

CALANQUES: KLETTERN ÜBER DEM MEER

18. BIS 25. APRIL 2026 | 26. SEPTEMBER BIS 3. OKTOBER 2026 | 17. BIS 24. OKTOBER 2026



Auf der Aiguille de Sugiton mit Blick auf die Grande Candelle

KLETTERFERIEN UND ENTDECKUNGSREISE DURCH DIE SCHÖNSTEN BUCHTEN DER CALANQUES ZWISCHEN MARSEILLE UND CASSIS: LES GOUDES, SORMIOU, LA MELETTE, MORGIOU, SUGITON U.A.

Calanques ist ein magisches Wort. Ein Wort das die Gedanken anregt. Ein Wort aus Stein und Licht, viel Sonne und feinen Düften, von Salz und Wind. Ein Wort zwischen dem Kontrast der kargen Landschaft und überschwänglichen Gefühlen. Die Buchten der Calanques zwischen Marseille und Cassis gehören zu den Traumzielen für jeden Genusskletterer. Der steile, weisse und zumeist sehr rauhe Kalk bildet einen starken Kontrast zur unendlichen Weite des Meeres. Die spezielle Vegetation, die ursprüngliche Küstenlandschaft und jeden Tag ein anderes Klettergebiet werden dich begeistern.

**LEBE
DEINE
TRÄUME**

Deine Vorteile und unsere Leistungen auf einen Blick

Organisierte Reise ab Bellinzona mit Bus der Bergsportschule
Besuch der schönsten Klettergebiete in den Calanques
6 Klettertage am oder über dem Meer
Abendessen in den Restaurants am Hafen von Cassis
Gute Gebietskenntnisse, hier klettern wir seit über 30 Jahren

4 - 6 Teilnehmende pro Bergführer, 7 Nächte in Bungalows mit Doppelzimmer und Frühstück, Zwischenverpflegung beim Klettern, Kletter-Ausrüstung leihweise falls benötigt, Bergführertarif, organisierte An- und Rückreise
CHF 1390.00 pro Person

Technische Anforderung leicht
Konditionelle Anforderung einfach

Gewünschte Erfahrung: Viel Freude an der Natur und am Klettern in Ein- und Mehrseillängen. Klettererfahrung im Schwierigkeitsgrad 5a mit Erfahrung im Vorstieg erwünscht. Die Woche eignet sich aber auch ideal für Einsteiger oder zur Auffrischung der Klettertechnik.

DIE CALANQUES SIND EIN EINZIGARTIGES ÖKOsystem. ES GIBT FAST KEINEN BODEN, DIE PFLANZEN SIND IN DEN FELSSPALTEN UND RISSEN IM GESTEIN VERANKERT. DAS KLIMA IST TROCKEN, UND DIE VORHANDENE FEUCHTIGKEIT STAMMT IM WESENTLICHEN AUS DER VERDUNSTUNG DES MEERWASSERS, WAS EINE EINZIGARTIGE FLORA UND FAUNA ZUR FOLGE HAT.

Allgemeine Information

Stell dir vor, du kletterst am weissen, griffigen Kalk, die Frühlings- oder Herbstsonne wärmt deinen Rücken, die leicht salzige, erfrischende Brise prickelt auf deiner Haut und dein Blick gleitet über schroffe Felsen hinaus auf das azurblaue Meer.....das ist Plaisirklettern in den Calanques! In den Buchten des felsigen Küstenstreifens zwischen Marseille und Cassis finden sich über 3000 Routen verschiedener Länge in allen Schwierigkeitsgraden.

Vorgesehenes Reiseprogramm

Samstag: Treffpunkt beim Bahnhof Chur um 08.00 Uhr oder beim Bahnhof Bellinzona um 09.42 Uhr. Gemeinsame Fahrt mit dem Bus der Bergsportschule nach Cassis und Bezug unserer Unterkunft in der Ferien-Siedlung Shangri-La in Carnoux. Abendessen in Cassis und Besprechung des ersten Klettertages.

Sonntag bis Freitag: Gemeinsam werden wir jeweils unser Klettergebiet für den Tag und das Programm festlegen. Die Calanques Sormiou, Morgiou, Sugiton, les Goudes und das Gebiet Melette mit ihren verschiedenen Klettergärten sind alle einen oder mehrere Besuche wert. Die Anfahrt erfolgt jeweils von Carnoux aus mit dem Bus der Bergsportschule. Die Klettereien sind vielseitig und abwechslungsreich. Direkt über dem Meer gelegene Klettergärten wechseln sich ab mit Mehrseillängenrouten. Je nach Klettergebiet führt uns ein kurzer oder noch kürzerer Zustieg durch eine wilde und intakte Naturlandschaft zu unseren Traumfelsen. Nach dem Klettern erfrischen wir uns beim Baden im Meer und/oder geniessen einen Pastis und eine feine Glace in den Bistros von Cassis, Callelongue, Marseille oder in den Buchten der Calanques.

