

Le VERDON



FR • GB • IT

GUIDE DES *Randonnées*

DES SOURCES AUX GORGES DU VERDON

2018 • 2019



VERDONTOURISME.COM

Sommaire

Summary - Sommario

Renseignements utiles P 3

Randonnées autour

d'Annot P 4-6
de Castellane P 7-9
de Colmars-les-Alpes P 10-12
d'Entrevaux P 13-15
de la Palud-sur-Verdon P 16-18
de Saint-André-les-Alpes P 19-21
du Val d'Allos P 22-23

Légende

Key - Legenda

Nous avons classé les randonnées en trois catégories. Choisissez selon votre envie :

We have classified the hikes into three categories. Choose one to suit you:

Le escursioni sono state classificate in tre categorie. Scegliete in base alle vostre esigenze:

- Randonnée en famille
Family hikes - Escursioni in famiglia
- Randonnée incontournable
Must-hikes - Escursioni da non perdere
- Randonnée plus secrète
More secret hikes - Escursioni più remote

- Point de départ
Starting point - Punto di partenza
- Balisage
Marking - Segnaletica
- Durée
Time - Durata
- Distance
Distance - Distanza
- Dénivelé
Elevation - Dislivello

La durée dans le descriptif est indiquée pour la totalité de la randonnée, hors pause. La distance est indiquée pour la globalité de la randonnée.

The hiking time is shown for the whole hike, excluding breaks. The distance is for the whole hike.

Nella descrizione, la durata è da intendersi per tutta la lunghezza del trekking, pause escluse. La distanza è indicata per l'intera escursione.

L'info +

Retrouvez toutes les idées rando sur les cartes en vente dans les bureaux d'information touristique de Verdon Tourisme.

More info: See all the ideas for hikes on the maps for sale in the Verdon Tourisme tourist information offices.

Ritrovate tutte le proposte escursionistiche sulle mappe in vendita negli uffici informazione di Verdon Turismo.

Sites utiles

Useful web sites - Siti Internet utili

- 1 www.rando-alpes-haute-provence.fr
- 2 www.cheminsdesparcs.fr
- 3 <http://rando.marittimemercantour.eu>

Numéros utiles

Useful numbers - Numeri utili

Météo France : consulter la météo avant de partir en randonnées : Tél. 3250

Secours : en cas d'accident, donner l'alerte : Tél. 112

Débit d'eau : +33 (0)4 92 83 69 07

Météo France: see the weather forecast before leaving on a hike: Tel 3250

Emergency: To raise the alert in the event of an accident: Tel 112

Water flow: +33 (0)4 92 83 69 07

Météo France: prima di mettervi in cammino, consultate sempre le previsioni del tempo: tel. 3250

Soccorsi: in caso d'incidente, date l'allarme: tel. 112

Portata dei corsi d'acqua: +33 (0)4 92 83 69 07

Avertissement :

Les randonneurs parcourent les itinéraires décrits sous leur propre responsabilité. Les co-auteurs de ce document ne sauraient en aucun cas être tenus pour responsables des accidents éventuels.

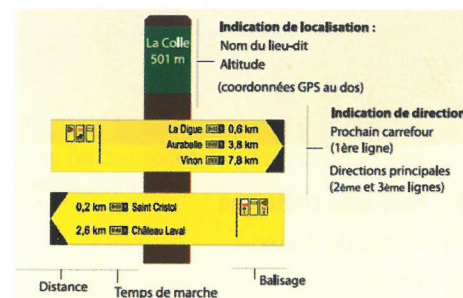
Signalétique

Signage - Segnaletica

Les temps de marche indiqués sur les panneaux sont calculés pour une vitesse moyenne de 4 km/h sur le plat, 300 m de dénivelé positif, ou 400 m de dénivelé négatif par heure. Ils ne tiennent pas compte des pauses éventuelles.

The walking times shown on the boards are calculated for an average speed of 4 km/hour on flat terrain, 300m climb, or 400m descent per hour. They do not include breaks.

I tempi di marcia indicati sui pannelli sono calcolati in base ad una velocità media di 4km/h su percorso in piano, 300 m di dislivello positivo o 400 m di dislivello negativo all'ora. Non tengono conto di eventuali pause.



Balisage sur le terrain

	PR®	GR®	GRP®
bonne direction			
tourner à gauche			
tourner à droite			
mauvaise direction			



Randonnées dans les Alpes de Haute-Provence

Les itinéraires figurant sur ce document font partie des 6 200 km de chemins de randonnée du département inscrits au Plan Départemental des Itinéraires de Promenade et de Randonnée.

Le Conseil départemental des Alpes de Haute-Provence et la Communauté de communes Alpes Provence Verdon participent à leur aménagement, à leur entretien et à la réalisation de ce document cartographique.

