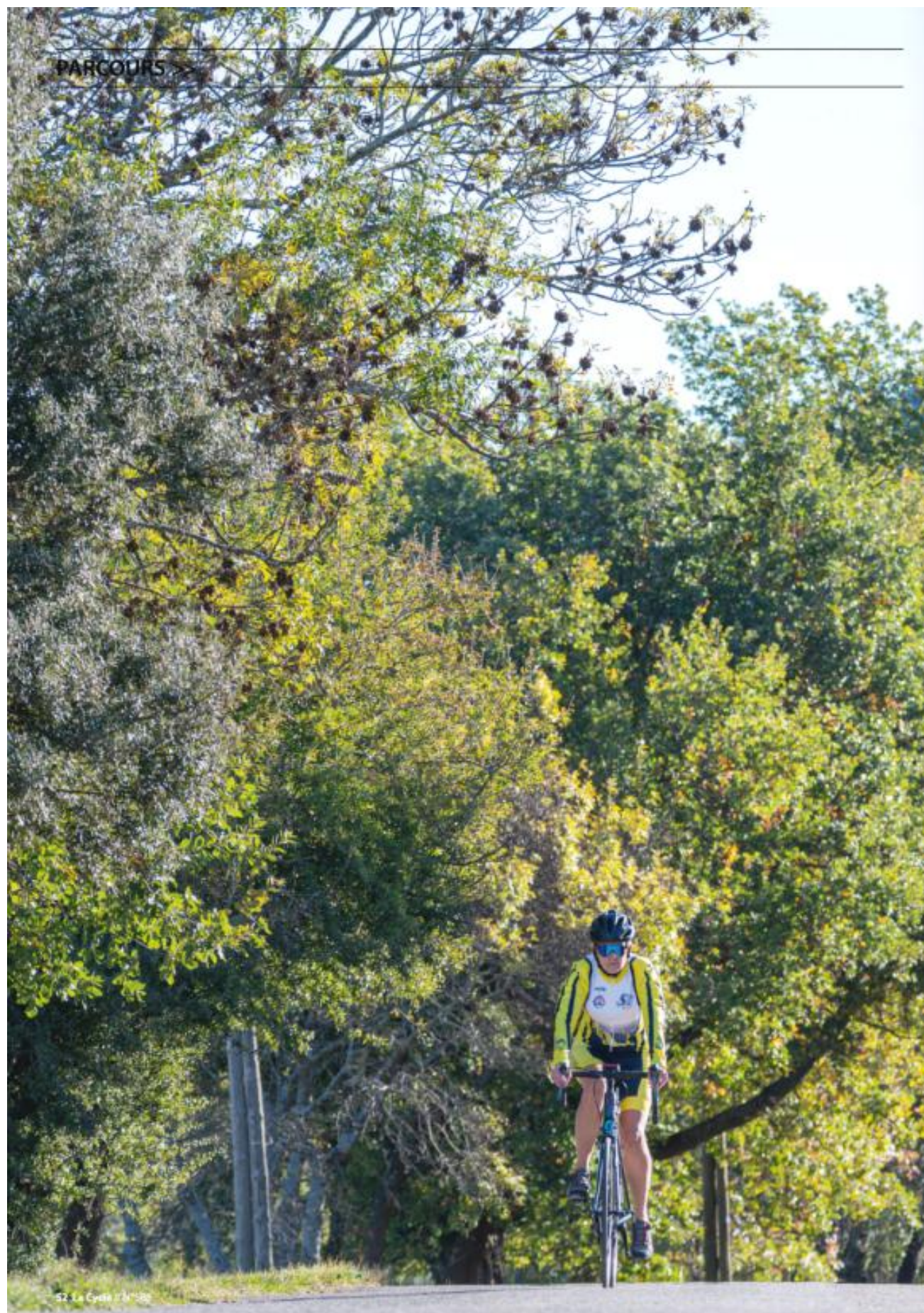




<< PARCOURS

PROVENCE - PAYS SALONNAIS

Balade à l'ombre des oliviers et au pied des vignes

Les environs de Salon-de-Provence proposent un terrain de jeu varié et épanouissant. Dans un décor qui doit en grande partie son charme à l'omniprésence des oliviers et des vignes. Texte et photos B. Boulenger

PARCOURS >> *Provence - Pays salonnais*



Le col de Cèze, avec ses 2,6 km à 7,5 %, exige de basculer sur un petit développement.

Des champs d'olivier à perte de vue, des vignes implantées au pied de collines calcaires aux crêtes déchiquetées, des pinèdes clairsemées et quelques rangées de lavandes, le décor qui façonne le Pays salonnais est typique de la Provence. L'effervescence et la forte urbanisation des Bouches-du-Rhône, troisième département le plus peuplé de l'Hexagone, n'ont pas eu raison de la beauté des lieux. Évoluer dans ce décor de carte postale rappelle les vacances même si certaines ascensions de la chaîne des Côtes n'ont rien d'une partie de plaisir.

