



FÊTE DE LA RANDO

et de l'Outdoor

16
17
SEPT
2023

60 SORTIES
OUTDOOR

Randonnée
Bivouac
Trail
Parapente
Escalade
Via ferrata
Canyoning
Paddle
Canôë
VTT
Vélo de route
Gravel...

RETROUVEZ LE
PROGRAMME ICI



19^e édition

DIGNE LES BAINS

Stands et animations Place Général de Gaulle

Infos : Office de Tourisme 04 92 36 62 62



Fête de la randonnée et de l'Outdoor

sur le thème des patrimoines de l'UNESCO GEOPARC de Haute-Provence !



Cette année 2023, l'**UNESCO GEOPARC de Haute-Provence**, dont le territoire de Provence Alpes Agglomération fait partie, revalide son label Géoparc mondial UNESCO.

A travers cette « Fête de la randonnée et de l'Outdoor », organisée par Provence Alpes Agglomération en lien avec l'UNESCO GEOPARC de Haute-Provence, la Fédération Française de la Randonnée, les clubs et leurs bénévoles, les guides du territoire, les associations naturalistes et les offices de tourisme, nous souhaitons vous faire découvrir toute la diversité des patrimoines de notre GEOPARC : son patrimoine géologique unique au monde, sa biodiversité remarquable, sa culture faite d'histoires d'hommes et son art contemporain, grandeur nature.

Ce week-end de pleine nature, du 16 et 17 septembre, s'inscrit également dans les journées du patrimoine, dont les thèmes cette année sont les patrimoines vivants et les patrimoines du sport.

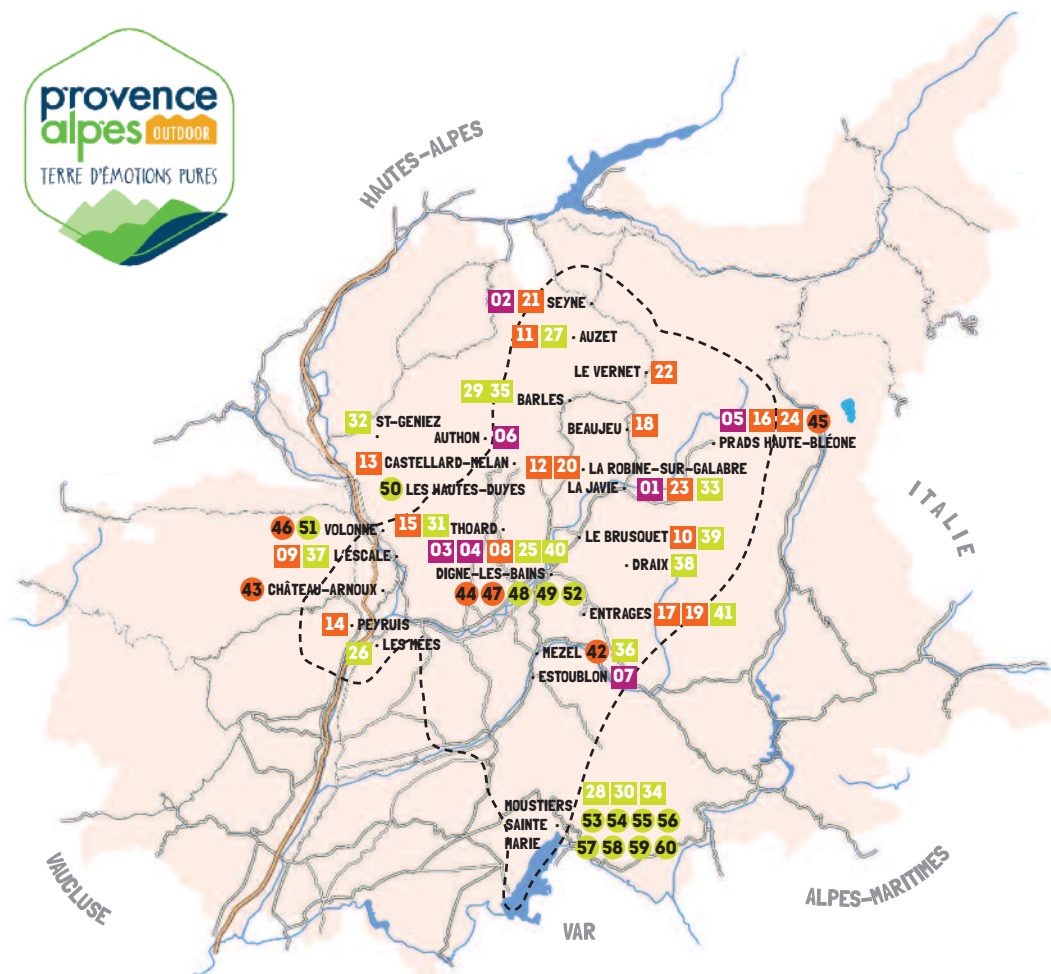
60 sorties à découvrir à partir de 5€ : randonnée, bivouac, parapente, vélo, VTT, trail, escalade, via ferrata, canyoning, canoë, paddle, kayak...

Tout le week-end : village sur la place Général de Gaulle de Digne-les-Bains avec initiation et **mur d'escalade** (le samedi), **paddle board**, **rola bola**, **parcours draisienne enfant**, **maniabilité VTT** (le dimanche), stands outdoor, dégustation de produits locaux...

Nouveauté : pour découvrir toutes les richesses de notre territoire, qui s'étend jusqu'au Verdon, cette année une dizaine d'activités outdoor seront proposées au départ de l'office de tourisme de Moustiers-Sainte-Marie.



REPÉREZ VOS ACTIVITÉS SUR LA CARTE



PÉRIMÈTRE DE
PROVENCE ALPES-AGGLOMÉRATION

provenance
alpes agglomération

SOMMAIRE

P.6/9

P.10/15

P.16/21

P.22/31

P.3 • la carte
des randonnées

P.4 • le programme

**RANDOS
WEEK-
END**

**RANDOS
SAMEDI**

**RANDOS
DIMANCHE**





FÊTE DE LA RANDO

et de l'Outdoor

SAMEDI 16 SEPTEMBRE DIGNE-LES-BAINS

De 6h à 10 : Rendez-vous place Général de Gaulle à Digne-les-Bains suivant les heures indiquées pour chaque sortie. Inscription, répartition des groupes, collation matinale offerte par Provence Alpes Agglomération, départ en covoiturage pour les randonnées (pique-nique tiré du sac).

9h - 17 h : Mur d'escalade place Général de Gaulle, initiation à l'escalade, paddle board, rola bola, stands outdoor....

17 h : Tombola (lots remis aux personnes présentes) et collation locale offerte par Provence Alpes Agglomération.

PARKING :

Cours du collège Maria Borrely (5 place des Cordeliers à Digne-les-Bains, à 100m de la place Général de Gaulle) réservée tout le week-end pour le stationnement de vos véhicules. GPS : 44.09410 , 6.23700

DIMANCHE 17 SEPTEMBRE DIGNE-LES-BAINS :

De 7h à 11 : rendez-vous place Général de Gaulle suivant les heures indiquées pour chaque sortie. Inscription, répartition des groupes, collation matinale offerte par Provence Alpes Agglomération, départ en covoiturage pour les randonnées (pique-nique tiré du sac).

9h - 17 h : Village Outdoor place Général de Gaulle avec animations paddle board, rola bola, stands, parcours Draisienne enfant et maniabilité VTT (13h30 - 17h)...

17 h : Tombola (lots remis aux personnes présentes), apéritif et discours de clôture.

MOUSTIERS-SAINTE-MARIE :

À partir de 9 h : Rendez-vous à l'office de tourisme, suivant les heures indiquées pour chaque sortie sur le territoire du Verdon. Inscription, répartition des groupes, collation matinale offerte par l'Office de Tourisme de Moustiers. Départ pour les randonnées (pique-nique tiré du sac).