Règles de bonne conduite du randonneur :

- Partez bien chaussés, bien équipés et avec une quantité d'eau suffisante.
- Ne créez pas de raccourcis, afin de limiter le piétinement de la végétation et l'érosion des sols.
- Suivez les itinéraires balisés et autorisés. Ne sortez pas des sentiers aménagés, respectez les propriétés privées et les cultures.
- Restez courtois et respectueux envers les personnes rencontrées lors de vos randonnées. Les chemins sont utilisés tout au long de l'année par d'autres usagers, pour leur travail (agriculteurs, forestiers...) ou leurs loisirs (promeneurs, vététistes, cavaliers, chasseurs...).
- Soyez attentifs et discrets pour mieux observer la faune sauvage de nos montagnes.
- N'abandonnez pas de détritiques et ne faites pas de feu.
- Les chiens doivent être tenus en laisse sur les circuits.

Attention patou !



À l'approche d'un troupeau, peut-être rencontrerez-vous un patou (de pasteur : pâtre). S'il voit un intrus, il s'interpose entre celui-ci et le troupeau. Restez calme, ne criez pas, ne le menacez pas, ne traversez jamais un troupeau, contournez-le et marchez tranquillement. Le chien viendra vous flairer, vous accompagnera un moment puis s'en ira retrouver son troupeau.

En cas d'incident, une fiche de signalement est disponible dans les bureaux d'information touristique.

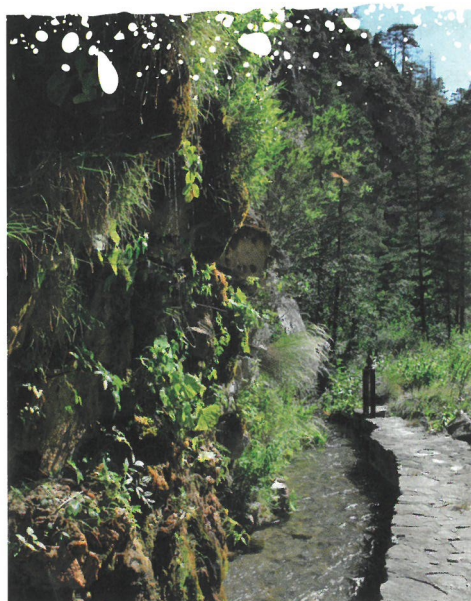


Autour d'Annot

Hikes around Annot - Escursioni intorno a Annot

Braux - Sentier de la châtaigne (1 205 m)

Ludique et interactif, de niveau facile, le sentier de découverte de la châtaigne serpente dans la châtaigneraie, le long des berges du canal, au milieu d'un paysage grandiose et apaisant... Ce sentier vous permettra de découvrir les activités humaines d'hier et d'aujourd'hui, étroitement liées à la particularité de ce site géologique exceptionnel.



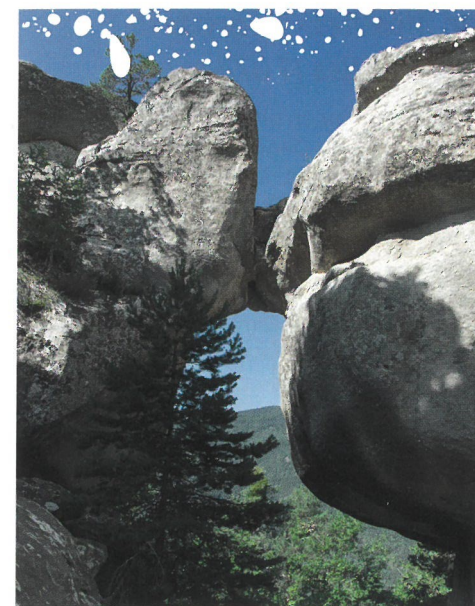
-  : Plaquette châtaigne
-  : Village de Braux
-  : 1 h 30
-  : 3 km
-  : 150 m








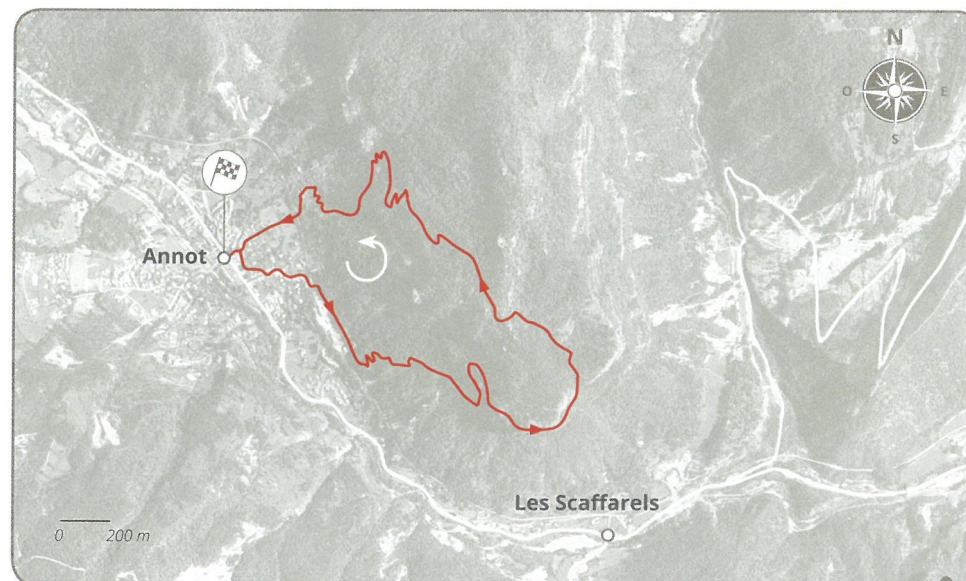
Annot - Les grès d'Annot (1 093 m)