Le tour de l'étang de Berre propose plusieurs petites élévations qui relient des promontoires surplombant la vaste étendue d'eau.

UNE VILLE ENTOURÉE DE MOYENNES MONTAGNES

Salon-de-Provence n'a reçu les honneurs d'accueillir une arrivée du Tour de France qu'une seule fois, en 1917.



C'est peu comparé à Marseille ou à Aix-en-Provence, mais à mettre en corrélation avec le faible nombre de villes étapes, sept, que la Grande

Boucle a visitées dans les Bouches-du-Rhône depuis 1947. La plus grande course du monde a beaucoup exploré la Provence mais plus modestement Marseille et ses environs.

À défaut d'être un haut lieu du Tour de France, le Pays salonnais est implanté au cœur d'une véritable terre de cyclisme. Et il ne souffre pas de la proximité de certains incontournables de la Petite Reine que sont, par exemple, le col de l'Espigoulier ou le mont Ventoux. Faute de d'avoir des ascensions hors catégorie, le domaine cyclable qui entoure Salon-de-Provence est suffisamment vallonné pour satisfaire les grimpeurs les plus chevronnés. La chaîne des Côtes, aussi appelée massif des Costes, à l'est, offre des pentes redoutables. Le col de Saint-Anne, avec ses 4 km à près de 6 % et son dernier kilomètre à plus de 9 % ainsi que le col de Cèze, avec ses 2,6 km à 7,5 %, sont réservés aux fanatiques des petits développements et des forts pourcentages. À l'ouest, le massif des Alpilles propose des montées





Le petit parcours, dans les Alpilles, permet d'admirer la tour des Opies à plusieurs reprises.

Provence - Pays salonnais << PARCOURS



La route qui relie Eygalières à Maussane-les-Alpilles chemine entre les vignes et les champs d'oliviers.

À défaut de proposer des ascensions hors catégorie, le domaine cyclable qui entoure Salon-de-Provence est suffisamment vallonné pour satisfaire les grimpeurs les plus chevronnés.

plutôt roulantes et régulières, à l'image de celles qui permettent d'atteindre les communes d'Eygalières et d'Aureille ou d'admirer la tour des Opies qui domine les alentours. Au sud, quelques grimpees très courtes entourent Miramas et pimentent l'accès à l'étang de Berre. À une distance raisonnable de Salon-de-Provence se trouvent également la montagne du Luberon ou la chaîne de l'Étoile, ce qui autorise l'élaboration de parcours avec un dénivelé positif conséquent.

PLACE AU GRAND PLATEAU AUTOUR DE L'ÉTANG DE BERRE

En mettant le cap plein sud, le tour de l'étang de Berre permet de changer de braquet. Et sur une belle distance puisque la lagune méditerranéenne, la deuxième plus importante d'Europe, affiche une superficie de 155 km² et un périmètre de 80 km. Opérer une boucle autour de cette petite mer intérieure ne s'apparente toutefois pas à avaler les kilomètres de plat comme on pourrait le



Vers Le Fangas, le petit parcours offre de beaux panoramas.



La route entre Mouries et Aureille est plate et permet d'activer la récupération.

faire sur le littoral de la mer du Nord ou de l'océan Atlantique, ou dans les proches Camargue et plaine de la Crau. Le tour de l'étang de Berre propose plusieurs petites élévations qui relient des promontoires surplombant la vaste étendue d'eau saumâtre. Et dès que la route s'éloigne réellement des bords de la lagune, la prise d'altitude rappelle que le département des Bouches-du-Rhône est particulièrement escarpé.

De nombreuses communes densément peuplées, Miramas, Istres, Martigues, Marignane et Vitrolles ont été bâties sur les berges de l'étang de Berre. Le trafic automobile foisonnant qui en découle requiert une attention particulière au moment de choisir son parcours. Trouver des routes tranquilles représente un vrai défi sans forcément être impossible, surtout si l'on opte pour une heure ou une journée de faible circulation. Dans une région où le mistral joue un rôle prépondérant, choisir le bon cap à suivre peut également s'avérer utile pour éviter

>>

PARCOURS >> Provence - Pays salonais



Le petit pont qui enjambe la Touloubre permet de rejoindre le magnifique château de La Barben.

>> de s'embarquer dans une sortie inhospitalière. Lorsque toutes les conditions sont réunies, voguer le long de l'étang de Berre procure le même apaisement que l'écoute d'une mer sans remous.

