

Sentieri di Provenza  
(L'entroterra di Marsiglia)

## Il Massif de la Sainte Baume

Una lunga barra rocciosa ad est di Marsiglia



**Sviluppo:** Foresteria dei Padri Domenicani – Col du St. Pilon – Mont St. Pilon

**Dislivello:** 300 m in salita

**Difficoltà:** E

**Lunghezza:** 5,8 Km (A/R)

**Ore di marcia:** 2.30 (salita e discesa)

**Periodo consigliato:** primavera - autunno

**Accesso:** in auto dall'Italia superiamo la barriera autostradale della A10 di Ventimiglia, proseguendo in direzione di Aix an Provence (Autostrada A8-E80).

Poco prima di Aix, si prende l'autostrada A52 per Aubagne. Da qui si prosegue per Gemenois, fino ad arrivare a nord-est del paese il Col dell'Espigoulier. Superato il valico, scendiamo verso Plan d'Aups e poco oltre all'Hotellerie La S.te Baume, dove lasciamo la macchina.

Il Massif de la Sainte Baume è una particolare emergenza rocciosa, lunga 12 Km, quasi appiattita, intorno ai 1000 m di quota, che nel versante nord si tuffa con una falesia alta 150 metri. Tale massiccio è un vero serbatoio d'acqua, dove nascono alcuni dei maggiori corsi d'acqua della Provenza meridionale.

Il complesso montuoso ospita inoltre alcuni manufatti religiosi, tra cui una chiesetta ricavata da una grotta, ed alcuni oratori votivi.

Partendo dalla **foresteria** gestita dai Padri Domenicani, seguiamo accanto ad una recinzione in direzione est. Poco dopo la strada diventa sterrata, con una salita decisa verso il massiccio sovrastante.

Attraversiamo ora un fitto bosco, con ai lati un'esile recinzione fatta di lunghi rami d'albero. Alcuni oratori, simili a piccole stazioni della Via Crucis, e una sorgente costituiscono le attrattive del percorso.

La strada sale in maniera diretta alla **grotta – santuario**, che merita sicuramente una visita, per la lunga storia che tale luogo di culto ha alle sue spalle.

Le prime notizie certe relative alla grotta risalgono al V sec, come luogo di culto per la venerazione di Santa Maria Maddalena, che fece tappa qui nel suo itinerario apostolico.

Luogo obbligato per i pellegrini, che dall'Italia si dirigevano al Santuario di S.Giacomo di Compostella, è stato via via arricchito con manufatti artistici ed architettonici, non ultima la scalinata di 150 gradini che porta alla grotta.

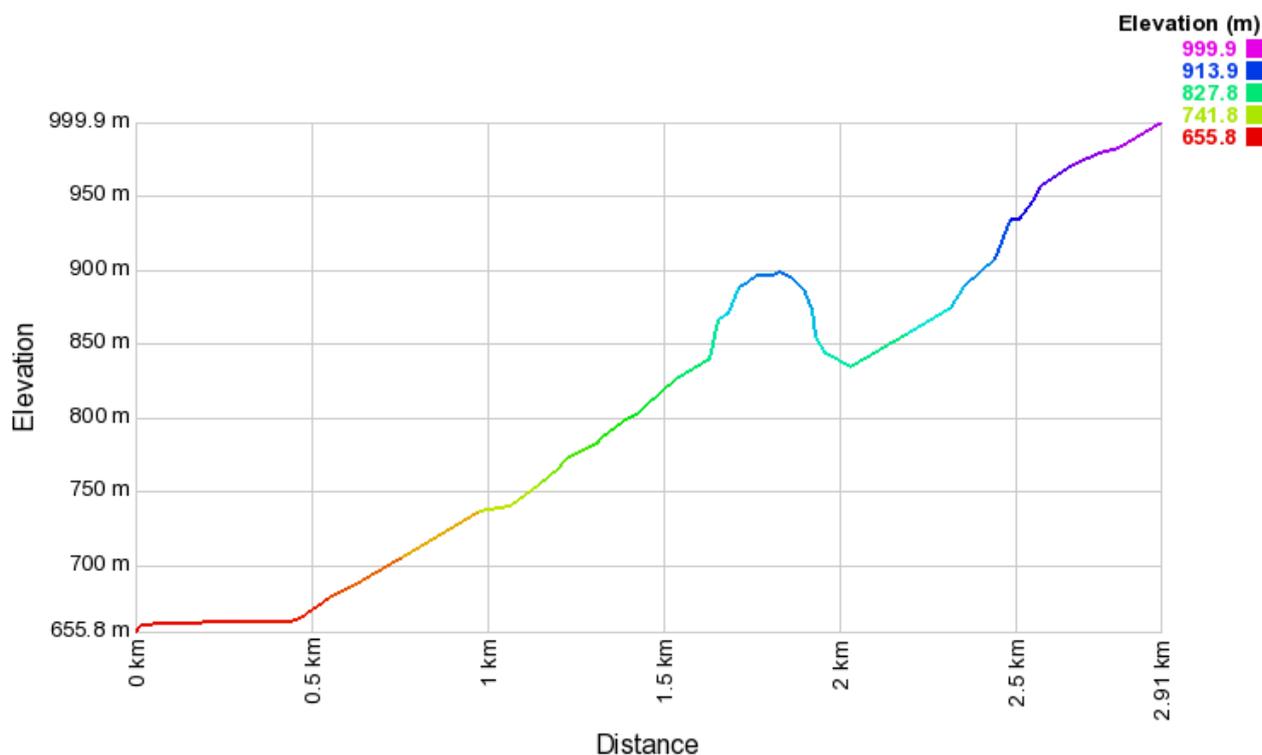
La strada per il massiccio invece, si distacca sulla sinistra, con un sentiero via via sempre più accidentato.