Le site des grès d'Annot, ensemble rocheux unique au monde, a fait la renommée du village par sa splendeur, sa taille et ses formes originales. Vous traverserez le défilé des Garambes, la fameuse Chambre du Roi et l'arche des Portettes. Le tout dans l'ambiance magique d'une forêt de châtaigniers centenaires.

L'itinéraire est agrémenté de poteaux balisés interactifs. Depuis le centre d'Annot, le parcours sort de la ville par des petites rues pittoresques puis monte dans une belle forêt de châtaigniers au milieu d'énormes blocs de grès. Il traverse ensuite l'étroit défilé des Garambes et la grotte de la Chambre du Roi. Après un passage sur une corniche large mais vertigineuse, il franchit un joli plateau boisé puis l'arche rocheuse des Portettes avant de redescendre sur Annot.



-  : jaune
-  : Place du Germe, Annot
-  : 3 h (4 h avec le temps de découverte interactive)
-  : 6 km
-  : 350 m







Méailles - La grotte de Méailles (1 373 m)

Sous la terre ou en plein air, la nature révèle ses splendeurs. Depuis Méailles, l'itinéraire longe les champs à la sortie du village, monte au rocher du Brec dans une ambiance minérale et une forêt de pins clairsemée puis passe sous une barre rocheuse pour atteindre la grotte de Méailles. Celle-ci présente un sol calcaire et un plafond orné de majestueuses stalactites. De nombreux ossements humains et d'animaux y ont été découverts, témoins d'une occupation à l'âge du bronze. En ressortant, on bénéficie d'une vue splendide sur le village de Peyresq.

Attention, grotte non sécurisée à visiter avec équipement spéléologique, non conseillée aux non-initiés après les premiers 500 m. Entreprendre la visite uniquement en cas de bonnes conditions météo.



-  : jaune
-  : Place de Larra, Méailles
-  : 2 h 30 A/R (3 h 30 avec temps de visite de la grotte)
-  : 4 km A/R
-  : 300 m



Autour de Castellane

Hikes around Castellane - Escursioni intorno a Castellane

Castellane - Sentier des Siréniens (1 211 m)

Une curiosité unique au monde à découvrir. Le site, aménagé par la réserve naturelle géologique de Haute-Provence, présente plus de deux cents os fossiles, crânes, côtes et membres d'ancêtres des lamantins et dugongs actuels. Sentier familial à travers la forêt pour arriver à la vallée des sirènes et son site aménagé. Le parcours vous offre des vues dégagées sur les vallées du Verdon et de l'Asse.



-  : jaune
-  : Col des Lèques
-  : 1 h 30
-  : 4 km
-  : 130 m








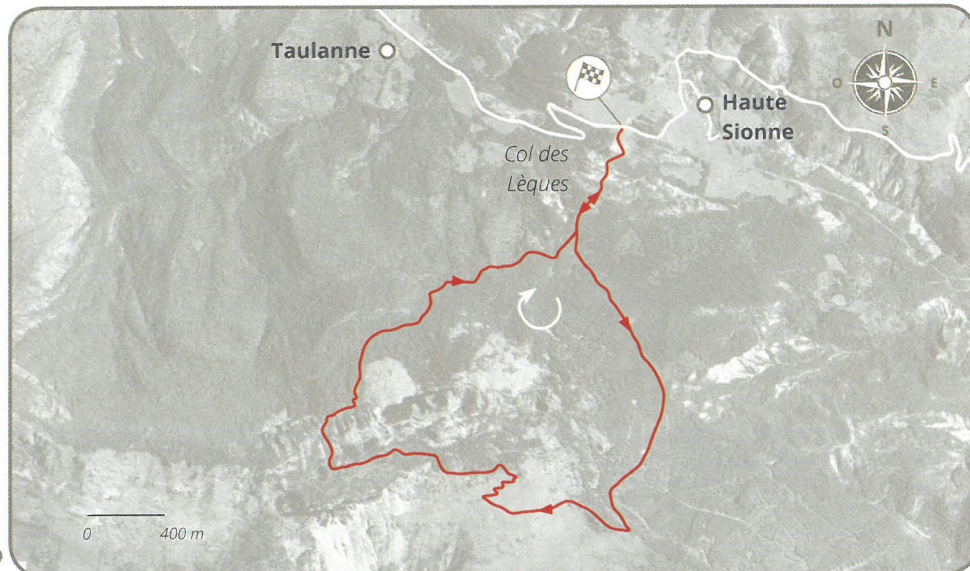
👍 *Castellane - Cadières de Brandis (1 544 m)*

Telles des chaises de géant, les Cadières de Brandis gardent l'entrée du grand canyon du Verdon («cadière» signifie «chaise» en provençal).