10 h : Visite guidée gratuite du village.





**Randonnées sur le thème
des patrimoines
de l'UNESCO GEOPARC**



**Randonnées avec panier
gourmand et produits locaux,
à déguster lors de la rando**
(en complément du pique-nique
prévu par chaque participant).

CONSEILS :

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

TARIF : Toutes les sorties sont gratuites pour les enfants de moins de 12 ans.

Sortie journée : 5 €/pers.

Ce prix comprend la participation à 1 randonnée/ sortie outdoor accompagnée, les animations, la collation du matin en produit locaux et bio, la collation de fin de journée, l'apéritif et la participation à la tombola.

Certaines sorties spécifiques sont majorées (accès au SPA).

Rando week-end : 45 €/pers.

Ce prix comprend la participation à 1 randonnée en itinérance sur 2 jours, les animations, la collation du samedi matin en produit locaux et bio, le repas du samedi soir, la nuitée en gîte, le petit déjeuner du dimanche matin et le pique-nique du dimanche midi, l'apéritif de clôture du dimanche et la participation à la tombola.

ANIMATION

Outdoor :

Les animations prévues sur la place Gal de Gaulle (mur d'escalade, parcours draisienne enfant, maniabilité VTT, paddle board...) sont gratuites et sans inscription.



Inscription et paiement en ligne sur :
www.njuko.net/feterando2023

Informations :

Office de tourisme Provence Alpes Digne les Bains : 04 92 36 62 62

Contact le samedi 16 et dimanche 17 uniquement : 06 48 88 00 57



01 GR®69 LA ROUTO® DEUX JOURS DE MARCHÉ SUR LES CHEMINS DE LA TRANSHUMANCE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée
La Javie Verdaches - Seyne	3*	1110 m	2 jours

14 PERSONNES MAXI

Cette randonnée sur les anciennes drailles emprunte une partie du GR®69 La Routo® entre villages et alpages, accompagnés de la Maison de la transhumance.

JOUR 1

Dénivelé	Durée	Distance
710 m	6h	15 km

Au départ de La Javie, après la visite de la salle du Berger à l'écomusée, traversée des hameaux de Boullard et du Villard, puis le col du Mal Hiver pour rejoindre Verdaches.

Hébergement au gîte d'étape de Flagustelle à Verdaches.

JOUR 2

Dénivelé	Durée	Distance
400 m	5h	13 km

Après une nuit au gîte, départ pour Charcherie avant de rejoindre le village de Seyne au cœur de la vallée de la Blanche.

Ani: Claire DALLEMAGNE
(Maison de la transhumance)

RDV: Place Général de Gaulle à 7h
Départ de la rando à 7h30

Tarif: 45€

Sur ce séjour: repas du samedi soir, nuitée au gîte, petit-déjeuner du dimanche matin et pique-nique du dimanche midi compris.

Prévoir un duvet (le gîte ne fournit pas les draps).

Affaires acheminées au gîte par l'organisation.

02 DÉCOUVERTE DU MASSIF DES MONGES

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée
Auzet - Seyne	3*	700 m	2 jours

8 PERSONNES MAXI

Guidés par des accompagnateurs en montagne, découvrez en famille ou entre amis les paysages, la faune, la flore et les histoires du massif des Monges, site naturel remarquable des Alpes et de l'UNESCO GEOPARC classé Natura 2000.

JOUR 1

Dénivelé	Durée	Distance
350 m	5h	10 km

Depuis le col du Fanget, partez randonner dans les alpages du massif des Monges à 1600 m d'altitude.

Hébergement à l'Auberge du col du Fanget.

JOUR 2

Dénivelé	Durée	Distance
350 m	5h	10 km

Découverte des crêtes en marne de Fissac face à la chaîne de la Blanche..

Ani: Louis TEYSSIER & Kevin PARE
(Accompagnateurs en montagne du Fanget)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 45€

Sur ce séjour: repas du samedi soir, nuitée au gîte, petit-déjeuner du dimanche matin et pique-nique du dimanche midi compris.

Affaires acheminées au gîte en voiture avec les participants.





03 RANDONNÉE DU GYPSE DE THOARD

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée
Digne-les-Bains Thoard	4*	1300 m	2 jours

12 PERSONNES MAXI

JOUR 1

Dénivelé	Durée	Distance
850 m	6h30	14 km

Depuis Courbons, ce tracé permet de surplomber la vallée de Thoard, la vallée de la Bléone et celle du Bès. Du sommet de la Bigue (1652 m), on pourra profiter d'un panorama à 360° sur les Pré-Alpes, puis passage par le sentier du gypse pour arriver sur Thoard. Visite du moulin et du village. Soirée et nuitée au camping.

Hébergement au camping du Moulin à Thoard.

JOUR 2

Dénivelé	Durée	Distance
450 m	5h	11 km

Retour sur Courbons par un sentier en pente douce à travers champs et forêt. Visite du village perché de Courbons et de la miellerie.

Ani: Patricia & Roger MONY
(Club Les Marche Pieds)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 45€

Sur ce séjour: repas du samedi soir, nuitée en hébergement en dur au camping, petit-déjeuner du dimanche matin et pique-nique du dimanche midi compris.

Prévoir un duvet.

Affaires acheminées au camping par l'organisation.

04 TRAVERSÉE DE LA BARRE DES DOURBES

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée
Digne-les-Bains Tartonne	4*	1400 m	2 jours

20 PERSONNES MAXI

Très belle traversée sur 2 jours de cette curiosité géologique, la Barre des Dourbes, l'une des plus longues barres calcaires d'Europe !

JOUR 1

Dénivelé	Durée	Distance
600 m	6h	16 km

Depuis le hameau des Dourbes montée au Pas de la Faye (1673 m), vue panoramique sur les Alpes et les Ecrins, avant de redescendre par le GR® de Pays GTPA sur Tartonne.

Hébergement au gîte d'étape des Robines à Tartonne.

JOUR 2

Dénivelé	Durée	Distance
800 m	5h	11 km

Remontée à la barre par le Pas de Labaud (1622 m), passage de la ligne de crête et descente sur la vallée de Digne et les Dourbes.

Ani: André PICHE & Elisabeth MANZO
(Club ADRI Rando 04)

RDV: Place Général de Gaulle à 7h30
Départ de la rando à 8h

Tarif: 45€

Sur ce séjour: repas du samedi soir, nuitée au gîte, petit-déjeuner du dimanche matin et pique-nique du dimanche midi compris.

Prévoir un duvet.

Affaires acheminées au gîte par l'organisation.

05 ENTRE LES MONTAGNES DE LA HAUTE-BLEONE ET DE LA BLANCHE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée
Prads-Haute-Bléone Le Vernet	4*	1700 m	2 jours

18 PERSONNES MAXI

JOUR 1

Dénivelé	Durée	Distance
850 m	6h	15 km

L'itinéraire passe par le Bois de la Julie, Saume-Longe, franchit plusieurs ravins et gagne les cabanes pastorales et quelques alpages (L'Immerée, Val Pousane, des Têtes) avant de descendre le long du vallon de l'Espitau jusqu'à notre hébergement.

Hébergement au camping Lou Passavou à Le Vernet.

Repas au restaurant l'Inattendu.

JOUR 2

Dénivelé	Durée	Distance
850 m	5h	13 km

Le retour passe par le col de Mariaud, passage entre les vallées, l'ancien hameau de Pié Fourcha et rejoint le long du Galèbre les vestiges du hameau de Vière et ses œuvres d'art dans la nature.

Ani: Michel PRATS & Bernard ROSI
(Club ASMEL)

RDV: Place Général de Gaulle à 7h30
Départ de la rando à 8h

Tarif: 45€

Sur ce séjour: repas du samedi soir, nuitée en hébergement en dur au camping, petit-déjeuner du dimanche matin et pique-nique du dimanche midi compris.

Prévoir un duvet.

