



# Randonnées des Alpes Provençales

16<sup>e</sup> édition

Faites de la rando !

**5 - 6**  
**OCTOBRE**  
**2 0 1 9**



Infos et inscriptions : Office de Tourisme Provence Alpes Digne-les-Bains  
04 92 36 62 68 - 06 48 88 00 57

providence  
alpes agora

- L'Association la Cistude
- Provence Alpes Agglomération
- La Fédération Française de la Randonnée des Alpes de Haute-Provence et ses Associations
- UNESCO Géoparc de Haute-Provence
- L'Office National des Forêts
- L'Association Botanique et Mycologique Bas-Alpine

## VOUS INVITENT À PARCOURIR LES SENTIERS DU TERRITOIRE SUR 41 ITINÉRAIRES

### INFOS PRATIQUES

#### Participation pour les randonnées :

**4€** /pers. pour 1 rando le samedi ou le dimanche

**6€** /pers. pour 1 rando le samedi et 1 rando le dimanche

Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans

(accompagnés uniquement).

**40€** par personne pour les randonnées  
week-end n° **1 / 2 / 5 / 29 / 41**

comprenant :

- repas du samedi soir,
- nuitée en refuge ou en gîte,
- petit déjeuner du dimanche matin,
- pique-nique du dimanche midi.

Pour les randonnées à la journée, prévoyez votre pique-nique, de l'eau, de bonnes chaussures de marche et des vêtements adaptés aux exigences de la météo.

Rassemblement devant le Collège Maria Borrély de Digne-les-Bains suivant les heures indiquées pour chaque randonnée.

Les chiens sont strictement interdits sur l'ensemble des randonnées, même tenus en laisse. Les organisateurs se laissent le choix de modifier les randonnées selon la météo.

**ATTENTION :** les inscriptions ne sont effectives qu'à réception du règlement. Aucun remboursement ne sera effectué, sauf annulation des organisateurs.

## SAMEDI 5 OCTOBRE

**De 6h à 9h** • Rendez-vous devant le Collège Maria Borrély à Digne-les-Bains (selon les randonnées) pour les inscriptions, la répartition des groupes, et une collation offerte par Provence Alpes Agglomération.

**De 6h30 à 9h**

Départ pour les randonnées.

**12h** • Pique-nique tiré du sac.

**À partir de 16h**

Retour des randos devant le Collège Maria Borrély.

**18h**

Tombola (les lots ne seront remis qu'aux personnes présentes.)\*

**19h30**

Apéritif d'initiation offert par Provence Alpes Agglomération.

## DIMANCHE 6 OCTOBRE

**De 6h30 à 9h**

Rendez-vous devant le Collège Maria Borrély à Digne-les-Bains (selon les randonnées) pour les inscriptions, la répartition des groupes, et une collation offerte par Provence Alpes Agglomération.

**De 7h à 9h**

Départ pour les randonnées.

**12h** • Pique-nique tiré du sac.

**À partir de 16h**

Retour des randos devant le Collège Maria Borrély

**17h**

Tombola suivie du pot de l'amitié et clôture.\*



**1 t-shirt offert  
à chaque  
participant**





RANDO SUR LE WEEK-END

## VALLÉE DU LAVERCQ

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Ubaye	5*	2250 m	-	2 jours

Rando limitée à 10 personnes

Excellents marcheurs

Équipement adapté essentiellement pour circuit hors sentiers

Hébergement 1/2 pension à l'auberge du Lauzanet.

Deux casse-croûtes à prendre ainsi qu'une lampe torche.

### JOUR 1 :

Dénivelé	Durée	Distance
1250 m	7h00	12 km

Au départ du Hameau de Maure, montée à la cabane des Mulets, col de la Pierre, descente vers le vallon du Laverqc jusqu'à l'abbaye.

Nuit dans un chalet à proximité de l'abbaye du Laverqc.

### JOUR 2 :

Dénivelé	Durée	Distance
1000 m	7h00	15 km

Montée du col de Vautreuil par les eaux Tortes, col des Têtes, descente sur Maure par la cabane de Cou-loubroux. Barbecue sur place pour le samedi soir, petit déjeuner le dimanche matin Possibilité d'apporter par navette les affaires pour la nuit ainsi que les approvisionnements.

