble des acteurs publics et privés du tourisme, tels sont les grands enjeux actuels.

Aujourd'hui, le tourisme est face à de nouveaux défis de préservation, de saisonnalité, d'innovation. Le tourisme en Provence doit changer, évoluer, passer du "encore plus" à "toujours mieux". Provence Tourisme souhaite faire de la Provence la destination n°1 d'un autre tourisme : un tourisme créatif, positif, engagé, inclusif, un tourisme responsable.

Dans le cadre de son engagement, Provence Tourisme s'investit notamment dans la démarche de certification ISO 20121 pour l'ensemble de ses événements, afin de continuer à progresser vers des pratiques plus durables à tous les niveaux de l'organisation des événements, ainsi qu'à une meilleure maîtrise de leurs impacts.



Missionné par le Département des Bouches-du-Rhône,
Provence Tourisme agit en faveur de la coordination
des acteurs et de l'attractivité de la destination.
A retrouver sur www.myprovence.fr

PROVENCE TOURISME
13 rue Roux de Brignoles
13006 Marseille
Tél. +33 (0)4 91 13 84 13
e-mail info@myprovence.fr
web www.myprovence.fr