Depuis le col des Lèques, le circuit des Cadières de Brandis monte d'abord dans une forêt de pins puis bascule sur un versant sud plus aride. La traversée du plateau sommital, puis du chaos de blocs rocheux avec son tunnel naturel représentent la partie la plus atypique de l'itinéraire. Le retour s'effectue dans une pinède ombragée et rafraîchissante.

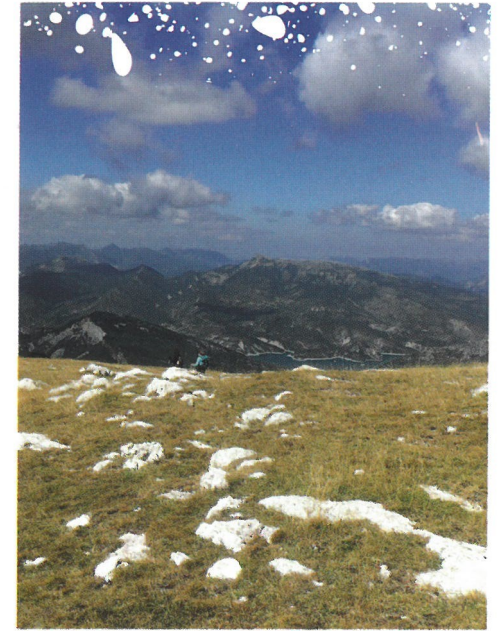







-  : jaune
-  : Col des Lèques
-  : 3 h 30
-  : 8 km
-  : 400 m



👁️ *La Garde - Sommet du Teillon (1 894 m)*

Randonnée sportive jusqu'au sommet du Teillon, que l'on appelle aussi Quatre Termes. Montagne pastorale culminant à 1 894 m d'altitude et depuis laquelle, quand souffle le mistral, on peut apercevoir la Corse qui se dessine à l'horizon. Les Termes sont des bornes qui fixent la limite des territoires. On en trouve donc une sur le sommet du Teillon dont les quatre faces correspondent aux quatre communes qu'elle délimite.



-  : jaune, blanc et rouge
-  : Village de La Garde
-  : 6 h
-  : 10 km
-  : 980 m



Autour de Colmars-les-Alpes

Hikes around Colmars-les-Alpes - Escursioni intorno a Colmars-les-Alpes






Colmars-les-Alpes - Canal de l'Adroit (1 470 m)

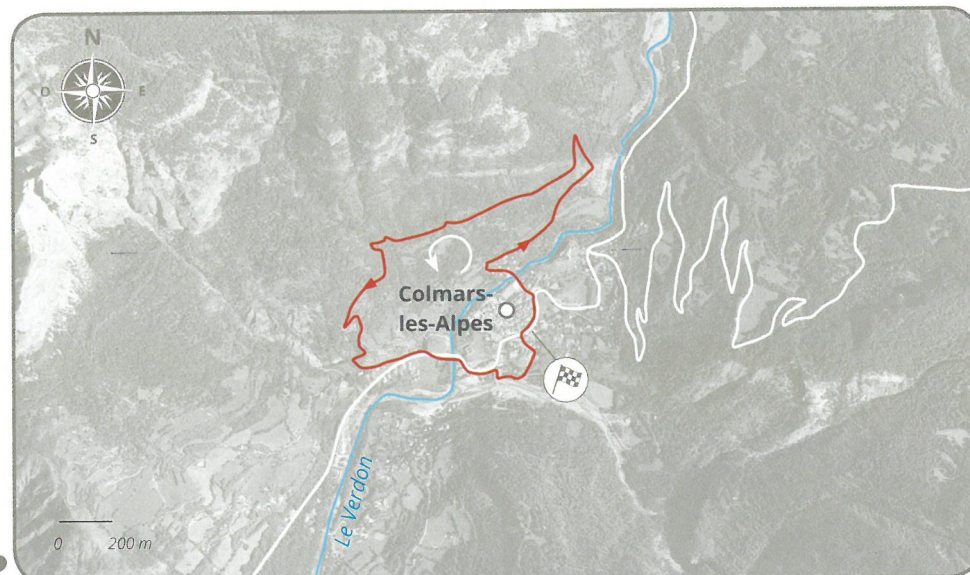
La traversée en balcon sur l'ancien canal d'irrigation offre une vue imprenable sur les fortifications de Colmars-Les-Alpes. Ce sentier de découverte équipé de tables de lecture vous présentera les richesses naturelles et culturelles de la vallée.