Ani. : Francis Blaison et Jean-Pierre Bailly

(ATSCAF 04)

RDV : Collège Borrély à 6h00

Départ de la rando à 6h30



RANDO SUR LE WEEK-END

## AUTOUR D'AUTHON

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Authon	4*	1403 m	2 jours	-

Rando limitée à 20 personnes

Bons marcheurs

### JOUR 1 :

Dénivelé	Durée	Distance
750 m	5h30	15 km

Circuit, départ Briançon, GR de Pays Tour des Monges, crête du clôt des Martres, Peyre Coste source du tuilé, la Gourrie, Collet Pointu.

Hébergement Gîte des Monges à Authon

### JOUR 2 :

Dénivelé	Durée	Distance
653 m	5h	11 km

Circuit avec navette

Départ Font Benette, dalle aux ammonites, sommet de la Grande Aiguille, crête, GR 6, grotte Saint-Vincent, PR, ruines la Crotte et gîte.

Ani. : Claude Estienne et Denise Martin (l'ASMEI)

RDV : Collège Borrély à 7h30

Départ de la rando à 8h00

**Tarif : 40€ (inscription et week-end compris)**  
**Sur ce séjour : repas du samedi soir, nuitée, petit déjeuner du dimanche matin et pique-nique du dimanche midi compris. Visites comprises.**



## CREISSET EN PROVENCE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Creiset</b>	<b>3*</b>	575 m	-	4 h

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

Au départ du pont de pierre qui enjambe l'Asse, un sentier muletier, avec des lacets serrés et très escarpés, conduit à l'ancien village de Creiset.

Je vous emmènerai après au hameau du Villard (ou un apéritif est offert, possibilité de faire cuire sa grillade) devant une aire de battage de blé et de lentille. « les lentilles de Creiset étaient réputées pour leur qualité ».

Ani. : Serge Petitclair (Arda HP)

RDV : Collège Borrély à 8h00

Départ de la rando à 8h30



## RANDO SUR LE WEEK-END DANS LA VALLÉE DE TARTONNE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Tartonne</b>	<b>4*</b>	1620 m	2 jours	-

Rando limitée à 20 personnes

### JOUR 1 :

Dénivelé	Durée	Distance
<b>800 m</b>	<b>5h30</b>	<b>15 km</b>

Départ gîte des Robines, Notre Dame d'Entraigues, champ de Nasse, Bois de la Sapée, sommet 1701 m, descente au col du Défens, le Défens et le Puits Salé.

Hébergement au gîte des Robines

### JOUR 2 :

Dénivelé	Durée	Distance
<b>820 m</b>	<b>5h</b>	<b>13 km</b>

Départ Valaury, le Riou, Crête Montagne de Coupe, Pas de la Clappe, descente par le ravin de la Gougeas, les Pauls.

Ani. : Michel Prats et Bernard Rosi (l'ASMEL)

RDV : Collège Borrély à 7h30

Départ de la rando à 8h00



## DIGNE LES BAINS À COURBONS PAR LES HAUTES SIÈYES

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Digne les-Bains</b>	<b>3*</b>	500 m	5 h	11 km

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

Au départ du Tivoli, les Hautes Sièyes, ancien village, bâti sur une éminence qui domine toute la vallée, un endroit au panorama imprenable, avec notamment la possibilité de contempler les montagnes mythiques de Digne telles que le pic d'Oise, le Cousson, le Cheval Blanc ou le Cucuyon.

Courbons, vous tomberez sous le charme de ce petit village avec ses habitations avec pigeonniers incorporés et ses « souleïadous » combles aérés.

Ani. : Serge Petitclair, Ginette et Bernard

Roque (les Gais Lurons)

RDV : Collège Borrély à 7h30

Départ de la rando à 8h00

**Tarif : 40€ (inscription et week-end compris)**  
**Sur ce séjour : repas du samedi soir, nuitée, petit déjeuner du dimanche matin et pique-nique du dimanche midi compris. Visites comprises.**



## GÉRUEN ST-ANTOINE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Ainac</b>	<b>4*</b>	700 m	6 h	-

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

Au départ d'Ainac, montée par le pas de Gérüen puis aller retour. Au sommet de Gérüen, col de Saint-Antoine et retour par le PR classique.

Ani. : Catherine Hareng et Françoise Reynier (CAF)

RDV : Collège Borrély à 7h30

Départ de la rando à 8h00



## ENTRE BLÈONE ET ARIGÉOL

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Prads Haute-Bléone</b>	<b>5*</b>	100 m	6 h 30	-

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

Montée dans le bois de la Julie, traversée vers Saumelongue, descente à Vière puis en rive droite de l'Arigéol, traversée à gué de l'Arigéol, montée à l'est de Belle Valette puis descente à Prads Haute Bléone. Petite navette voiture.