UN PRESTIGIEUX PATRIMOINE CULTUREL ET GASTRONOMIQUE

À l'image de l'ensemble de la côte méditerranéenne, le Pays salonais peut s'enorgueillir de jouir d'un prestigieux patrimoine culturel et gastronomique. Au cours des randonnées, qu'elles soient cyclistes ou pédestres, les monuments historiques enrichissent le paysage. Les châteaux

Lorsque toutes les conditions sont réunies, voguer le long de l'étang de Berre procure le même apaisement que l'écoute d'une mer sans remous.

de l'Empéri, de La Barben, de l'Hauture, le pont Flavien ou l'aqueduc de Roquefavour sont autant d'indices d'une histoire riche de plusieurs millénaires.

Salon-de-Provence est également une place forte de la production du savon de Marseille, activité qui lui a permis de se développer à la fin du XIX^e siècle et au début du XX^e siècle. La production d'huile d'olive, à Maussane-les-Alpilles et à Mouriès, est au moins aussi omniprésente que celle du vin avec le grenache, le mourvèdre, la syrah ou encore le cinsault qui s'épanouissent aussi bien entre le massif des Alpilles et l'étang de Berre que tout le long de la vallée du Rhône. Une fois le vélo remis, la gastronomie provençale offre des conditions idéales pour se détendre entre deux sorties rythmées par les reliefs et les sublimes paysages du pays salonais. ●

Remerciements: Marie-Paule Pasqual et Provence tourisme



Le pied du terrible col Saint-Anne est précédé par un long faux plat montant cheminant au cœur des vignes.



Certaines zones autour de l'étang de Berre restent sauvages et sont bordées par des roselières.



L'impressionnant aqueduc de Roquefavour se voit de très loin et sert à l'acheminement de l'eau de la Durance à Marseille.

Provence - Pays salonnais << PARCOURS

La cartographie des trois parcours

Evolution autour de Salon-de-Provence permet d'affronter de belles pentes dans la moyenne montagne ou d'emmener de gros braquets autour de l'étang de Berre.



1 ALPILLES

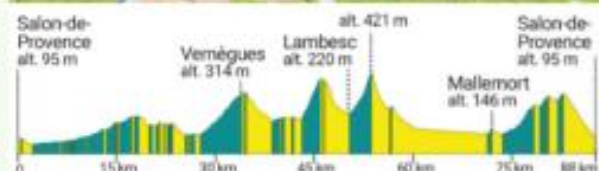
56 km - 580 m D+
IGN N° 31430T et 30430T



Coordonnées GPS <https://www.openrunner.com/route-details/22599930>

2 CHAÎNE DES CÔTES

88 km - 1180 m D+
IGN N° 31430T et 3143ET



Coordonnées GPS <https://www.openrunner.com/route-details/22593293>

3 ÉTANG DE BERRE

121 km - 890 m D+
IGN N° 34130T et 31440T



Coordonnées GPS <https://www.openrunner.com/route-details/22689369>

PARCOURS >> Provence - Pays salonnais

Le guide pratique

>> L'essentiel pour découvrir ce parcours...

Accès

- **Routes:** A6, A7 et A50
- **Gares:** Salon-de-Provence, Aix-en-Provence, Marseille
- **Aéroport:** Marseille Provence

Les curiosités



■ Le château de l'Empéri

Emblème du patrimoine salonnais, le château de l'Empéri a été construit au IX^e siècle sur le rocher du Puech qui domine l'immense plaine de la Crau, à Salon-de-Provence. Plus ancien château fort de Provence encore debout, il abrite notamment le musée des armées, le musée de Salon et de la Crau, le jardin des Simples de Nostradamus.

■ Miramas-le-Vieux

Village provençal et médiéval perché, Miramas-le-Vieux offre un superbe panorama sur l'étang de Berre, une côte sauvage insoupçonnée bordée par le parc de la Poudrerie, ancien site industriel du XVIII^e siècle, devenu un espace naturel exceptionnel et protégé.



■ Salon-de-Provence

La commune bucco-rhodanienne est le deuxième pôle de fabrication artisanale du véritable savon de Marseille. Entre 1870 et 1930, Salon-de-Provence vécut une période extraordinairement florissante grâce au négoce des huiles et du savon. Cette époque de grande prospérité a laissé à la ville un important

patrimoine architectural et un savoir-faire toujours exploité par deux des cinq savonneries traditionnelles qui produisent encore aujourd'hui le véritable savon de Marseille de façon artisanale: Rampal Latour et Marius Fabre.