L'itinéraire commence devant le bureau d'information touristique. Après avoir traversé le centre historique puis le Verdon (pont derrière la piscine), le sentier s'élève sur le versant adret au cœur de la forêt. Le parcours longe ensuite le canal puis traverse des champs où paissent parfois quelques vaches autochtones. Descendez maintenant la pinède pour rejoindre la route des Espiniers. Le retour se fait par la route départementale sur 500 m.

Accessible toute l'année.



-  : jaune
-  : Parking devant l'office de tourisme ou parking porte de Savoie
-  : Boucle de 2 h
-  : 4 km
-  : 200 m (1 230 m - 1 470 m)



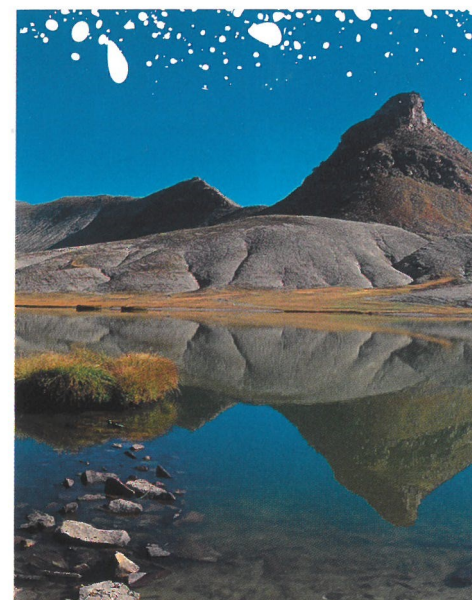
Colmars-les-Alpes - Les vasques du Pont de la Serre et les lacs de Lignin (2 300 m)




Dans une remarquable vallée glaciaire, la randonnée des lacs de Lignin fait partie des itinéraires les plus dépaysants de la vallée du Haut-Verdon et l'originalité de ses panoramas vous surprendront : eaux bondissantes, alpages, cabanes pastorales, lacs, plateaux alpins aux allures de steppes mongoles, le décor est posé !

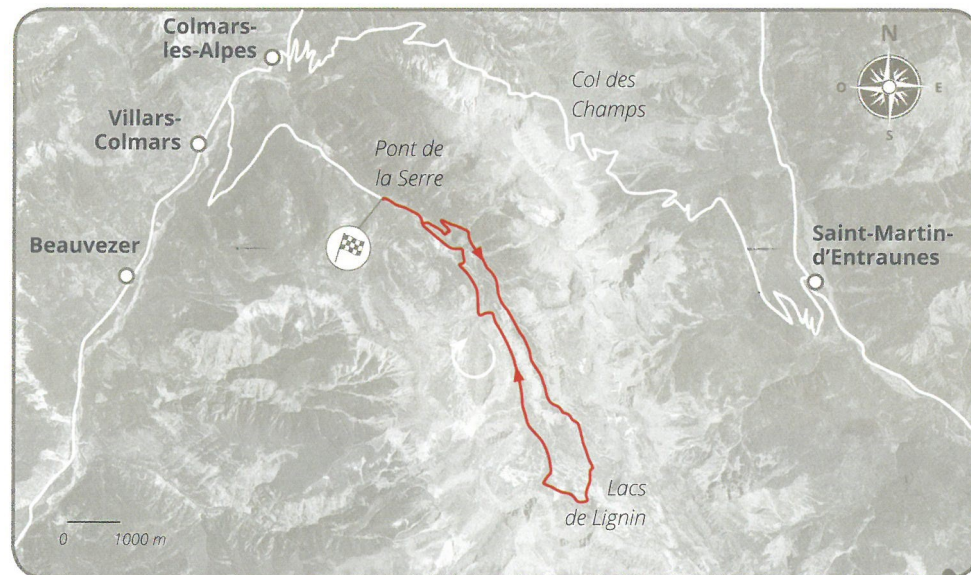
L'itinéraire débute du lieu dit du « Pont de la Serre », longe la rivière et se poursuit par une montée en sous-bois avant d'atteindre les alpages. Enfin, vous arrivez sur le vaste plateau de Lignin et ses lacs éponymes.

Le retour s'effectue en balcon offrant une perspective complètement différente de la vallée. La fin du parcours longe les vasques de la Lance : marmites du diable ou de géant plus ou moins profondes où vous pouvez vous rafraîchir.