Affaires acheminées au camping par l'organisation.

06 LA CRÊTE DE GÉRUEN PAR LES SENTIERS SECRETS

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée
Hautes-Duyes Authon	5*	1600 m	2 jours

10 PERSONNES MAXI

Parcours hors sentiers avec passage vertigineux et petits pas d'escalade sur vires.

Réservé aux personnes ayant le pied sûr.

Port du casque recommandé.

JOUR 1

Dénivelé	Durée	Distance
900 m	6h	13 km

Crête de Géruen par les sentiers secrets : au départ d'Auribeau (1100 m) passage par le col Saint Pierre, Le Tournonnet les vires des passages secrets, sommet de Géruen (1880 m), vires de descente, col Saint-Pierre, Auribeau.

Hébergement au gîte d'étape des Monges à Authon.

JOUR 2

Dénivelé	Durée	Distance
700 m	5h	13 km

Au départ d'Authon découverte de la grotte Saint-Vincent, de la crête de Mélan, dalle à ammonites et retour sur Authon.

Ani: Francis BLAISON & Jean-Pierre BAILLY
(Club ASTCAF 04)

RDV: Place Général de Gaulle à 7h
Départ de la rando à 7h30

Tarif: 45€

Sur ce séjour: repas du samedi soir, nuitée au gîte, petit-déjeuner du dimanche et pique-nique du dimanche midi compris.

Prévoir un duvet.

Affaires acheminées au gîte en voiture avec les participants.



07 L'UNESCO GÉOPARC DE HAUTE-PROVENCE EN BIVOUAC

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée
Estoublon Digne-les-Bains	5*	2400 m	2 jours

10 PERSONNES MAXI

Traversée unique entre Estoublon et Digne-les-Bains sur deux jours avec bivouac en autonomie. Approche immersive et inclusive des patrimoines du Géoparc. Découverte des paysages géologiques, de l'environnement, des patrimoines naturels et humains.

JOUR 1

Dénivelé	Durée	Distance
1200 m	8h	20 km

Estoublon - Gorges de Trévans
Montagne de Beynes - Chabrières.

JOUR 2

Dénivelé	Durée	Distance
1200 m	8h	20 km

Chabrières - Les Brégaires - Entrages - Le Cousson
Digne-les-Bains.

Ani: Jean-Simon PAGES
(UNESCO Géoparc de Haute-Provence)

RDV: Place Général de Gaulle à 6h30
Départ de la rando à 7h

Tarif: 5€

Prévoir couchage, abri personnel selon météo et envie, repas du samedi midi et soir, repas du dimanche matin et midi, plus collations. Une formule bivouac dans le respect des bonnes pratiques en espace naturel.



08 PROMENADE GOURMANDE AVEC UN CHEF

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Digne-les-Bains	2*	80 m	3h	5 km

15 PERSONNES MAXI

En compagnie du chef cuisinier Frédéric PAYAN, promenade sur le marché provençal de Digne-les-Bains pour découvrir ou re-découvrir les produits de notre terroir de Haute-Provence. Quelques emplettes culinaires puis balade sur le sentier de Caguerenard longeant la Bléone. En chemin cueillettes d'herbes aromatiques, de fleurs comestibles et autres bijoux de la nature pour un pique-nique final en haut du Musée Promenade, siège de l'UNESCO GEOPARC de Haute-Provence.

Ani: PAYAN, Frédéric & Mathilde Jimenez
(Association Haute-Provence Gourmande,
Provence Alpes Agglomération)

RDV: Place Général de Gaulle à 9h30
Départ de la rando à 10h

Tarif: 5€



10 RANDO DÉCOUVERTE PAYSAGES ET BIODIVERSITÉ AVEC L'ONF

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Le Brusquet	2*	160 m	5h	12 km

15 PERSONNES MAXI



09 RANDO

DÉCOUVERTE & FAMILIALE BIODIVERSITÉ DU LAC DE L'ESCALE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Château-Arnoux Volonne - L'Escale	2*	100 m	6h	6 km

15 PERSONNES MAXI

En compagnie d'associations naturalistes, partez à la découverte de la biodiversité de la réserve ornithologique de Haute-Provence (site classé NATURA 2000) autour du lac de l'Escale (oiseaux, papillons, castors...).

Ani: Daniel MADELEINE & Gisèle MARTIN
(Association La Cistude)
Agnès De PINHO & Philippe NAWALA
(Association LPO-PACA)

RDV: Place Général de Gaulle à 7h30
Départ de la rando à 8h

Tarif: 5€

Avec les techniciens de l'Office National des Forêts découvrez le parc forestier du Brusquet, l'histoire des arbres, de la forêt domaniale de Haute-Bléone et de la restauration des terrains en montagne.

En chemin arrêtez à la cabane forestière Lucien Auzet, puis direction le massif de la Lauzière.

En fin de randonnée visite de l'écomusée de La Javie (site géopartenaire).

Ani: Sébastien SERRANO & Julie BUSCHE
(Office National des Forêts)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 5€



11 RANDONNÉE FAMILIALE TOUR DES CLUES DE VERDACHES

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Auzet	3*	400 m	4h	8 km

20 PERSONNES MAXI

Balade familiale en boucle sur les deux rives du Bès au-dessus des clues de Verdaches.

Panorama sur le sommet du Blayeul et les Cloches de Barles. Diversité des paysages, cascade du saut de la Pie, art dans la nature et œuvre de Paul Armand Gette (VIAPAC)

Ani: Brigitte GUILLOT (Club ADRI Rando 04)
Henri GUILLOT (Club Les Gavots)

RDV: Place Général de Gaulle à 9h
Départ de la rando à 9h30

Tarif: 5€

12 RANDONNÉE FAMILIALE PIQUE-NIQUE GOURMAND À L'ICHTYOSAURE PAR LA ROBINE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
La Robine sur-Galabre	3*	300 m	3h	7 km

20 PERSONNES MAXI

Randonnée avec pique-nique local gourmand fourni par l'organisation !

Après avoir rejoint l'oratoire Saint Barnabé par les robines (petit passage difficile), pique-nique au site géologique de l'Ichtyosaure (fossile d'un grand reptile marin mesurant plus de 4 mètres et âgé de 183 millions d'années) et retour au village.

Visites de « La Robine des canards » (Géopartenaire médaille d'argent au Concours Général Agricole de Paris 2023) et exploitations maraîchères

Ani: Jacky COLLIEUX & Thierry VANCELL
(Habitants de La Robine)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 15€

13 RANDO DÉCOUVERTE AUTOUR DU COL DE FONTBELLE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Castellard-Mélan	3*	400 m	6h	10 km

15 PERSONNES MAXI

Le col de Fontbelle est un site naturel en forêt domaniale. Les agents ONF vous feront découvrir son sentier d'interprétation, aménagé avec l'UNESCO GEOPARC, puis une curiosité géologique avec la grotte de Saint-Vincent et enfin le sommet de la Grande Aiguille à 1700 m d'altitude.

Ani: Michel PASCAL & Maxime ANDRÉ
(Office National des Forêts)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 5€

14 RANDO DÉCOUVERTE

DANS LE VAL DE DURANCE AVEC UN GÉOLOGUE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Peyruis	3*	500 m	4h	10 km

12 PERSONNES MAXI

Dans la vallée de la Durance, découvrez en compagnie de géologue de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence les collines, les vues panoramiques ainsi que la chapelle d'Augès (789 m).

Lecture de paysage, un peu de géologie, découverte des patrimoines naturels et humains.

Ani: Joëlle GAMET
UNESCO Géoparc de Haute-Provence

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 5€

15 RANDO DÉCOUVERTE

BALADE DU SUY ET PROMENADE DU THORON

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Thoard	3*	500 m	5h	10 km

15 PERSONNES MAXI

Horloge florale, carrière de gypse, chapelle Sainte Madeleine, refuge d'art d'Andy Goldsworthy, donjon clocher de l'église, résistance d'hier et d'aujourd'hui et flânerie dans les rues pour découvrir la richesse de ce village médiéval et ses alentours. Voilà le programme de cette randonnée découverte au cœur de la vallée des Duyes !

