



SECTION RANDONNEE

Tel : 06 80 23 52 35

## RANDONNEES PEDESTRES – 2ème trimestre 2018

TOUS LES DEPARTS SE FONT DE LA PLACE ST CHRISTOPHE A LA TOUR D'AIGUES ET LES DISTANCES SONT EVALUEES JUSQU'AU POINT DE DEPART RANDONNEE ET RETOUR

COTATIONS PAR DIFFICULTES : PENIBILITE

TECHNIQUE Rien si pas de technique

P1 SENTIER PLAT SUR TERRAIN AGREABLE

T1 SENTIER EN BALCON OU PASSANT DANS DES ROCHERS FACILES

P2 LONG TRAJET AVEC DENIVELLATIONS FREQUENTES

T2 SENTIER AVEC RESSAUTS EXPOSES

P3 SENTIER AVEC PASSAGES PENIBLES

T3 RESSAUTS ROCHEUX PARFOIS EQUIPES ET DELICATS

*Participation de 0,05€ par km et par personne transportées pour le covoiturage (péage partagé en sus)*

La participation de chacun aux randonnées proposées s'effectue sous sa propre responsabilité : la personne doit apprécier ses capacités personnelles et sa résistance physique afin d'être en adéquation avec la cotation de la randonnée, les sorties étant organisées par des accompagnateurs bénévoles, ceux-ci ne peuvent être tenus responsables.

**DATE : DIMANCHE 8 avril**

DEPART : 8h00 - DUREE : 4h30 - LONGUEUR : 18km - DISTANCE AR : 72km - COVOITURAGE : 3,6€

DENIVELLE : 600m - COTATION : P1P2 - ACCOMPAGNATEUR : Bernard LACROIX 06 86 89 98 87

DESCRIPTION : **GREOUX (04)**.

Du château des Templiers à l'ancienne Draille des Troupeaux.

Carte IGN

**DATE : DIMANCHE 15 avril**

DEPART : 8h00 - DUREE : 5h00 - LONGUEUR : 11km - DISTANCE AR : 210km - COVOITURAGE : 10,5€ + péage

DENIVELLE : 860m - COTATION : P2 - ACCOMPAGNATEUR : Bernard LACROIX 06 86 89 98 87

DESCRIPTION : **LA LAME DE FACIBELLE (13)**

Départ sur la D922, après Esclangon, ascension le matin jusqu'au déjeuner, puis redescente avec un superbe panorama sur la vallée.

Carte IGN

**DATE : DIMANCHE 22 avril**

DEPART : 8h00 - DUREE : 5h00 - LONGUEUR : 10km - DISTANCE AR : 200km - COVOITURAGE : 10€

DENIVELLE : 800m - COTATION : P2T2 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 04 90 07 76 24 / 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : **BELVEDERE DU RANCOUMAS - GORGES DU VERDON (04-83)**

Départ parking point Sublime. On descend au belvédère pour admirer les Gorges et le départ du sentier Martel, puis jusqu'au Verdon pour traverser par le pont du Tusset (pont romain). Sur l'autre rive, montée raide par le GR49 en forêt avec des ouvertures vous laissant apercevoir les gigantesques falaises de calcaire du site, comme le sommet «Les réglés» qui culmine à 1447 m. On quitte ensuite le GR pour entrer dans une descente sur plusieurs dizaines de mètres. La végétation disparaît doucement pour laisser place à un plateau avant de vous retrouver au pied de la falaise: le belvédère du Rancoumas (vertigineux). Le paysage est totalement dégagé nous permettant de contempler le village de Rougon et le versant opposé de la falaise ... Si vous êtes patient, vous pourrez certainement apercevoir quelques vautours en approche de leur nid naturel creusé par l'eau et le vent dans la falaise. Ce lieu est impressionnant et magnifique. Le retour de cette randonnée se fera facilement par le même chemin, la seule épreuve étant la remontée au véhicule après le passage du pont.

Pas de difficulté technique. Du dénivelé mais randonnée courte en distance. Jamais réalisée au sein du club. Bâtons et jumelles recommandés.

Très exceptionnellement beau.

Carte IGN

---

**DATE : SAMEDI 28 avril**

DEPART : 8h30 - DUREE : 4h30 - LONGUEUR : 18km - DISTANCE AR : 60km - COVOITURAGE : 3€

DENIVELLE : 400m - COTATION : P1P2 - ACCOMPAGNATEUR : Bernard LACROIX 06 86 89 98 87

DESCRIPTION : **MONJUSTIN - MONFURON**

Traversée de la réserve géologique du Luberon. Possibilité de visiter le Moulin à Vent de Monfuron (2€), à partir de 15h (à confirmer).

---

**DATE : DIMANCHE 6 mai**

DEPART : 8h00 - DUREE : 6h30 - LONGUEUR : 18km - DISTANCE AR : 160km - COVOITURAGE : 8€

DENIVELLE : 1000m - COTATION : P3T2 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 04 90 07 76 24 / 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : **SENTIER DU BASTIDON – GORGES DU VERDON (04) :**

Départ parking belvédère de Mayreste. On fait tout de suite la partie difficile du ravin du Brusç (passages câblés), puis cime de Barbin.