Accessible de juin à octobre / itinéraire TransVerdon / la boucle peut être réalisée dans le sens inverse



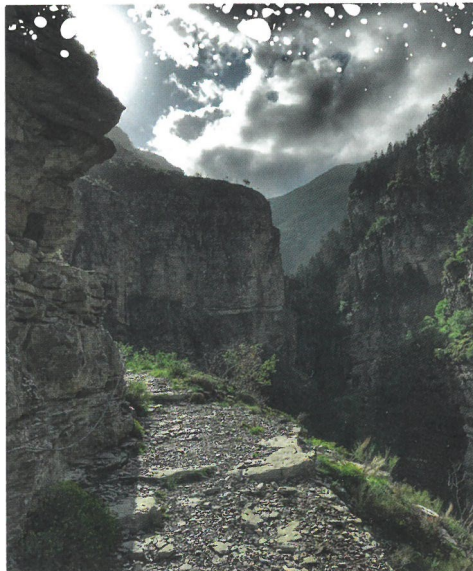
-  : jaune
-  : Parking du pont de la Serre (piste forestière 45 mn depuis Colmars)
-  : Boucle de 6 h à 6 h 30
-  : 17 km
-  : 660 m (1 680 m - 2 300 m)








Beauvezer - Les gorges de Saint Pierre (1 907 m)

Très beau parcours ouvert à l'époque du reboisement des espaces montagnards, les Gorges de Saint Pierre est un superbe canyon vertigineux. Le sentier en balcon taillé dans la roche surplombe des falaises à couper le souffle où l'on entend le torrent et ses cascades chanter. Le sentier débouche au pied d'une forêt de mélèzes où il grimpe ensuite en lacets pour atteindre les cabanes forestières de Congerman et de Chabanal avant de redescendre pour à nouveau franchir les gorges.

Traversée des Gorges de Saint-Pierre : sur environ 1 km, le vide est bien présent. Randonnée déconseillée aux personnes sensibles au vide. Attention aux chutes de pierres. Entre les cabanes de Congerman et Chabanal, il y a plusieurs vallons à traverser. Le débit des cours d'eau ainsi que les marnes schisteuses peuvent rendre la traversée un peu délicate. Météo : déconseillé en cas de pluie, de brouillard, de gel, ou de présence de névés.



-  : jaune
-  : Parking des Gorges de St Pierre (piste forestière 15 mn depuis Hameau de Villars-Heyssier)
-  : Boucle de 4 h 30
-  : 13 km
-  : 625 m (1 310 m - 1 907 m)




Autour d'Entrevaux

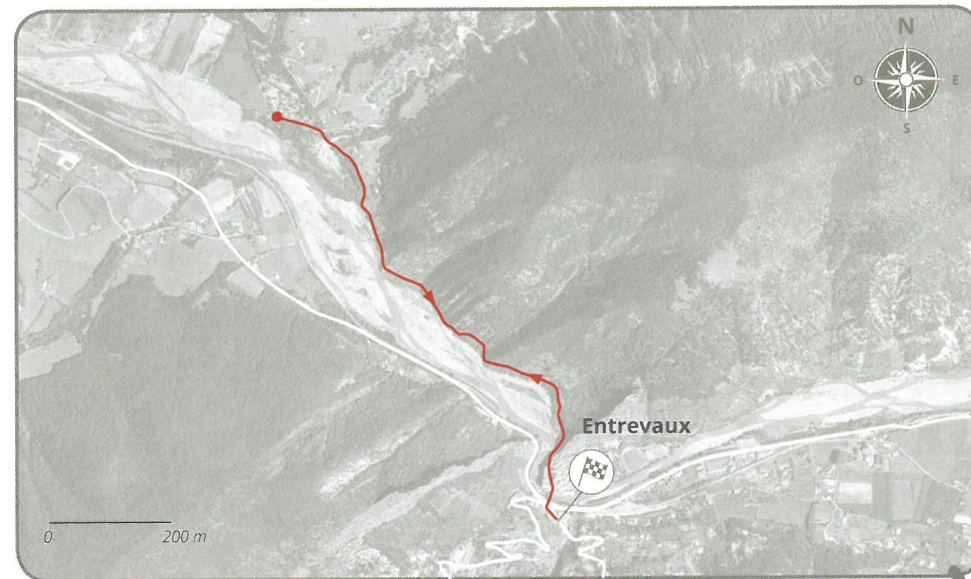
Hikes around Entrevaux - Escursioni intorno a Entrevaux

Entrevaux - Le long du Var (480 m)

Traversez Entrevaux de la porte Royale à la porte de France en passant par les ruelles tortueuses, puis poursuivez sur un sentier en balcon au-dessus du Var, bordé d'oliviers cultivés en restanques. La récolte des olives se fait encore chaque hiver, puis est amenée au moulin à huile communal.