Randonnée entre Blayeul, la montagne de l'Ubac à l'ouest et le Caduc, les 3 évêchés à l'est.

Ani. : Bernard et Marie Agnès Tron (CAF)

RDV : Collège Borrély à 7h00

Départ de la rando à 7h30



## LA LAUPIE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Barles</b>	<b>5*</b>	1010 m	7 h 30	13,5 km

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

#### Bons marcheurs

Nous marcherons sur une crête qui surplombe deux vallons. Avec un peu de chance nous pourrions voir l'aigle survolant les lieux. Au plus haut nous verrons le sommet des Monges, la barre de Dormillouse, les premiers sommets des hautes alpes et bien évidemment ceux du sud.

Ani. : Christian Barbero et Edith Bonnafoux (CAF)

RDV : Collège Borrély à 7h00

Départ de la rando à 7h30



## LE MORGON

MONTÉE FACE SUD

ET RETOUR FACE NORD-OUEST

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Le Lauzet sur Ubaye</b>	<b>5*</b>	1000 m	7 h	-

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

#### Pied non agile s'abstenir

#### Rando limitée à 10 personnes

Randonnée un peu aérienne entre les 2 branches du lac de Serre Ponçon, coté Ubaye et coté Durance. Contraste entre le versant sud rocheux avec la présence de chamois et versant nord avec le large cirque pastoral de Morgon surmontant la belle forêt domaniale de mélèzes de Boscodon traversée par le célèbre et toujours dangereux torrent du même nom et en dessous son Abbaye romane Chalaisienne du XIIe siècle de Boscodon très connue.

Ani. : Sylvie Turc et Christian Giraud (CAF)

RDV : Collège Borrély à 6h30

Départ de la rando à 7h00



## LE TOUR DE LIEYE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Barrême</b>	<b>4*</b>	700 m	5 h 30	16,5 km

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

Départ de la Gare de Barrême, le tour de Lieve par le col de la Pierre Plantée. Randonnée en forêt de hêtre. Un massif à découvrir.

Ani. : Chantal et Yves Guès (Les GAVOTS)

RDV : Collège Borrély à 7h00

Départ de la rando à 7h30



## LE CLÔT DU BOUC

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Le Fanget</b>	<b>3*</b>	650 m	4 h	16 km

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

#### Rando limitée à 20 personnes

Départ du Col du Fanget, en passant par le plateau du Négron et le Hameau du Lauzerot, nous atteignons le sommet du clôt du Bouc où un panorama de 360 degrés nous récompensera.

Au retour nous traverserons le col de la Bournée et le Moure Bouchard. Une journée sympathique dans les pâturages et les massifs de myrtilles.

Ani. : Brigitte et Henri Guillot (Les Gavots)

RDV : Collège Borrély à 7h30

Départ de la rando à 8h00



## LA GRANDE AIGUILLE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Mélan</b>	<b>4*</b>	700 m	5 h 30	14 km

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

#### Rando limitée à 20 personnes

Départ depuis Mélan, montée dans les bois.

Vue superbe depuis le sommet, et la crête, jusqu'à la grotte de Saint Vincent. Retour par le col de Fontbelle et le vieux Mélan.

Ani. : Marie Claire et Henri Hermellin

(Les Gavots)

RDV : Collège Borrély à 7h00

Départ de la rando à 7h30



## COL DE MARIAUD

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Le Vernet</b>	<b>4*</b>	750 m	-	12 km

<b>option</b>		+200 m		+3 km
---------------	--	--------	--	-------

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

Départ après le Vernet, montée au col Mariaud, puis nous irons faire le tour des 3 cabanes avec une vue sur les montagnes. Retour au col Mariaud et possibilité d'aller au mémorial.

Ani. : Pierre Blanc et Jo Bernard (Les Gavots)

RDV : Collège Borrély à 7h30

Départ de Digne à 8h00



## PIC DES TÊTES

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Le Vernet</b>	<b>5*</b>	1210 m	-	12 km

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

Passage à la cabane des «mulets», pâturage de la grande montagne, montée au Pic des Têtes.

Sommet emblématique du Massif de la Blanche.

