



ARTS SPORTS ET LOISIRS

SECTION RANDONNEE

EN PAYS D'AIGUES

06 74 55 97 11

RANDONNEES PEDESTRES 2ème trim 2023

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 RESSAULTS EXPOSES

P3 SENTIER AVEC PASSAGES PENIBLES

T3 RESSAULTS ROCHEUX PARFOIS EQUIPES ET DELICATS

Participation de 0,05 € par km et par personne transportées pour le covoiturage (péage partagé e 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 : SAMEDI 01 AVRIL

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

DENIVELE : 500 m COTATION : P2 T2 ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : ½ Sentier BLANC-MARTEL au départ de la MALINE en A/R (Gorges du Verdon)

Départ du chalet de la Maline, descente en lacets, puis un passage rocheux avec une échelle pour atteindre le pré d'Issane. On continue le long du Verdon, puis on fera l'ascension de la brèche Imbert (aller-retour) avec de nombreux passages rocheux pour atteindre le très beau belvédère du sommet. On ne descendra pas les escaliers en direction du point sublime, mais on redescendra la brèche Imbert, s'en suivra un pique-nique au bord de l'eau, au carrefour de la Mescla qui voit la confluence de l'Artuby et du Verdon. Retour par le même chemin qu'à l'aller. Cela permet de ne pas à avoir à faire le transfert de voitures qui prend beaucoup de temps. Possibilité de ne pas faire la brèche Imbert, ce qui limite grandement les difficultés techniques.

DATE : DIMANCHE 2 AVRIL

DEPART : 8 h00 DUREE : 6h30 LONGUEUR : 17 km DISTANCE AR : 100 km COVOITURAGE : 5 €

DENIVELE : 525 m COTATION : P3 T3 ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : Les Gorges de la Véroncle et la Combe de Vaumale (Monts de Vaucluse)

Départ de Murs. Boucle sportive avec câbles et mains courantes. Descente des gorges de la Véroncle avec ses moulins et montée des gorges de Vaumale. Permet en une fois de faire ces deux gorges magnifiques. Chasse aux œufs lors du pique-nique...

DATE : SAMEDI 15 AVRIL

DEPART : 9H00 DUREE : 5H00 LONGUEUR : 13 km DISTANCE AR 35 km COVOITURAGE : 2 €

DENIVELE : 400 m COTATION : P1 T1 ACCOMPAGNATEUR : Patrick COLMUTO 04 24 26 22 31

DESCRIPTION : MEYRARGUES, LE CAMP CHINOIS (13)

Randonnée proche de chez nous sans difficulté

DATE : DIMANCHE 16 AVRIL

DEPART : 8 h00 DUREE : 5h30 LONGUEUR : 13 km DISTANCE AR 130 km :COVOITURAGE : 6,5 €

DENIVELE : 610 m COTATION : P3 T3 ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 74 55 97 11

DESCRIPTION : CALANQUES PETIT COULOIR ET SOCLE CANDELLE (13)

Rando technique et difficile au départ de Luminy. Passage par le sentier des 13 contours, col de la Candelle , un bout de plateau Devenson jusqu'au col de Devenson, et descente vers petit couloir puis sentier en balcon et sa chaine horizontale de 15 m (il y a la place pour les pieds mais un vide important), ensuite un passage au socle candelon (2 passages exposés) montée du très beau couloir du candelon (chaine) et retour par col de la Candelle à Luminy. Très belle rando mais réservée aux personnes à l'aise dans les passages techniques et exposés et relativement physique (il y a 6 passages techniques). Pour les personnes qui désirent venir et qui ne m'ont pas encore averti de leur venue, **inscription nécessaire**.

DATE : SAMEDI 22 AVRIL

DESCRIPTION : GANAGOBIE ET SON MONASTERE

DEPART : 8 h30 DUREE : 6h30 LONGUEUR : 17KM DISTANCE AR : 130km COVOITURAGE : 7€ PLUS LE PEAGE

DENIVELLE : 600 m COTATION : P2 T1 ACCOMPAGNATEUR : Patrick COLMUTO 06 24 26 22

Au départ de Peyruis découverte du plateau de Ganagobie et de son monastère. Beau panorama sur la Durance

DATE : DIMANCHE 30 AVRIL

DEPART : 8 h00 DUREE : 7h00 LONGUEUR : 16 km DISTANCE AR : 160 km COVOITURAGE : 8 €

DENIVELE : 950 m COTATION : P3 T1 ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : Sentier du Bastidon et Cime de Barbin (Gorges du Verdon)

Départ du Belvédère de Mayreste, puis sentier du Bastidon, la Palud-sur-Verdon et montée l'après-midi à la Cime de Barbin. Belle et large boucle dans les gorges du Verdon, avec du dénivelé tout au long de la journée. De belles vues dominantes.