-  : jaune
-  : Parking Place Louis Moreau à Entrevaux, dans le village après la porte de France
-  : 1 h A/R
-  : 4 km A/R
-  : 0 m

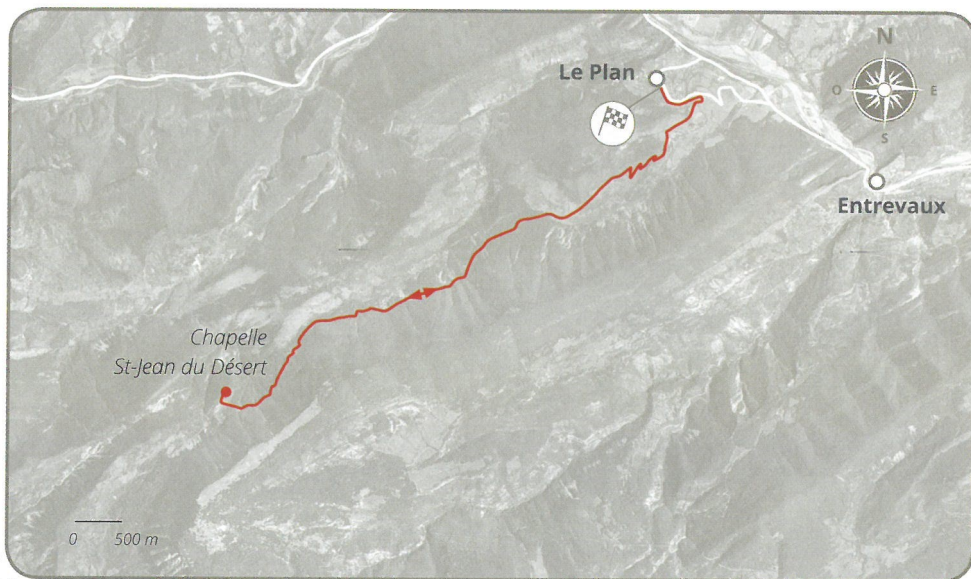


👍 Entrevaux - Saint Jean du Désert (1278 m)

Tout comme les pèlerins de la Saint Jean-Baptiste, chaque année au mois de juin, vous rejoindrez la chapelle du Désert située sur l'ancien chemin entre Entrevaux et Castellane. Cette chapelle fut sans doute construite par les Templiers pour offrir l'hospitalité aux voyageurs et les aider à trouver leur chemin.

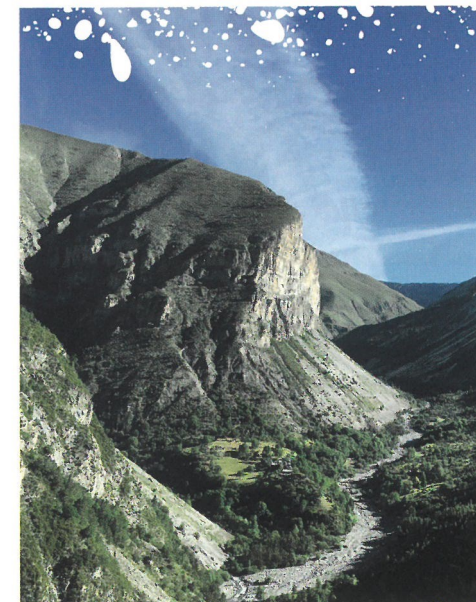


- 🚶 : blanc et rouge
- 🏠 : Hameau du Plan, Entrevaux
- 🕒 : 5 h 30
- 📏 : 18 km
- 🏔️ : 790 m



🏠 Castellet les Sausses - Le hameau d'Aurent (1320 m)

Le joli hameau d'Aurent était autrefois un chef-lieu de commune où vivaient 117 habitants en 1821. Il ne comporte aujourd'hui que des résidences secondaires restaurées avec goût par des amoureux de ce site sauvage et magnifique. Le hameau est situé sur un promontoire au pied de l'imposante montagne de Beaussebéard, à la confluence du ravin de Grave Plane et du Coulomp. Avant la cession à la France du Comté de Nice en 1860, Aurent était un village frontalier qui abritait une compagnie de douaniers à cheval, un bar, un hôtel restaurant et était réputé dans la région pour ses fromages.



- 🚶 : jaune
- 🏠 : 7,5 km après Castellet-lès-Sausses via le col du Fa, Castellet-lès-Sausses.
- 🕒 : 2 h 15
- 📏 : 6 km
- 🏔️ : 200 m



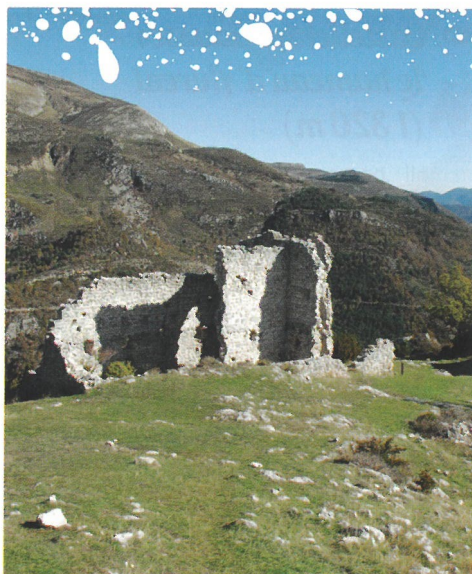
Autour de La Palud-sur-Verdon

Hikes around La Palud-sur-Verdon - Escursioni intorno a La Palud-sur-Verdon


La Palud sur Verdon - Châteauneuf-lès-Moustiers (1137 m)


Situé à 6 km de La Palud-sur-Verdon, le village de Châteauneuf-lès-Moustiers est perché au sommet d'une petite colline et domine la plaine avoisinante. Cette ancienne commune, riche de nombreux hameaux, comptait encore 600 habitants en 1836. Aujourd'hui Châteauneuf-lès-Moustiers est abandonné mais un sentier de découverte permet de revenir sur ce patrimoine et l'histoire de ce village.