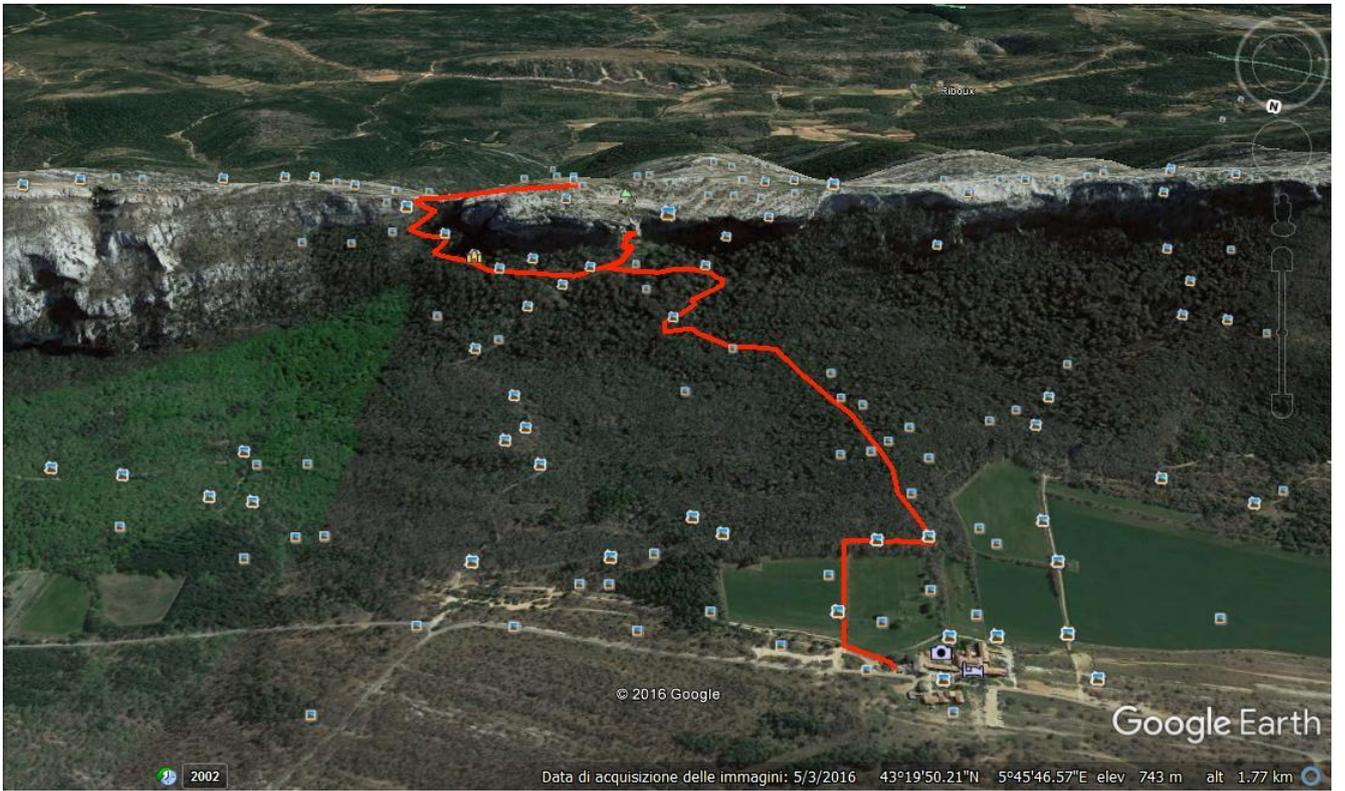
Ancora un passaggio su roccia e siamo giunti al **Col du St. Pilon** (952 m), dove si apre il panorama verso sud, e la costa provenzale. Una piccola salita verso ovest ci permette di salire alla vetta del **Mont St. Pilon** (1000 m - foto), dove troviamo una piccola cappelletta. La discesa avviene sullo stesso percorso dell'andata.

**Un consiglio:** prestare la massima attenzione nel percorrere la strada cementata per il santuario in caso di temperature basse, poiché essendo ricca d'acqua la stessa si trasforma in un pericoloso scivolo di ghiaccio.

**Riferimento cartografico:** carta Michelin n° 114 (Cote d'Azur) – scala 1:100.000 – carta VAL

**Verifica itinerario:** 3 gennaio 2004





© Marco Piana 2017