Ani. : Évelyne Déambri et Eric Sénéquier  
(les Gavots)

RDV : Collège Borrély à 6h30

Départ de la rando à 7h00



## LE SAUMON

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Digne les-Bains</b>	<b>2*</b>	325 m	5 h	9 km

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

Départ du Collège, montée au Saumon par la piste de Caguerenard. Retour en passant à Courbons, puis passage par le ravin de la chapelle, la route du relais et descente sur l'ancien hôpital avant d'arriver au Collège.

Ani. : Marie et Rémy Brochart (AVF Digne)

RDV : Collège Borrély à 9h00

Départ de la rando à 9h30



## AUTOUR DE LA ROBINE SUR GALABRE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>La Robine sur Galabre</b>	<b>4*</b>	800 m	6 h	-

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

#### Bons marcheurs

Départ au Bistrot « le Dé Vert » de la Robine.

Montée au col de la Croix par le ravin de Gravette.

Traversée de la fubie entre les Duyes et la Robine.

Retour par la Batie ou le col d'Ainac en fonction du temps.

Ani. : Jacky Collieux (AVF Digne)

RDV : Collège Borrély à 7h30

Départ de la rando à 8h00



## SOMMET DE L'ANDRAN

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Digne les-Bains</b>	<b>4*</b>	750 m	6 h	12 km

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

#### Rando limité 25 personnes

Départ du Collège et cheminement le long de la Bléone puis chemin de Caguerenard jusqu'à Saint Benoît. Ensuite MONTÉE PHYSIQUE jusqu'à la baisse de Blanchard et enfin jusqu'au sommet où on pourra respirer et jouir d'un panorama unique sur la Ville et les paysages alentour.

Après le repas, descente sur Courbons par le ravin du Riou et retour à Digne par Bonnette et ancien Hôpital.

Ani. : Enzo Ghirardini et Alain Joséphine  
(Randurance)

RDV : Collège Borrély à 8h00

Départ de la rando à 8h30





## GRAND RUTH

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Volonne</b>	<b>4*</b>	750 m	5 h	13 km

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

#### Limitée à 25 personnes

A partir de Volonne, nous irons vers le sommet du Grand Ruth en empruntant un peu du chemin qui mène à la chapelle Saint Joseph de la Pérusse.

Arrivés à la crête de la Frache nous nous dirigerons plein sud pour rejoindre le Grand Ruth. Nous admirerons le paysage d'un côté sur la vallée des Duyes et de l'autre sur la Durance. Après le repas, nous prendrons le chemin de retour en empruntant une partie du trait de l'Escale.

Ani. : Enzo Ghirardini et Alain Joséphine  
(Randurance)

RDV : Collège Borrély à 7h45

Départ de la rando à 8h15



## DORMILLOUSE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Seyne les-Alpes</b>	<b>4*</b>	715 m	5 h	13 km

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

Montée par l'ancienne piste militaire, vue sur le lac de Serre-Ponçon et découverte du fort de Dormillouse.

Descente par le lac Noir et traversée de la montagne pastorale dont la richesse végétale et animale est exceptionnelle.

Ani. : Rolande et Jean-Pierre Lecomte  
(Adri Rando 04)

RDV : Collège Borrély à 7h00

Départ de la rando à 7h30



## LA CERIEGE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Beaujeu</b>	<b>3*</b>	550 m	4 h	-

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

#### Rando limitée à 25 personnes

Entre Bléone et Arigéol, la Cérigère, ancien hameau de la commune de Beaujeu, est maintenant une halte du trekking franco-italien de Digne à Cunéo. Mais le refuge nous réserve une surprise...

Au retour, le chemin des charbonnières nous permettra d'évoquer l'importance de cette activité au milieu du XXe siècle.

Ani. : Marie Joëlle Allard et Michel Thomas  
(Adri Rando 04)

RDV : Collège Borrély à 8h00

Départ de la rando à 8h30



## SOMMET DE LA GRISONNIERE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Le Vernet</b>	<b>5*</b>	800 m	5 h	10,5 km

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

#### Rando limitée à 15 personnes

Montée depuis la route après le Vernet sur le col de la Grisonnière. A/R au sommet. Retour par la barre des Beliers et le col Mariaud. Belles perspectives sur la chaîne de l'Estrop.