DATE : DIMANCHE 7 MAI

DEPART : 8 h00 DUREE : 6h00 LONGUEUR : 12 km DISTANCE AR : 150 km COVOITURAGE : 7,5 €

DENIVELE : 800 m COTATION : P2 T2 ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : CRETES DE L'OURBES ET SOMMET DE PLEIN VOIR (Gorges du VERDON)

Départ d'une épingle au-dessus du rond-point D952/D957 après Moustiers. Montée facile dans la falaise par le GR4. Rapidement on découvre de superbes vues sur le lac de Ste Croix, puis les gorges du Verdon. Sommet de l'Ourbès, col de l'Ane, puis Plein Voir où l'on marche sur des ammonites. **Descente raide** en forêt jusqu'à la résurgence de St Maurin, puis **sentier en balcon** jusqu'au retour. **Attention** : risque de vertige pour personnes sensibles ! Il y aura une navette de véhicule pour s'éviter 4 km de goudron. Prendre aisément 2L d'eau par personne

DATE : SAMEDI 13 MAI

DESCRIPTION : CRETE DE GERUEN DEPART COL DE FONT BELLE (04)

DEPART : 8 h 00 DUREE : 6h30 LONGUEUR : 15KM DISTANCE AR : 220 km COVOITURAGE : 11€ PLUS LE PEAGE

DENIVELLE : 780 m COTATION : P2 T1 ACCOMPAGNATEUR : Patrick COLMUTO 06 24 26 22 31

Panorama garanti au sommet avec vue à 360° ou seul les Monges cachent l'Oisans. Vue plein Sud jusqu'à la basse Provence, en passant par la montagne de Lure, le Mont Ventoux, le Dévoluy avec le Pic de Bure, la vallée de la Blanche du côté de Digne etc...

Contraste entre la montée méditerranéenne plein Sud et la crête plus froide. Randonnée sans difficulté majeure à part sa longueur et le dénivelé. Bâtons et chaussures montantes fortement recommandés.

DATE : SAMEDI 20 MAI

DEPART : 8 h00 DUREE : 5h00 LONGUEUR : 14,4 km DISTANCE AR : km COVOITURAGE :

DENIVELE : 247 m COTATION : P1 T1 ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 74 55 97 11

DESCRIPTION : PLATEAU DU TALLARGARD à l'est de SALON (13)

Rando sur un plateau à l'est de Salon, permet de faire une rando facile avec Bories, plateau et vue agréable.

DATE : DIMANCHE 21 MAI

DEPART : 8 h30 DUREE : 4h40 LONGUEUR : 13 km DISTANCE AR : 100 km COVOITURAGE : 5 €

DENIVELE : 400 m COTATION : P2 T2 ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : LIOUX et la falaise de la MADELEINE (Monts de Vaucluse)

Départ du moulin de Lioux, Plan des Yves, chapelle Sainte Madeleine, croix des Laves, combes de Font Jouvale et retour par les crêtes de la Madeleine. Beaux panoramas sur les Monts de Vaucluse et très belle combe de Font Jouvale. Une montée raide pour se sortir de la combe et rejoindre les crêtes juste avant le déjeuner mais sans difficulté technique.

DATE : LUNDI 29 MAI (LUNDI DE PENTECOTE)

DEPART : 8 h00 DUREE : 5h20 LONGUEUR : 14 km DISTANCE AR : 128 km COVOITURAGE : 6,4 €

DENIVELE : 450 m COTATION : P2 T2 ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : COMBE DE CAPELLAN (VENASQUE, MONTS DE VAUCLUSE)

Visite de la Combe de Capellan rocheuse et aérienne, puis de la Combe de la Fontaine du Rupt boisée et plus humide .Points de vue sur le Comtat et bien sûr l'inévitable Ventoux. En fin de rando, possibilité de visiter le village de Venasque, merveille médiévale. Prévoir de bonnes chaussures car pistes et sentiers caillouteux.

Randonnée à déconseiller aux personnes craignant trop le vertige. Pas de difficulté si la roche est sèche.

Prendre aisément 2 L d'eau par personne.

DATE : DIMANCHE 4 JUIN

DEPART : 8 h00 DUREE : 7h00 LONGUEUR : 18 km DISTANCE AR : 160 km COVOITURAGE : 8 €

DENIVELE : 850 m COTATION : P3 T2 ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : Le Pont de Tuf (Gorges de Trévans)

Départ du parking de Trévans. Montée par la vallée du Clovion, puis en balcon jusqu'à la chapelle Saint-André, le pont romain, le Hameau du Poil, pique-nique et plongée vers le Pont de Tuf. Remontée raide vers le haut des Gorges de Trévans et retour. Long circuit agréable, permettant de voir les plus belles parties des gorges de Trévans, plutôt fraîches en été. Circuit sportif après le Pont de Tuf, nécessite un pied sûr et des bonnes conditions physiques.

DATE : DIMANCHE 11 JUIN

DEPART : 8 h00 DUREE : 6h50 LONGUEUR : 14,5 km DISTANCE AR : 220 km COVOITURAGE : 11 € + péage

DENIVELE : 950 m COTATION : P2 T2 ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : Le sommet des Monges au départ d'Authon (Entre Sisteron et Digne-les-Bains)

Large boucle sur les crêtes des Monges entre Authon et le sommet des Monges. De très belles vues panoramiques tout au long de la randonnée sur les crêtes. La montée par Costebelle est toujours chargée en fleurs de montagne. Sentiers de montagne sur les crêtes. Bonne condition physique.

DATE : SAMEDI 17 JUIN 2022

DESCRIPTION : MONTAGNE DE LURE – PAS DE LA GRAILLE -CAIRN 2000 (04)

DEPART : 8h30 DUREE :5h30 LONGUEUR : 15,8 km DISTANCE AR : 130 km COVOITURAGE : 6,5 €

DENIVELE : 660 m COTATION : P2T2 ACCOMPAGNATEUR : Patrick COLMUTO 06 24 26 22 31

Randonnée au départ de la station de ski de Lure, montée par le pierrier (type Mont Ventoux) passage au sommet avec panorama à 360°, poursuite de la marche par les crêtes, passage au pas de la Graille et direction Cairn 2000, retour par le chemin en-dessous de la route avec une belle traversée de la lande et remontée vers la station par la forêt.