Ani: Annick PROIX & Nicole BOUDEVILLE
(Club ADRI Rando 04)

RDV: Place Général de Gaulle à 9h
Départ de la rando à 9h30

Tarif: 5€

16 TOUR DES VILLAGES ABANDONNÉS DE LA HAUTE-BLÈONE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Prads-Haute-Bléone	3*	450 m	4h30	11 km

20 PERSONNES MAXI

Aux confins de la belle vallée alpine de la Haute-Bléone, sous les sommets à près de 3000 m, découverte des anciens hameaux de ce massif par les chemins de traverse : Saume-Longe, hameau de Vière (ancien village ruiné avec sa chapelle restaurée et ses oeuvres d'art de Richard Nonas), Pied Fourcha, l'Immerée,...

Ani: Bernard & Marie-Agnès TRON
(Club Alpin Français de Haute Provence)

RDV: Place Général de Gaulle à 7h30
Départ de la rando à 8h

Tarif: 5€

17 LE SOMMET DU COUSSON PAR ENTRAGES

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Entrages	3*	550 m	4h	9 km

15 PERSONNES MAXI

Depuis le petit village perché d'Entrages, partez à la découverte de la chapelle Saint-Michel et du sommet emblématique du Cousson (1512 m) dominant la vallée de la Bléone.

Au retour, visite de l'artisan pâtissier des MACARONS DE PROVENCE à Digne les Bains (établissement Géopartenaire).

Ani: Patrick & Renée BONARDI
(Club ASPTT Montagne)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h30
Départ de la rando à 9h

Tarif: 5€

18 LE SOMMET DU CHASTELAS

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Beaujeu	3*	650 m	5h	11 km

12 PERSONNES MAXI

Au départ du petit hameau de Saint-Pierre de Beaujeu, cette randonnée monte au sommet du Chastelas (1402 m). Un superbe panorama attend les randonneurs (Montagne de la Blanche, Blayeul, Couar, Cheval Blanc...) avant de découvrir les traces fossiles d'hydropithèques imaginaires, une légende artistique...

Ani: Christian DUVA & Colombe DAUTREMER
(Club USB Encourgoura)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 5€

19 DES CLUES DE CHABRIÈRES À LA CLAPPE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Entrages	3*	650 m	6h	15 km

18 PERSONNES MAXI

Randonnée en boucle au départ des clues de Chabrières, curiosité géologique sur la Route Napoléon, montant au passage du Pas de l'Ane et au gîte de la Clappe où Napoléon s'arrêta en 1815. Retour par le vallon du Couinier, avec courte navette.

Ani: Pierre BLANC (Club Les Gavots)
Régis BLANC (Club Malijai rando)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 5€



20 RANDO DÉCOUVERTE **TOUR DE LA LAME DE FACIBELLE**

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
La Robine sur Galabre	3*	800 m	5h30	15 km

20 PERSONNES MAXI

Au cœur de la spectaculaire vallée du Bès, découvrez des curiosités géologiques exceptionnelles avec le Vélodrome et la lame de Facibelle.

Ani: Claude ESTIENNE & Denise MARTIN
(Club ASMEL)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 5€

21 RANDO DÉCOUVERTE **AUTOUR DU PIC DE BERNARDEZ**

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Seyne	4*	660 m	4h30	10 km

20 PERSONNES MAXI

Cheminement au-dessus de la forêt domaniale de la Blanche en suivant le GR®69 La Routo® jusqu'au col de Bernardez (2304 m). En compagnie de M. Baron, ingénieur du Centre d'études et de Réalisations Pastorales Alpes Méditerranée (CERPAM), nous retrouverons les troupeaux sur les alpages de l'Ambouin et du col Bas.

Ani: Jean-Pierre MARY & Marie-Joëlle ALLARD
(Club ADRI Rando 04)

RDV: Place Général de Gaulle à 7h30
Départ de la rando à 8h

Tarif: 5€



22 RANDO ALPINE

PIC DE GRISONNIERE (2010 M) PAR LE MOURE DE BEAUJEU

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Le Vernet	4*	940 m	6h30	15 km

12 PERSONNES MAXI

Une belle randonnée sportive par sa montée, sa magnifique traversée en crête, sa descente par la barre des Béliers qui offre un joli panorama sur la vallée du Bès et les sommets environnants.

Nous nous arrêterons pour un moment de recueillement au belvédère commémoratif du crash de la Germanwings du 24/03/2015.

Ani: Eric SENEQUIER & Evelyn DEAMBRI
(Club Les Gavots)

RDV: Place Général de Gaulle à 7h
Départ de la rando à 7h30

Tarif: 5€



23 RANDO ALPINE

LE BELVÉDERE DES AJUSTATS

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
La Javie	4*	950 m	5h30	11 km

12 PERSONNES MAXI

Après un départ du col de Boulard, nous monterons au sommet des Ajustats (1963 m), d'abord en empruntant d'anciennes pistes forestières, puis hors sentier, dans les pâturages pour enfin atteindre le sommet des Ajustats où nous pourrons admirer une des plus belles vues sur Digne et les vallées de la Bléone et du Bès.

Après une descente longue et soutenue, hors sentier, dans des pâturages puis dans la forêt, nous retrouverons un joli sentier qui nous ramènera au point de départ en passant par d'anciens hameaux abandonnés.

Ani: Bernard CANO & Ginette ROQUE
(Club ASMEL)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h30
Départ de la rando à 9h

Tarif: 5€



24 RANDO ALPINE

TOUR DU CARTON

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Prads-Haute-Bléone	5*	1100 m	7h	19 km

10 PERSONNES MAXI

De hameau en hameau, à la découverte de l'une des plus vastes communes de France ! En faisant le tour de la montagne du Carton, découvrez le patrimoine naturel et bâti de la Haute-Bléone et ses alpages en passant par le hameau de Tercier, la cabane pastorale de La Baisse, le col de la Baisse (1 758 m), les hameaux de Chavailles et d'Heyre avant de revenir à Prads-Haute-Bléone par un sentier en balcon au-dessus de la Bléone.

Ani: Richard BONNET
(Club ADRI Rando 04)

RDV: Place Général de Gaulle à 7h30
Départ de la rando à 8h

Tarif: 5€





25 RANDO SPA

CHAPELLE SAINT-PANCRACE ET SPA THERMAL

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Digne-les-Bains	2*	300 m	4h	6 km

15 PERSONNES MAXI

Petite randonnée en aller-retour vers la Chapelle Saint-Pancrace, « gardienne des thermes ». Véritable balcon au-dessus de la ville de Digne-les-Bains (vue panoramique), en passant par les ruines du château de la reine Jeanne. Commentaires par le Président de l'Association « Rénovateurs de Saint-Pancrace ».

Pique-nique sur place et retour pour 15h et accès au SPA thermal de Haute-Provence (compris dans l'inscription).

Prévoir maillot de bain, bonnet de bain et serviette pour l'accès au SPA.

Ani: Pierre & Michelle FREZET
(Club ASMEL)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h30
Départ de la rando à 9h

Tarif: 10€



26 MARCHÉ NORDIQUE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Les Mées	2*	100 m	2h30	10 km

15 PERSONNES MAXI

Découvrez la randonnée autrement avec la marche nordique, sous les contreforts des majestueux Pénitents des Mées, en compagnie des animateurs de l'association ADRI Rando04. Possibilité de prêt de bâtons

Ani: Michelle DUCLET, Françoise CORONNEL,
Françoise FURIO (Club ADRI Rando 04)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 5€

27 TOUR DES CLUES DE VERDACHES

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Auzet	3*	400 m	4h	8 km

20 PERSONNES MAXI

Balade familiale en boucle sur les deux rives du Bès au-dessus des clues de Verdaches.