Ani. : Marie-Thérèse et Jean-Philippe François  
(Adri Rando 04)

RDV : Collège Borrély à 7h30

Départ de la rando à 8h00



# 22 MARCHE NORDIQUE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Digne les-Bains</b>	-	-	2 h	7 km

## UNIQUEMENT LE DIMANCHE

Marche Nordique dans le pays Dignois. L'itinéraire sera choisi en fonction des conditions climatiques du jour. Une autre façon de marcher et de randonner. Une initiation à une discipline en vogue. Venez essayer !

Ani. : Michèle Duclet, Françoise Coronel et Françoise Furio (Adri Rando 04)  
RDV : Collège Borrély à 8h00  
Départ de la rando à 8h30

**SAMEDI 12 ET DIMANCHE 13 OCTOBRE 2019**

**6<sup>ème</sup> édition**

**Faites des randonnées**  
dans les Hautes Terres de Provence®  
entre Gap et Sisteron

- Rando à thèmes
- Ateliers d'écriture et dessin
- Expositions

Point de RDV  
salle des fêtes de Nibles

**INFOS ET INSCRIPTIONS**  
04 92 68 40 39  
www.faitesdesrandos.fr

LES HAUTES TERRES DE PROVENCE®  
OFFICE DE TOURISME

# 23 PLATEAU DE GANAGOBIE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Peyruis</b>	<b>3*</b>	610 m	5 h	16,5 km

## UNIQUEMENT LE SAMEDI

### Rando limitée à 25 personnes

Randonnée en boucle qui empruntera pistes et sentiers. Départ du château de Pertuis, nous rejoindrons le plateau de Ganagobie et longerons son prieuré. Au retour nous emprunterons le GR 653D qui traverse le village de Ganagobie. Nous traverserons une végétation méditerranéenne et nous pourrions profiter, pour le repas, d'un vaste panorama sur les Alpes Provençales.

Ani. : Brigitte et Henri Guillot  
(Adri Rando 04)  
RDV : Collège Borrély à 7h30  
Départ de la rando à 8h00

# 24 MONTAGNE DE MELAN LA GRANDE AIGUILLE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Mélan</b>	<b>4*</b>	665 m	6 h	13 km

## UNIQUEMENT LE SAMEDI

### Rando limitée à 15 personnes

#### Bons marcheurs

Montée par un sentier, crête hors sentier. Départ du hameau de Mélan en direction du vieux Mélan, puis montée à la grande Aiguille par un ancien sentier RTM. Vue sur la vallée de Duyes et les sommets environnants. Nous continuons sur la crête de la montagne de Mélan jusqu'au sommet de Cluchette pour profiter du panorama sur la vallée du Vanson. Retour par le GR et le plateau de Désert.

Ani. : Elisabeth Manzo (Adri Rando)  
Jean-Luc Arsac (naturaliste)  
RDV : Collège Borrély à 7h30  
Départ de la rando à 8h00



25

## DÉAMBULATION MÉDIÉVALE DE DIGNE LES BAINS

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Digne les-Bains</b>	-	100 m	2 h 30	-

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

#### Ballade Familiale

Le Noyau Urbain médiéval a été édifié, de manière concentrique, autour du château fort perché sur l'éperon rocheux du « rochas ». Un castrum s'y est constitué à partir du XI<sup>e</sup> siècle. Nous pouvons encore lire au travers des rues, ruelles et places du centre ancien de la ville actuelle, l'histoire de sa construction au fil des siècles.

Ani. : Martine Bonnet (Adri Rando 04)

RDV : Collège Borrély à 13h30

Départ de la rando à 14h00

26

## LA POURRACHERE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Mirabeau</b>	<b>2*</b>	400 m	4 h	10,5 km

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

Au départ de Mirabeau, itinéraire sur piste de desserte agricole et piste forestière. La Pourrachère panorama sur la confluence Durance et Bléone.

Ani. : Danielle et René Dominicy  
(Adri Rando 04)

RDV : Collège Borrély à 08h00

Départ de la rando à 8h30

27

## LE TOUR DES BRIGANDS

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Auribeau</b>	<b>4*</b>	550 m	5 h	13 km

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

Départ d'Auribeau pour faire le tour des Brigands, sous la barre de Géruen, traversée d'une belle hêtraie, point de vue sur la vallée des Duyes et petit historique du patrimoine rural local. L'animateur (merci à lui) vous offrira l'apéritif à la fontaine de sa cabane.