Abends besuchen wir die Restaurants im Hafen oder im Städtchen von Cassis oder im Hinterland der Calanques.

Samstag: Nach dem frühen Aufstehen machen wir uns auf die Heimreise in die Schweiz. Ankunft in Bellinzona im Verlauf des frühen Nachmittages. Abschluss der Kletterwoche und individuelle Heimreise.

Nebst dem Besuch der lohnendsten Klettergebiete vergessen wir die Ausbildung nicht ganz. Während der Woche behandeln wir diverse Themen wie Abseilen, Sichern, Einrichten von Standplätzen, Verbessern der individuellen Klettertechnik usw. Nach dem Klettern haben wir Gelegenheit, das schöne Städtchen Cassis zu besuchen oder uns beim Baden zu erholen.



Bei Sonnenuntergang im schönen Sektor l'Apanaù

Unterkunft

Wir übernachten die ganze Woche in der Ferien-Residenz Shangri-La in Carnoux. Die Unterkünfte verfügen jeweils über Duschen/WC und 4 Betten in zwei Zimmern pro Haus.

Infos im Internet unter www.odalys-vacances.fr

Treffpunkt

Du triffst dich mit unserem Bergführer am Samstag um 08.00 Uhr beim Bahnhof Chur oder um 09.42 Uhr beim Bahnhof Bellinzona.

Anreise/Bahn билет/Transportkosten

Von deinem Wohnort nach Chur oder Bellinzona und retour. Ab Chur oder Bellinzona ist die Reise mit dem Bus der Bergsportschule organisiert. Die Transportkosten ab Chur oder Bellinzona (Benzin, Autobahngebühren etc.) belaufen sich auf CHF 290.00 pro Teilnehmer und werden zusammen mit dem Kurspreis in Rechnung gestellt.

Verschiedenes

Wissenswertes und spannendes über die Calanques erfährst du im Internet unter www.marseille-tourisme.com



Die Bucht von Sormiou bei herrlicher Abendstimmung

IN DER CALANQUE VON MORGIOU LIEGT DIE HENRY-COSQUER-HÖHLE, IN DER MAN – 35 METER UNTER DEM WASSERSPIEGEL – HÖHLENMALEREIEN FINDET, DIE AUS DER ZEIT ZWISCHEN 27'000 UND 19'000 VOR CHRISTUS STAMMEN UND BISONS, PFERDE, STEINBÖCKE, ABER AUCH MEERESTIERE WIE ROBBEN UND PINGUINE DARSTELLEN.

Bekleidung

Kletterhosen lang und kurz
Soft Shell oder Fleecejacke
Regen- oder Gore Tex Jacke
T-Shirts und Pullover
Badeanzug und Badetuch
Ersatzkleider

Diverses

Schuhe mit gutem Profil für die Zustiege
Rucksack mit Hüftgurt (20-30l)
Sonnenbrille
Sonnen- und Lippencreme, Sonnenhut
Trinkflasche
Taschenmesser
LED Stirnlampe
Heftpflaster und Compeed
Ev. Fotoapparat und Feldstecher
Identitätskarte oder Pass
Euro in bar
Fotoapparat, eventuell Filmkamera
Trekkingstock faltbar oder Teleskop

Technische Ausrüstung

Klettergurt mit 3 HMS-Karabinern (Schraubkarabiner)
Kletterschuhe
Kletterhelm
10 Expressschlingen, 1 Bandschlinge 60 cm und 120 cm
1 Selbstsicherungsschlinge (Nabelschnur)
Abseilgerät mit Prusikschlinge
Sicherungsgerät (unterstützter Tuber oder Halbautomat)
Magnesiumbeutel mit Magnesium

Landeskarten und Literatur (nur zur Information, für die Touren nicht nötig)

Kletterführer Escalade Les Calanques
Karten IGN 1:50'000 Provence de Calanques en Collines und 1:15'000 Les Calanques de Marseille à Cassis
Empfehlenswerte Bergliteratur im Internet:
www.pizbube.ch

Verpflegung

Bei deiner Reise ist das Frühstück und die Zwischenverpflegung beim Klettern inklusive.

Die Zwischenverpflegung kaufen wir vor Ort, individuelle Wünsche werden berücksichtigt. Die Getränke während dem Klettern (Mineral- und Süßwasser) sind für dich inbegriffen.

Abendessen werden wir in den lokalen Restaurants in Cassis.

Übernachtung

Bekleidung für den Aufenthalt im Haus und in der Stadt
Ohropax Ohrenpfropfen für Sensible
Toilettenartikel

Leihmaterial (welches wir dir gerne kostenlos zur Verfügung stellen)

Klettergurt mit Schraubkarabinern
Helm
Kletterschuhe
Express-, Band- und Selbstsicherungsschlinge (Nabelschnur)
Abseilgerät mit Prusikschlinge
Trekkingstock faltbar oder Teleskop



Der Bec de Sormiou mit dem Sektor Tiragne



Mittagspause mit Blick auf die Ile Riou und Ile Jaïre