Panorama sur le sommet du Blayeul et les Cloches de Barles. Diversité des paysages, cascade du saut de la Pie, art dans la nature et œuvre de Paul Armand Gette (VIAPAC)

Ani: Brigitte GUILLOT (Club ADRI Rando 04)
Henri GHUILLOT (Club Les Gavots)

RDV: Place Général de Gaulle à 9h
Départ de la rando à 9h30

Tarif: 5€



28 MOUSTIERS ET LE VALLON NOTRE DAME

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Moustiers-Sainte-Marie	3*	300 m	3h	5 km

12 PERSONNES MAXI

Depuis le cœur du pittoresque village de Moustiers-Sainte-Marie Bruno, guide local du Verdon, vous conduira sur le chemin de croix menant à la chapelle Notre Dame de Beauvoir. La randonnée se poursuit par le sentier du ravin Notre Dame jusqu'au plateau sauvage dominant la vallée. Le retour s'effectue par le sentier de Courchon, une ancienne voie romaine offrant des points de vue remarquables sur le lac de Sainte-Croix.

Ani: Bruno POTIÉ
(Des Guides pour l'Aventure)

RDV: Office de tourisme à Moustiers-Ste-Marie à 9h
Départ de la rando à 9h30

Tarif: 5€

29 TANARON PAR LA LAME DE FACIBELLE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Barles	3*	500 m	5h	10 km

12 PERSONNES MAX

A la découverte des hameaux et des curiosités géologiques de la vallée du Bès avec cette randonnée en forêt domaniale autour de la spectaculaire lame de Facibelle, du hameau perchés de Tanaron, du rocher Gassendi, puis retour par le hameau abandonné et le col du Pudoyer.

Ani: André PICARD & Richard BRUNET
(Club ASMEL)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h30
Départ de la rando à 9h

Tarif: 5€



30 RANDO DÉCOUVERTE DE MOUSTIERS ET DE SON ARRIERE PAYS

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Moustiers-Sainte-Marie	3*	500 m	5h30	10 km

15 PERSONNES MAXI

Découvrir Moustiers-Sainte-Marie au cœur du Parc naturel régional du Verdon, parcourir son « arrière-pays » au passé agricole ; aujourd'hui paradis des amoureux de la nature. En grande partie propriété du Conservatoire du Littoral ces paysages, au bord du lac de Sainte-Croix, ont vocation à être préservés pour le plus grand plaisir des randonneurs. Julien SAELENS (accompagnateur en montagne) vous fera découvrir toutes les richesses de ce patrimoine exceptionnel.

Ani: SAELENS Julien
(Guide Bureau Montagne Reliefs)

RDV: Office de tourisme à Moustiers-Ste-Marie à 9h
Départ de la rando à 9h30

Tarif: 5€

31 RANDO DÉCOUVERTE AUTOUR DE THOARD

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Thoard	3*	650 m	4h	12 km

20 PERSONNES MAXI

Au départ du village de Thoard, montée à la chapelle Sainte-Madeleine réhabilitée en refuge d'art par le Musée Gassendi. Elle abrite une œuvre de l'artiste Andy Goldsworthy. Poursuite jusqu'au col de la Croix pour la pause déjeuner avec apéritif offert par les animateurs. Retour en passant par l'ancienne carrière de Gypse.

Ani: Jean-Michel AILHAUD & Gilbert DELAYE
(Club Malijai rando)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 5€

32 LEGENDES AUTOUR DE DROMON

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Saint-Geniez	3*	510 m	5h	14 km

20 PERSONNES MAXI

Vous marcherez sur les traces de l'histoire en empruntant le chemin qui, si l'on en croit la légende, pourrait vous conduire vers Théopolis, la cité de Dieu. Une immersion au cœur de la vallée sauvage du Vançon depuis Saint-Geniez, en passant par la chapelle de Dromon et le hameau d'Abros.

Ani: Jean-Pierre & Rolande LECOMTE
(Club ADRI Rando 04)

RDV: Place Général de Gaulle à 7h30
Départ de la rando à 8h

Tarif: 5€



33 RANDO DÉCOUVERTE

HISTOIRE D'EAU : LA BLÈONE ET SON AFFLUENT LE RIOU

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Le Brusquet La Javie	3*	400 m	6h30	14 km

20 PERSONNES MAXI

Une boucle avec belles vues sur la Blèone et son affluent le Riou.

Passage par les anciens hameaux de la Bouisse Basse et de la Bouse, permettant de voir des aménagements liés à l'eau (abreuvoir, ruines d'un moulin, canaux ...).

Présentation de la prise du canal du Moulin au départ de la rando.

Visite de l'écomusée de la Javie (site géopartenaire).

Ani: Jean-Pierre MARY & Marie-Joëlle ALLARD
(Club ADRI Rando04)

RDV: Place Général de Gaulle à 7h30
Départ de la rando à 8h

Tarif: 5€

34 DÉCOUVERTE DU LAC DE SAINTE-CROIX PAR LE PLATEAU

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Moustiers-Sainte- Marie	3*	400 m	5h30	13 km

15 PERSONNES MAXI

Depuis le village classé de Moustiers-Sainte-Marie, l'itinéraire suit le GR®P Tour des Balcons du Verdon pour rejoindre le plateau de Valensole. Les vues panoramiques sur le lac, Moustiers et l'entrée des gorges du Verdon sont une mise en bouche avant de descendre au lac de Sainte-Croix !

Ani: Jacky LETELLIER & Gilbert HENRY
(Club Les Godillots Fleuris)

RDV: Office de tourisme à Moustiers-Ste-Marie à 9h
Départ de la rando à 9h30

Tarif: 5€

35 RANDO DÉCOUVERTE L'ARDOISIÈRE ET LES MINES DE BARLES

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Barles	3*	450 m	5h	7 km

20 PERSONNES MAXI

Randonnée inédite pour découvrir un site d'extraction d'ardoise par les anciens sentiers et retour par les anciennes mines d'extractions de plomb argentifère et de cuivre en surplombant les ravins du Bès (quelques passages hors sentier).

Phénomènes d'érosions remarquables vers la serre de Ranguin dans les bois du Blayeul.

Ani: Rémy & Michèle MARCHAIS
(Club ADRI Rando04)

RDV: Place Général de Gaulle à 10h
Départ de la rando à 10h30

Tarif: 5€



36 RANDO DÉCOUVERTE LES GORGES DE TRÉVANS

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Estoublon	3*	500 m	5h	10 km

12 PERSONNES MAXI

Au cœur du site naturel protégé des gorges de Trévans, partez à la découverte de la chapelle Saint André, ruine d'un ancien monastère datant du XIII^e siècle, ainsi que des vestiges du hameau de Valbonnette niché au cœur des gorges.

En fin de randonnée, visite du vieux Moulin (huile d'olive et huiles essentielles de lavandin) à Estoublon (site géopartenaire)

Ani: Patrick & Renée BONARDI
(Club AVF)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h30
Départ de la rando à 9h

Tarif: 5€

37 RANDO DÉCOUVERTE LES BALCONS DE LA DURANCE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
L'Escale	3*	480 m	6h	9 km

15 PERSONNES MAXI

En compagnie d'associations naturalistes, découvrez la Durance vue d'en haut avec de magnifiques points de vue sur le lac de l'Escale, les vieux villages de Vieres avec ses vieilles pierres et celui de Vignorgues, de magnifiques chênaies et pinèdes. Cela nous ramènera vers Volonne. Le retour s'effectuera par le sentier du Tour du lac en passant devant la passerelle suspendue de Haute-Provence (100 m de long au-dessus de la Durance !).