Ani. : Véronique Millet et Alain Payan  
(Malijai Rando)

RDV : Collège Borrély à 8h00

Départ de la rando à 8h30

28

## TOUR DU FESTON

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Digne les-Bains</b>	<b>3*</b>	650 m	4 h 30	13 km

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

Départ par le chemin des charbonnières, retour vers les Thermes. Belle vue sur le pic de Couard, la barre des dourbes et le Cousson.

Ani. : Rolande et Jean-Pierre Lecomte  
(Adri Rando 04)

RDV : Collège Borrély à 8h00

Départ de la rando à 8h30

# LA ROUTE NAPOLÉON À PIED

RANDO À THEMES

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Barrême</b>	<b>4*</b>	1200 m	2 jours	-

Week-End rando sur la route Napoléon à pied (GR 406) entre Barrême et Digne les Bains.

Deux jours chargés d'histoire sur la trace des grognards de l'empire, et d'authenticité sur une partie de la fameuse route Napoléon. Important : prévoir monnaie pour le train des Pignes entre Digne les bains et Barrême.

## JOUR 1 :

Dénivelé	Durée	Distance
<b>650 m</b>	<b>6h00</b>	<b>12 km</b>

Départ de Barrême après un transfert par le train des Pignes. GR 406 pour rejoindre la Clappe, en passant par la Gardivoire et Chaudon.

Ruine des Isoards.

**Hébergement gîte de la Clappe.**

## JOUR 2 :

Dénivelé	Durée	Distance
<b>550 m</b>	<b>5h00</b>	<b>10 km</b>

Départ du Gîte de la Clappe, col de Pierre Basse, Entrages, le pas d'Entrages les Hautes Bâties et arrivée à Digne les Bains.

Ani. : Nicole Boudeville et André Piche

(Adri Rando 04)

RDV : Collège Borrély à 6h30

Départ de la rando à 7h00

**Tarif : 40€ (inscription et week-end compris)  
Sur ce séjour : repas du samedi soir, nuitée, petit déjeuner du dimanche matin et pique-nique du dimanche midi compris. Visites comprises.**



## ESPINOUSE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Espinouse</b>	<b>3*</b>	360 m	3 h	8 km

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

Au départ des Ragots, le sentier emprunte le tracé de l'ancien chemin communal du village d'Espinouse qui comptait 114 habitants en 1851.

Construit sur un éperon rocheux Espinouse vous offrira sur son passage une vue imprenable sur la vallée de la Bléone et une belle église du XVIIe siècle.

Ani. : Renée et Patrick Bonardi, Claude Godefert et Claude Bosse (ASPTT)

RDV : : Collège Borrély à 8h30

Départ de la rando à 9h00



## CREISSET VALBONETTE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Valbonette</b>	<b>4*</b>	900 m	-	17,5 km

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

Belle randonnée en sous-bois qui permet de découvrir les ruines d'un ancien château et du village abandonné de Creisset puis montée au refuge du Haut-Villard. Poursuivre jusqu'au col de chandres pour redescendre vers le rocher de Valbonette.

Ani. : Francine et Daniel Buffet (ASPTT Montagne)

RDV : Collège Borrély à 8h00

Départ de la rando à 8h30



32

## ALENTOURS DE THOARD ET DE CHAMPTERCIER

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Digne les-Bains</b>	<b>3*</b>	500 m	5 h	12 km

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

Départ du village de Thoard en direction du col de Peipin par le serre et retour par une boucle au point de départ.

Ani. : Josette Isoardi et Raymond Jaubert  
(ASPTT)

RDV : Collège Borrély à 8h00

Départ de la rando à 8h30

33

## LES PORTES D'ENTRAGES

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Entrages</b>	<b>3*</b>	500 m	5 h 30	11 km

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

Au départ des cluses de Chabrières, en passant par les Courtiers, le village d'Entrages, le pas de l'Âne et les Brégaires. Belle randonnée dans une Provence à la fois sauvage et accueillante. Court passage délicat, utilisation rampes et câbles, non vertigineux.

Ani. : Renée et Patrick Bonardi, Claude Bosset  
(ASPTT Randonnée)

RDV : Collège Borrély à 8h30

Départ de la rando à 9h00

34

## BARRE DE GERUEN

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Mélan</b>	<b>3*</b>	60 m	5 h	14 km

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

#### Rando limitée à 20 personnes

Géruen, une suite d'étraves calcaires fendant l'azur... Départ du col de Fonbelle, une longue montée et, une fois en crêtes, des kilomètres de plaisir. Sommet emblématique des Alpes de haute Provence, Géruen est un lieu qui démontre la rencontre de deux climats, la rencontre de deux biotopes, l'Alpin et le Méditerranéen, ici l'Edelweiss rencontre la Lavande.