On rejoint la Palud, puis descente le long du ravin de Mainmorte, suivi du sentier du Bastidon, en finissant par le belvédère de

Mayreste. Randonnée exigeante, mais facile techniquement malgré les passages câblés, peu de risque de vertige dû à la densité de la végétation. Très beau panorama sur la plupart du parcours. Prévoir de l'eau en quantité suffisante

---

**DATE : DIMANCHE 13 mai**

DEPART : 8h00 - DUREE : 6h00 - LONGUEUR : 17km - DISTANCE AR : 150km - COVOITURAGE : 7,5€

DENIVELLE : 600m - COTATION : P2T2 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 04 90 07 76 24 / 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : **LES CRETES DU MOURRE D'AGNIS AU DEPART DE MAZAUGUES (83)**

Départ parking Saint Victor, on rallie le village de Mazaugues par la route goudronnée, puis montée et cheminement en crête (passages rocheux) jusqu'au Mourre d'Agnis. Pique-nique avec vue à 360°. Descente courte mais très raide, puis cheminement en forêt et retour au hameau Saint Victor. Vues magnifiques sur la ligne de crête. Période de floraison des asphodèles et iris sauvages. Pas de difficulté technique.

---

**DATE DIMANCHE 20 mai**

DEPART : 8h00 - DUREE : 6h00 - LONGUEUR : 14km - DISTANCE AR : 200km - COVOITURAGE : 10€

DENIVELLE : 800m - COTATION : P2T2 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 04 90 07 76 24 / 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : **GRAND MOURRE, PETIT MOURRE ET MOURRE DE CHANIER PAR LE PORTAIL DE BLIEUX (Verdon)**

Départ de la Chapelle Saint-Pierre, puis portail de Blieux, direction Mourre de Chanier par la seule cheminée franchissable sans

escalade (donc sans danger). Arrivé au sommet du grand Mourre, on suit le plateau jusqu'au petit Mourre (aller-retour 10min), puis

Mourre de Chanier, retour directement à la chapelle Saint-Pierre. A partir du portail de Blieux, le circuit se fait en dehors des sentiers

balisés. De très belles vues panoramiques à 360°. Pas de difficulté technique, mais passages rocheux en crête.

---

**DATE : DIMANCHE 27 mai**

DEPART : 8h00 - DUREE : 6h00 - LONGUEUR : 13km - DISTANCE AR : 210km - COVOITURAGE : 10,5€ + péage

DENIVELLE : 1150m - COTATION : P2T2 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 04 90 07 76 24 / 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : **LES SOMMETS DE COUARD ET DE CUCUYON PAR LE PAS D'ARCHAIL (04)**

Le départ se fait à Archail, petit village à 13km de Digne, auquel on accède par une route, déjà magnifique, qui longe le torrent du Bouinenc. Randonnée dans la partie nord de la montagne de Coupe, entre les vallées de la Bléone et de l'Isssole. Après une belle montée en forêt, on accède à deux sommets qui approchent les 2000m et qui offrent un superbe panorama. Plusieurs passages rocheux, notamment au sommet du Couard, en bordure d'arrête, sans difficulté, mais délicat. La montée au Cucuyon se fait hors sentiers balisés.

Possibilité de ne pas monter au Cucuyon (aller-retour) sur le retour (- 2km et - 300m de dénivelé), pour ceux qui le souhaitent (sieste supplémentaire d'une heure).

**DATE : DIMANCHE 3 juin**

DEPART : 8h00 - DUREE : 4h30 - LONGUEUR : 11,8km - DISTANCE AR : 164km - COVOITURAGE : 8,2€ + péage

DENIVELLE : 479m - COTATION : P2T1 - ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 80 23 52 35

DESCRIPTION : **LA COLETTE -PIEGU AU DEPART DE MIRABEAU (04)**

Départ de Mirabeau dans le 04, montée au col des Pénitents avec de superbes vues jusqu'à colette. Pique-Nique à Piegu sur un superbe belvédère.

En résumé, randonnée pas trop longue avec belles vues sur vallée Durance et Bléone.

Difficulté : randonnée moyenne

---

**DATE : DIMANCHE 10 juin**

DEPART : 8h00 - DUREE : 4h40 - LONGUEUR : 10,4km - DISTANCE AR : 200km - COVOITURAGE : 10€ + péage

DENIVELLE : 694m - COTATION : P2T2 - ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 80 23 52 35

DESCRIPTION : **BARRE DES DOURBES (04)**

Longue crête orientée nord-sud qui sépare le bassin de Digne de Barrême.

Parking à la maison forestière du Serre, 1,5 km à l'est du hameau des Dourbes.

Circuit en boucle avec une partie de la randonnée en crête.

Très beau parcours de crête avec des vues splendides.

Nota : au pas de Faye, quelques passages un peu vertigineux.

---

**DATE : DIMANCHE 17 juin**

DEPART : 8h00 - DUREE : 6h00 - LONGUEUR : 12km - DISTANCE AR : 200km - COVOITURAGE : 10€ + péage

DENIVELLE : 600m - COTATION : P2T2 - ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 04 90 07 76 24 / 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : **LES GORGES DE LA MEOUGE A PIED ET DANS L'EAU (04)**

Départ du pont roman à l'entrée des gorges. On remonte les gorges par le sentier qui longe et domine la Méouge, plusieurs fois (cf dénivelé), puis pique-nique à St Pierre-Avez les pieds dans l'eau, jusqu'au parking avec possibilité de baignade tout au long de la descente et au pont Roman. Certaines portions du GRP de montée ont été déviées et sont donc à nouveau praticables. Prévoir bâtons, maillot et tennnis pour la marche dans l'eau et chaussures de randonnée pour la montée. Très belle randonnée d'été, toutefois éprouvante avec la marche dans l'eau pendant 6km.

Carte IGN