Ani: Jean-Pierre RAYNE & Jean-Claude BERTRAND
(Association La Cistude)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 5€

38 SUR LES CHEMINS DE LA RÉSISTANCE : LA FERME DE BELON

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Draix	3*	450 m	5h	9 km

15 PERSONNES MAXI

Une randonnée à la découverte de l'école des cadres de la Résistance du 04, pendant l'occupation et le Régime de Vichy, Sortie en présence des élèves du Collège Gassendi dont la carte narrative sur l'arrestation des stagiaires le 14 février 1944 a été primée au Concours National de la Résistance et de la Déportation. Cette randonnée sera l'occasion pour eux de vous lire, in situ, le texte poétique qu'ils et elles ont co-écrit et qui s'intitule « Si la montagne pouvait parler ».

Ani: Céline COULON & Véronique SEGOT
(Collège GASSENDI)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h30
Départ de la rando à 9h

Tarif: 5€

39 LE COL L'ESCUICHIÈRE ET SON REFUGE D'ART

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Le Brusquet	3*	600 m	5h	9 km

12 PERSONNES MAXI

Départ du pont sur la Bléone, montée plein nord parfois raide sur la ligne de crête. Passage à Chauvet et au refuge d'art d'Andy Goldsworthy et au col de l'Escuichière.

Deux options pour rejoindre la Baisse du Frêne, depuis la crête pour rejoindre le sommet et suivre la crête ou, si la végétation est trop touffue et humide, emprunter la piste parallèle.

Ani: Christian DUVA & Colombe DAUTREMER
(Club USB Encourgoura)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h30
Départ de la rando à 9h

Tarif: 5€

40 LE SOMMET DU COUSSON PAR LA VALLÉE DE L'ASSE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Digne-les-Bains	4*	900 m	6h	12 km

20 PERSONNES MAXI

Découvrez le sommet du Cousson et sa chapelle par un itinéraire peu connu au départ de la vallée de l'Asse (retour par Suyès et le hameau des Courtiers). Au cours de la rando, à travers le minéral et le vivant, laissons-nous surprendre par ce que nous offre la nature !

Ani: Enzo GHIRARDINI & Anne SUFFIT
(Club Randurance)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 5€

41 RANDO DÉCOUVERTE LE COUSSON ET LA COLLECTION D'ART EN MONTAGNE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Entrages	4*	800 m	6h	15 km

12 PERSONNES MAXI

Au sein de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence, des artistes ont créé des œuvres révélant les spécificités naturelles, historiques, culturelles, sociales du territoire, une collection d'art en montagne s'est déployée !

Partez à la découverte d'une partie de la collection, guidés par Laurie Honoré, responsable du service public au Musée Gassendi et Charles Speth, accompagnateur en montagne et membre de l'association « l'art en chemin ».

Ani: Charles SPETH (l'Art en Chemin)
& Laurie HONORÉ (Musée Gassendi)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

GRATUIT



L'Europe investit dans les zones rurales



ACTIVITÉS Outdoor





42 DESCENTE DE LA VALLÉE DE L'ASSE À VÉLO

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
De Mézel à Bras d'Asse	2*	-	6h	15 km

15 PERSONNES MAXI

Cette balade à vélo, commentée, sera ponctuée de plusieurs visites et animations entre deux coups de pédales. Véritable voyage dans le temps des Hommes et de la Terre, autour d'une rivière incontournable, maîtresse des lieux. Gentiment sportive (parcours en faux plat descendant), culturelle, par moment gourmande, cette expérience UNESCO Géoparc vous emmènera de Notre-Dame de Liesse à la distillerie, de l'huile d'olive au miel de lavande, des castors aux anciens fours à chaux...

Prévoir vélo et casque. Une navette ramènera les participants et leur vélo au parking de départ.

Ani: Marie-Jo SONCINI & Orane BAU
(UNESCO Géoparc de Haute-Provence
Provence Alpes Agglomération)

RDV: Place Général de Gaulle à 9h
Départ de la rando à 9h30

Tarif: 5€

43 TOUR DU LAC DE L'ESCALE EN VTT ÉLECTRIQUE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Château-Arnoux	2*	250 m	3h	20 km

8 PERSONNES MAXI

Découverte en VTT électrique du Tour du Lac, de la passerelle de Haute-Provence longue de 100 m au-dessus de la Durance, des 6 aires de découverte naturalistes et de toute la biodiversité de la réserve ornithologique de Haute-Provence.

Le parcours se prolongera avec le tour de Tigne, dominant le village de Volonne et la Durance.

VTT électrique et casque fournis par l'organisation.

Ani: Provence Alpes Agglomération

RDV: Place Général de Gaulle à 9h
Départ de la rando à 9h30

Tarif: 5€

44 RANDO PARAPENTE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Digne-les-Bains	3*	600 m	4h	4 km

3 PERSONNES MAXI

Vivez une expérience unique avec une randonnée vous permettant de gagner un sommet avant un baptême en parapente biplace !

Cette sortie «rando parapente», encadrée par le club «Bléon'ailes», débute par une montée à pied, depuis le centre-ville de Digne-les-Bains, jusqu'à l'aire de décollage de l'Andran située à 1200 m d'altitude, au-dessus de la ville (randonnée de 4 km et 600 m de dénivelé).

Prévoir une veste coupe-vent. Sortie reportée au dimanche si météo défavorable.

Ani: Alexandre HYPPOLITE
(Club parapente BLEON'AILES)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif : 5€



45 VIA FERRATA DE PRADS-HAUTE-BLÉONE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Prads-Haute-Bléone	3*	300 m	4h	-

8 PERSONNES MAXI

Essayez une randonnée verticale en faisant l'ascension, avec un guide diplômé, de la via ferrata de la falaise de Meichira à Prads Haute-Bléone.

Cotation Assez Difficile (AD+).

Temps d'accès 10 mn

Parcours en falaise 3 h

Temps de retour 40 mn.

Matériel fourni (casque, baudrier, longues).

Ani: Kira ENGLE
(Guide escalade)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h30
Départ de la rando à 9h

Tarif : 5€



46 PADDLE SUR LA DURANCE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Volonne	4*	-	2h	8 km

15 PERSONNES MAXI

Au départ de la base « Durance nautique », sur le lac de l'Escale, découverte du paddle sur le Durance jusqu'à la confluence avec le Vançon avec un guide diplômé. Vous traverserez un milieu naturel préservé (réserve ornithologique de Haute-Provence).

Inscription à cette balade accompagnée à partir de 12 ans.

Prévoir une tenue sportive qui peut aller dans l'eau (prévoir tenue de rechange) et une veste coupe-vent. Gilets de sauvetages fournis et combinaisons néoprènes si besoin.

Ani: Ravi SAUVAGEON
(Association Volonne Paddle)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h30
Départ de la rando à 9h

Tarif: 5€

47 TRAIL DE DIGNE-LES-BAINS (LA RECO)

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Digne-les-Bains	4*	1000m	3h	17 km

30 PERSONNES MAXI

Au départ du centre-ville de Digne-les-Bains cette sortie Trail, en compagnie du Team Endurance Provence, vous conduira au Cousson, sommet emblématique de Digne culminant à 1512 m.

Cette sortie non chronométrée est une reconnaissance du parcours du « 1er Trail de Digne-les-Bains », course qui aura lieu le 15 octobre 2023.

Ani: Nicolas DELMI & Héliane DE SOUZA
(Team Trail Endurance Provence)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h30
Départ de la rando à 9h

Tarif: 5€



49 VIA FERRATA DE DIGNE-LES-BAINS

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Digne-les-Bains	4*	300 m	5h	-

8 PERSONNES MAXI

Au départ du centre-ville de Digne-les-Bains, partez à la découverte de la via ferrata du Rocher de Neuf Heures au cœur de l'UNESCO Geoparc de Haute-Provence.

Accompagnés d'un guide diplômé découvrez ce parcours en falaise agrémenté de poutres, pont de signe, pont népalais, d'une tyrolienne, ainsi que de silhouettes d'oiseaux grandeur nature et de pupitres d'interprétations.

Cotation Difficile (D).