Ani. : Bernard Jocteur et Corinne Audemard  
(ASPTT Randonnée)

RDV : Collège Borrély à 8h00

Départ de la rando à 8h30

35

## LE TOUR DE TREVANS

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Trévans</b>	<b>3*</b>	900 m	6 h	13,5 km

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

#### Rando limitée à 15 personnes

De la passerelle de Trévans, nous rejoindrons le gîte du même nom pour ensuite escalader la côte chaude en direction du col St-Jurs. Par le vallon de Mayaiche nous rejoindrons les ruines de Valbonnette au cœur des Gorges de l'Estoublaisse. Encore un petit effort pour découvrir le monastère ruiné de St-André et nous serons bientôt de retour au parking. Au programme de cette balade : de la forêt, un peu de géologie, l'histoire des hameaux abandonnés, les grands espaces et qui sait peut-être des chamois.

Ani. : Jean-Simon Pagès  
(Unesco Géoparc de Haute Provence)

RDV : Collège Borrély à 6h30

Départ de la rando à 7h00





## LES HAUTS DE MOUSTIERS

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Moustiers Ste-Marie</b>	<b>3*</b>	700 m	6 h	17 km

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

#### Rando limitée à 15 personnes

Les hauts de Moustiers, à travers landes et forêt quelques sentiers peu connus. Nous partirons de Moustiers puis Courchons, l'incel Marignol, navette et retour à Moustiers.

Ani. : Jean-Simon Pagès  
(Unesco Géoparc de Haute-Provence)  
RDV : Collège Borrély à 6h30  
Départ de la rando à 7h00



## LE TOUR DU CARTON

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Prads Haute-Bléone</b>	<b>4*</b>	1000 m	7 h	-

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

#### Rando limitée à 20 personnes

Au départ de Prads, la randonnée fait le tour de la montagne du Carton en passant par le hameau de Tercier, puis le col de la Baisse et la Colle Vielle, et enfin Heyres avant de rejoindre Prads.

Ani. : ONF  
RDV : Collège Borrély à 7h00  
Départ de la rando à 7h30



## LES HAMEAUX DE BOULARD

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>La Javie</b>	<b>4*</b>	650 m	5 h 30	-

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

#### Rando limitée à 20 personnes

Au départ de Chaudol, vous irez sur les flans sud du Blayeul, à la rencontre d'anciens hameaux, Boulard, la Bouisse haute et la Bouisse basse et des écartés de la Sausée.

Ani. : (ONF)  
RDV : Collège Borrély à 8h00  
Départ de la rando à 8h30



## LE PIC DE COUARD

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Archail</b>	<b>5*</b>	1150 m	5 h 30	-

### UNIQUEMENT LE SAMEDI

Sommet emblématique de Digne les Bains approchant les 2000 mètres, offrant un magnifique panorama sur la ville, le massif de l'Estrop, la chaîne de la blanche, le Blayeul, le Dévoluy jusqu'au Ecrins.

Ani. : Association Marcoux  
RDV : Collège Borrély à 7h30  
Départ de la rando à 8h00



## LA BARRE DES DOURBES

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>Digne les-Bains</b>	<b>4*</b>	700 m	5 h 30	-

### UNIQUEMENT LE DIMANCHE

Balade emblématique par excellence, au départ de la maison forestière du serre, passage par une forêt centenaire de mélèzes et pins noirs, passage au pas de Labeaud et de La Faye.

Ani. : Association Marcoux  
RDV : Collège Borrély à 7h30  
Départ de la rando à 8h00



Pendant les 2 jours, l'Association Botanique et Mycologique bas-alpine vous proposera son exposition annuelle de champignons dans la cour du Collège Maria Borrély.



## RANDO SUR LE WEEK-END EN HAUTE PROVENCE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
<b>La Motte du-Caire</b>	<b>4*</b>	1250 m	2 jours	-

Bon marcheurs  
Rando limitée à 12 personnes

### JOUR 1 :

Dénivelé	Durée	Distance
<b>600 m</b>	<b>5h30</b>	-

Départ du village de Châteaufort, montée par le GR 653D jusqu'au village de St-Geniez, retour par la piste et le pas de l'échelle. Durant les 2 jours interventions de naturalistes sur la faune et la flore.