■ Maussane-les-Alpilles

Situé dans la Vallée des Baux, au pied de la chaîne des Alpilles, et au cœur de vastes oliveraies, Maussane est un agréable village qui offre l'authenticité douce de vivre provençale. Maussane et sa commune voisine Mouries sont les premiers producteurs d'huile d'olive de France. Maussane compte près de 37 000 oliviers et ses deux moulins produisent une huile d'olive AOP d'une qualité exceptionnelle. Pas loin, le pittoresque village Aureille s'étend au pied des Opies, sommet culminant du massif des Alpilles (492 m). Les ruines du château datant du XII^e siècle dominent la cité et offrent une vue surplombant la plaine de la Crau.

■ Le massif des Costes

Situé dans le pays salonnais, le massif des Costes, culminant jusqu'à près de 400 m d'altitude, offre une multitude de balades en collines. Au cœur de celui-ci se nichent cinq petits villages qui méritent le détour: La Barberie, Vernègues, Pelissanne, Alleins et Aurons. Ce dernier est un joli village pittoresque qui a su garder son âme provençale. Sur la colline culminant la cité, se trouvent les ruines du château Castelas, ancienne place forte au Moyen Âge, qui offrent un beau panorama.

■ Le Miroir aux Oiseaux

Symbole de la ville de Martigues, le charmant petit port du Miroir aux Oiseaux a inspiré de nombreux artistes. Ses maisons colorées et ses barques alignées évoquant le Martigues d'autan en font un endroit paisible où flâner. Autrefois, les pêcheurs y amarraient leurs « bettes » de 6 m de long (barque de pêche côtière traditionnelle à fond plat). C'était le lieu le plus animé de la ville.



Les bonnes étapes

- **Salon-de-Provence:** La Maison d'été, 34 rue Maréchal-Joffre. Tél.: 0490 56 01 96 €€
- **Aureille:** Le Mas de l'Étoile, 6 avenue Saint-Roch. Tél.: 06 86 66 28 59 €€€
- **Alleins:** La Re-source, 223 cours Victor-Hugo. Tél.: 06 63 22 39 66 €€€
- **Martigues:** Le Clair Hôtel, 57 boulevard Marcel-Cachin. Tél.: 04 42 13 52 52 €€

Les bonnes tables

- **Salon-de-Provence:** La Bergerie, place du Puits-du-Mouton. Tél.: 06 23 29 03 25 €
- **Maussane-les-Alpilles:** Bistrot Jojo, 45 avenue de la Vallée-des-Baux. Tél.: 04 90 93 60 62 €€
- **Pelissanne:** La Bastide du Moulin à Poivre, 3 rue Eugène-Pelletan. Tél.: 04 90 55 30 51 €€
- **Martigues:** Le Garage, 20 avenue Frédéric-Mistral. Tél.: 04 42 44 09 51 €€€

Les vélocistes

- **Sénas:** Unik Cycles, 27 avenue Jean-Jaurès. Tél.: 04 90 50 57 58
- **Istres:** Bicimania, 9 rue des Ferronniers. Tél.: 06 02 22 39 84
- **Salon-de-Provence:** Générations Vélos, 334 rue des Patres. Tél.: 04 90 56 20 28

Les adresses utiles

- **Office de tourisme de Salon-de-Provence.** 71 place du Général-de-Gaulle. Tél.: 04 90 56 27 60
- **Office de tourisme du massif des Costes.** Parc Roux de Brignoles, à Pellissanne. Tél.: 04 90 55 15 55
- **Office de tourisme intercommunal Alpilles en Provence.** Place Jean Jaurès, à Saint-Rémy-de-Provence. Tél.: 04 90 92 05 22.

Les guides

- **Provence, coll. « Le Routard »** éd. Hachette
- **Provence, coll. « Guide Vert »** éd. Michelin

Événements et séjours

- Deux cyclosporives se déroulent dans les Bouches-du-Rhône: les Bosses de Provence et le Raid des Alpilles. La 31^e édition de la première épreuve citée, organisée par le Vélo Club La Pomme Marseille et soutenue par le Département, se déroulera le 27 septembre 2026. Le parcours principal affichera un dénivelé positif de 2 400 m pour une distance de 151 km avec un passage par le col de l'Espigoulier. Deux autres tracés de 93 et 50 km seront également au programme.



La 6^e édition du Raid des Alpilles se tiendra le 18 octobre 2026 au départ de Maussane-les-Alpilles. L'épreuve proposera deux tracés route et un autre gravel. Le parcours principal affichera un dénivelé positif de 1 350 m répartis sur une distance de 126 km. Fin mai, aura lieu la randonnée les Six Saintes au départ de Gémenos. Une à six montées de la Sainte-Baume, dont le col de l'Espigoulier, seront programmées suivant la distance des parcours, comprise entre 42 km (760 m de D+) et 152 km (2 800 m de D+). Cette cyclo est également organisée par le VC La Pomme Marseille.