Temps d'accès 45 mn

Parcours en falaise 3h30

Temps de retour 40 mn.

Matériel fourni (casque, baudrier, longues).

Ani: Kira ENGLE
(Guide escalade)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h30
Départ de la rando à 9h

Tarif: 5€

48 INITIATION À L'ESCALADE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Digne-les-Bains	3*	100 m	4h	1 km

8 PERSONNES MAXI

Le club APSTT Escalade Digne vous propose une initiation escalade sur la falaise de Courbons, berceau de l'escalade dignoise. Au programme de l'initiation : histoire de l'escalade dignoise et du département, escalade tout niveau (à partir de débutant) sur la falaise de Courbons et initiation aux notions de sécurité.

Matériel d'escalade fourni par l'organisation.

Ani: Thibaud GONZALEZ & José BOLO
(Club ASPTT Escalade Digne)

RDV: Place Général de Gaulle à 10h
Départ de la rando à 10h30

Tarif: 5€

50 INITIATION AU CANYONING

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Hautes-Duyes	4*	-	4h	4 km

8 PERSONNES MAXI

Découvrez le canyoning avec une descente encadrée par un professionnel dans de belles gorges sauvages au pied des crêtes du Géruen.

Canyon d'initiation sportif, au profil vertical, pour parfaire son autonomie en rappel.

20 min marche d'approche

3h de descente

35 min de marche retour

Prévoir des chaussures et une tenue adaptée pour marcher dans l'eau, des vêtements secs et une serviette.

Matériel de canyoning fourni par l'organisation.

Ani: Julien CANDY
(Guide Pro Verdon Activités)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 5€

51 CANOË EN FAMILLE SUR LA DURANCE

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Volonne	3*	-	2h	6 km

30 PERSONNES MAXI

Au départ de la base « Durance nautique », sur le lac de l'Escale, partez à l'aide d'une carte naviguer sur la Durance et découvrir ses richesses naturelles et patrimoniales. Cette sortie en canoë, sous la forme d'un jeu de pistes, et adaptée aux familles et aux enfants à partir de 4 ans.

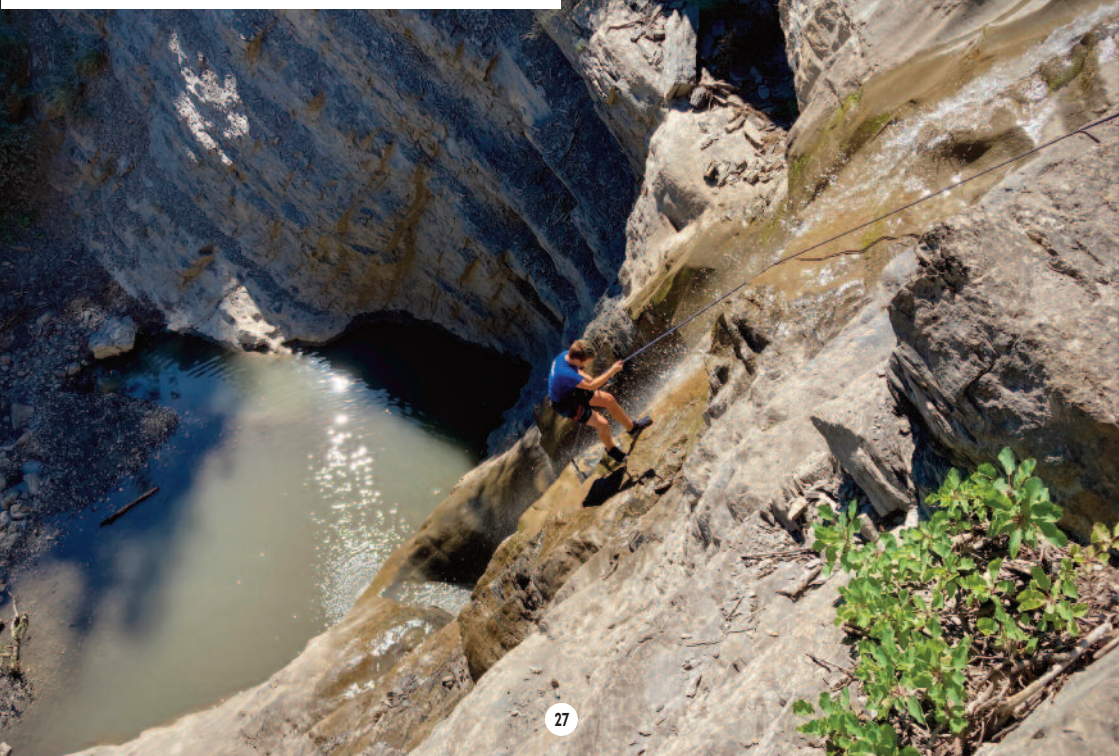
Prévoir une tenue sportive et une veste coupe-vent.

Les gilets de sauvetages seront fournis.

Ani: Ravi SAUVAGEON
(Association Volonne Paddle)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h30
Départ de la rando à 9h

Tarif: 5€





52 RANDO VTT DANS LES TERRES NOIRES

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Digne-les-Bains	4*	700 m	4h	25 km

12 PERSONNES MAXI

Découvrez ou redécouvrez les Terres Noires de Digne avec un moniteur VTT. Conseils techniques seront au rendez-vous pour vous permettre de vous amuser en toute sécurité dans ce cadre privilégié pour la pratique du VTT.

Cette randonnée est accessible avec un niveau de pratique intermédiaire en VTT ou VTTAE.

Prévoir VTT, casque, trousse de réparation et ravitaillement.

Ani: Dorian ZURETTI
(Guide VTT - Club VTT Rando 04)

RDV: Place Général de Gaulle à 8h
Départ de la rando à 8h30

Tarif: 5€

53 54 55 BALADE ENFANT À PONEY

DÉPARTS À 10H, 11H ET 12H

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Moustiers Sainte-Marie	2*	50 m	1h	3 km

4 PERSONNES MAXI

Sur le sentier de Tréguier, au départ de la place de l'église de Moustiers-Sainte-Marie, profitez en famille d'une promenade sur un sentier botanique accompagnée de 4 poneys et des guides d'Equiverdon.

Prévoir un pantalon long et des chaussures fermées pour les enfants et les accompagnants.

Pour les enfants à partir de 6 ans jusqu'à 10 ans.

Ani: Benoît Ryckewaert (Centre Equiverdon)

RDV: Office de tourisme à Moustiers-Ste-Marie à 9h30
Départ de la rando à 10h (RANDO 53)

RDV: Office de tourisme à Moustiers-Ste-Marie à 10h30
Départ de la rando à 11h (RANDO 54)

RDV: Office de tourisme à Moustiers-Ste-Marie à 11h30
Départ de la rando à 12h (RANDO 55)

GRATUIT





56 BALADE FAMILIALE EN VÉLO ÉLECTRIQUE TOUS CHEMINS

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Moustiers Sainte-Marie	3*	500 m	3h	30 km

12 PERSONNES MAXI

En compagnie des guides VTT locaux de Moustiers-Sainte-Marie, découvrez en vélo électrique tous chemins, au cœur du Parc naturel régional du Verdon, le plateau de Roumoules, ses panoramas à 360° et ses vues plongeantes sur lac de Sainte-Croix.

Vélos électriques fournis par les guides.

Prévoir tenue sportive, eau et sac à dos.

Ani: Jason ROSSI & Adrien AMIEL
(Guides VTT EVOLUTION
et MOUSTIERS BIKE SERVICES)

RDV: Office de tourisme à Moustiers-Ste-Marie à 9h30
Départ de la rando à 10h

Tarif: 5€

57 VÉLO GRAVEL DANS LE PARC NATUREL RÉGIONAL DU VERDON

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Moustiers Sainte-Marie	3*	1000m	3h	40 km

12 PERSONNES MAXI

Partez découvrir en vélo Gravel le Verdon, le Massif du Montdenier et ses nombreuses pistes, entre Moustiers-Sainte-Marie et Saint-Jurs, avec des vues panoramiques sur le plateau de Valensole et le lac de Sainte-Croix.