**Hébergement au gîte de la Motte-du-Caire**

### JOUR 2 :

Dénivelé	Durée	Distance
<b>600 m</b>	<b>5h30</b>	-

Départ du Mas, montée jusqu'à la Tête de la Plane en cheminant sur la crête des Barses (3 passages avec câbles circuit aérien)

Ani. : Nicole Boudeville et André Piche  
(Adri Rando 04)

**Tarif : 40€ (inscription et week-end compris)**  
**Sur ce séjour : repas du samedi soir, nuitée, petit déjeuner du dimanche matin et pique-nique du dimanche midi compris. Visites comprises.**

# BULLETIN D'INSCRIPTION :

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Tél : \_\_\_\_\_

email : \_\_\_\_\_

Autres participants : \_\_\_\_\_

Nom/prénom : \_\_\_\_\_

Nom/prénom : \_\_\_\_\_

Nom/prénom : \_\_\_\_\_

Nom/prénom : \_\_\_\_\_

## RANDONNÉE POUR LE SAMEDI

	Nombre adultes	Nombre d'enfants (- 12)	N° rando
--	----------------	-------------------------	----------

1er choix :			
-------------	--	--	--

2e choix :			
------------	--	--	--

## RANDONNÉE POUR LE DIMANCHE

	Nombre adultes	Nombre d'enfants (- 12)	N° rando
--	----------------	-------------------------	----------

1er choix :			
-------------	--	--	--

2e choix :			
------------	--	--	--

## RANDONNÉE POUR LE WEEK-END

	Nombre adultes	Nombre d'enfants (- 12)	N° rando
--	----------------	-------------------------	----------

1er choix :			
-------------	--	--	--

2e choix :			
------------	--	--	--

A retourner avant le 30 septembre 2019 accompagné du règlement à l'ordre de l'Office de Tourisme à l'adresse suivante : **Office de Tourisme Provence Alpes Digne-les-Bains**  
BP201/Place du Tampinet - 04000 Digne-les-Bains

Tél : 04 92 36 62 68 (ligne directe) - Port. : 06 48 88 00 57

**[www.dignelesbains-tourisme.com](http://www.dignelesbains-tourisme.com)**

# LA 16<sup>EME</sup> ÉDITION DES RANDONNÉES DES ALPES PROVENÇALES

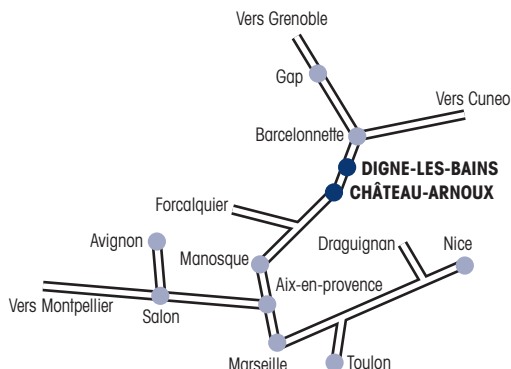
est organisée avec le soutien de :



Association Botanique &  
Mycologique Bas-Alpine

Fédération Française de la Randonnée des Alpes de Haute-Provence (FFR04)  
Association Départementale des Relais et Itinéraires (Adri Rando 04)  
Les Gavots  
Fédération sportive des ASPTT (ASPTT Montagne Rando Digne-les-Bains)  
Association la Cistude  
Malijai rando  
Association Recherche et Documentation Archéologie (ARDA-HP)  
Accueil des Villes Françaises (AVF)  
Association Sportive, Montagne et loisirs (L'ASMEL)  
Randurance  
Association Touristique  
Sportive et Culturelle des  
Administrations Financières (ATSCAF 04)  
Club Alpin Français (CAF)  
Office National des forêts (ONF)  
L'UNESCO Géoparc de Haute-Provence  
Office de Tourisme Provence - Alpes Digne-les-Bains  
Les Gais-Lurons  
Handicap Evasion 04  
Association de Marcoux

**La Communauté d'agglomération Provence Alpes Agglomération  
les remercie vivement.**



Informations / inscriptions :

Office de Tourisme Provence Alpes Digne-les-Bains - BP201 - Place du Tampinet  
04 92 36 62 68 - 06 48 88 00 57

[www.dignelesbains-tourisme.com](http://www.dignelesbains-tourisme.com)