Ani: Feel PUECHBERTY
(Guide VTT FEEL SINGLETRACK)

RDV: Office de tourisme à Moustiers-Ste-Marie à 14h
Départ de la rando à 14h30

Tarif: 5€



58 KAYAK SUR LE LAC DE SAINTE-CROIX

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Moustiers Sainte-Marie	2*	-	2h	-

12 PERSONNES MAXI

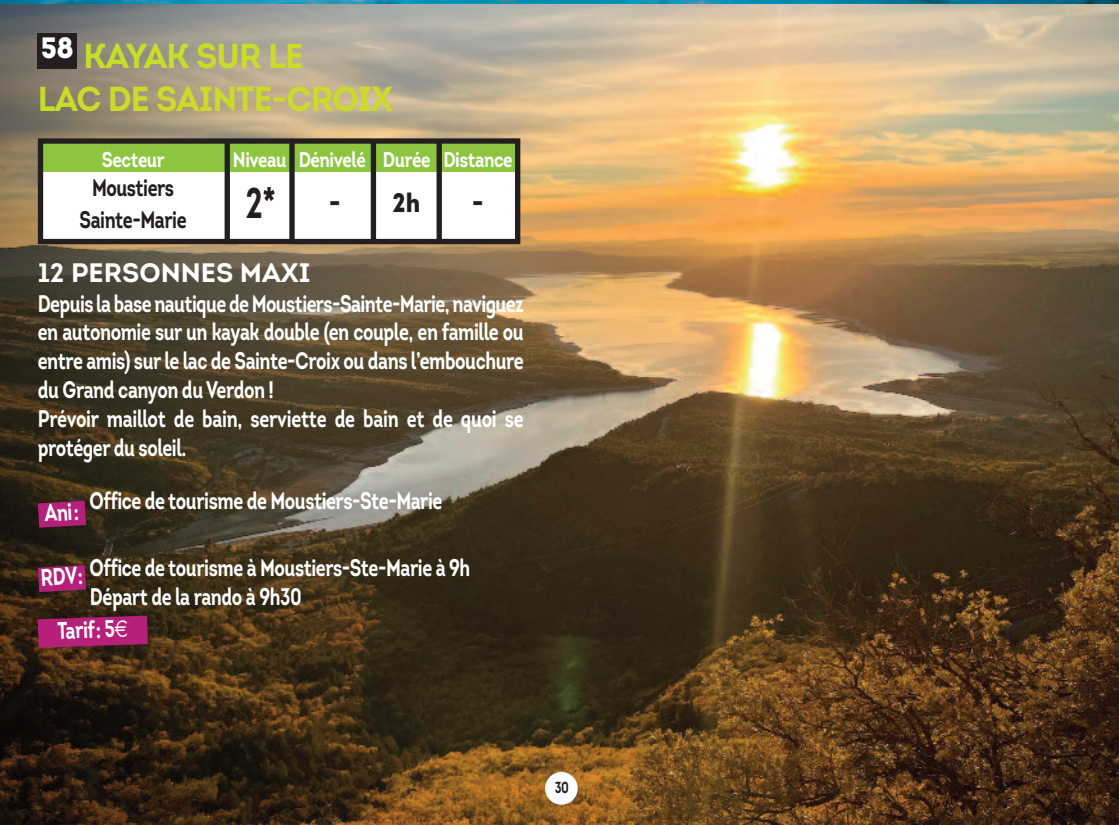
Depuis la base nautique de Moustiers-Sainte-Marie, naviguez en autonomie sur un kayak double (en couple, en famille ou entre amis) sur le lac de Sainte-Croix ou dans l'embouchure du Grand canyon du Verdon !

Prévoir maillot de bain, serviette de bain et de quoi se protéger du soleil.

Ani: Office de tourisme de Moustiers-Ste-Marie

RDV: Office de tourisme à Moustiers-Ste-Marie à 9h
Départ de la rando à 9h30

Tarif: 5€



59 CANOË SUR LE LAC DE SAINTE-CROIX

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Moustiers Sainte-Marie	2*	-	2h	-

12 PERSONNES MAXI

Depuis la base nautique de Moustiers-Sainte-Marie, naviguez en autonomie sur un canoë double (en couple, en famille ou entre amis) sur le lac de Sainte-Croix ou dans l'embouchure du Grand canyon du Verdon !

Prévoir maillot de bain, serviette de bain et de quoi se protéger du soleil.

Ani: Office de tourisme de Moustiers-Sainte-Marie

RDV: Office de tourisme à Moustiers-Ste-Marie à 9h
Départ de la rando à 9h30

Tarif: 5€

60 PADDLE SUR LE LAC DE SAINTE-CROIX

Secteur	Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
Moustiers Sainte-Marie	2*	-	2h	-

6 PERSONNES MAXI

Depuis la base nautique de Moustiers-Sainte-Marie, naviguez en autonomie sur un paddle (en solo ou en couple) sur le lac de Sainte-Croix !

Prévoir maillot de bain, serviette de bain et de quoi se protéger du soleil.

Ani: Office de tourisme de Moustiers-Ste-Marie

RDV: Office de tourisme à Moustiers-Ste-Marie à 9h
Départ de la rando à 9h30

Tarif: 5€



LA 19^{EME} ÉDITION DE LA FÊTE DE LA RANDO ET DE L'OUTDOOR

est organisée par Provence Alpes Agglomération avec le soutien de :

Fédération Française de la Randonnée des
Alpes-de-Haute-Provence (FFR04) et ses associations :

- ADRI Rando 04
- ASMEL
- AVF Digne
- Randurance
- Les Marche-pieds
- USB Seyne club Encourgoura
- Les Godillots fleuris

Les Gavots

ATSCAF 04

ASPTT Montagne Rando Digne-les-Bains

CAF de Haute-Provence

Maljai rando

Office de tourisme de Provence Alpes Digne-les-Bains

Office de tourisme de Moustiers-Sainte-Marie

UNESCO GÉOPARC de Haute-Provence

Association La Cistude

Ligue de protection des oiseaux

Office National des Forêts

Les gîtes et refuges du territoire

Les accompagnateurs et guides en montagne

Base Durance Nautique

Pro Verdon Activités

Maison de la transhumance

Auberge du Fanget

Association Haute-Provence gourmande

Musée Gassendi

Club VTT Rando 04

Club parapente Bléon'Aïles

Team trail Endurance Provence

ASPTT Escalade Digne-les-Bains

Association Volonne paddle

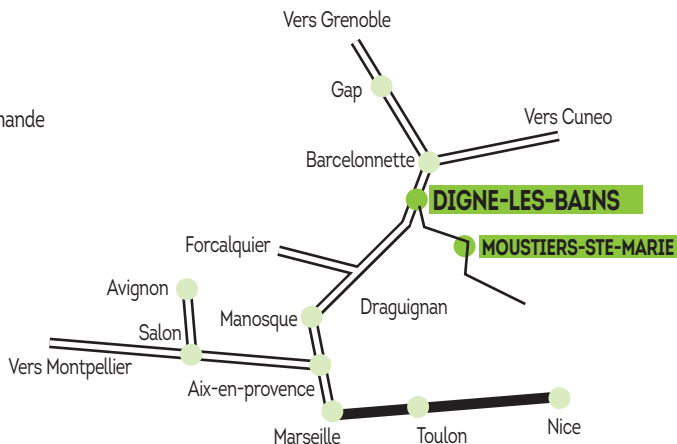
Base nautique Moustiers



En partenariat avec :



Avec le soutien financier de :



INSCRIPTIONS EN LIGNE SUR : www.njuko.net/feterando2023

Informations :

Office de Tourisme Provence Alpes Digne-les-Bains : 04 92 36 62 62
www.dignelesbains-tourisme.com