Dans le prolongement de Châteauneuf, à 10 minutes de marche, la chapelle rupestre de Notre-Dame, perchée dans une cavité de la falaise, complétera cette visite hors-temps. Un livret explicatif est en vente au bureau d'Information Touristique de La Palud-sur-Verdon.



 : jaune 

 : Parking en contrebas du village, au lieu dit « Le Plan », au nord de La Palud-sur-Verdon.

 : 1 h 30

 : 3 km

 : 150 m



▼ La Palud-sur-Verdon

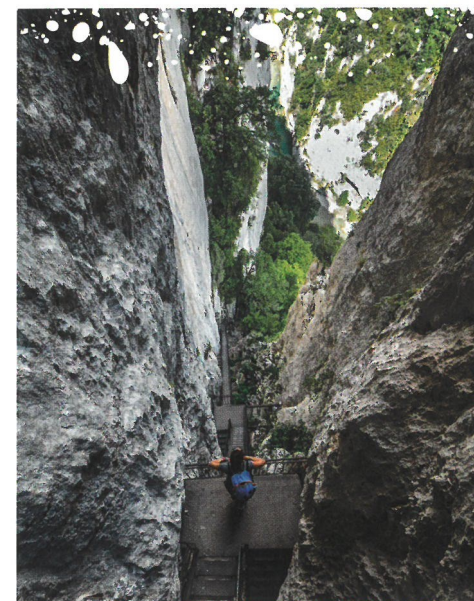
La Palud sur Verdon - Sentier Blanc-Martel (927 m)

L'incontournable sentier Blanc-Martel, au sud de La Palud-sur-Verdon, permet de pénétrer dans les profondeurs du Grand Canyon du Verdon. Vous remonterez le cours de la rivière depuis le Chalet de La Maline jusqu'au Point Sublime, où le panorama sur le Couloir Samson est saisissant. Tantôt au bord de la rivière ou la surplombant, il vous faudra franchir les escaliers de la brèche Imbert et traverser les tunnels. Attention, cette randonnée est difficile et peut se révéler éprouvante. Le sentier comporte des passages techniques et une montée en fin de parcours. Une bonne condition physique est nécessaire, ainsi qu'une lampe pour franchir les tunnels.

Interdit aux chiens.

Déconseillé aux enfants de moins de 8 ans.

Un service de navette permet de relier le point d'arrivée au point de départ, se renseigner auprès des bureaux d'information touristique.



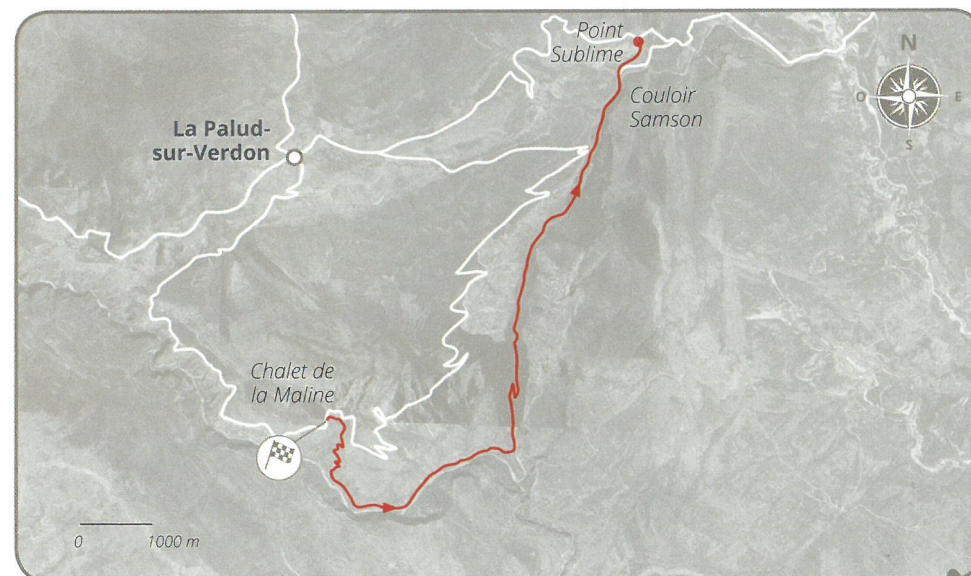
 : blanc et rouge 

 : Chalet de la Maline, La Palud-sur-Verdon

 : 6 h

 : 15 km

 : 600 m




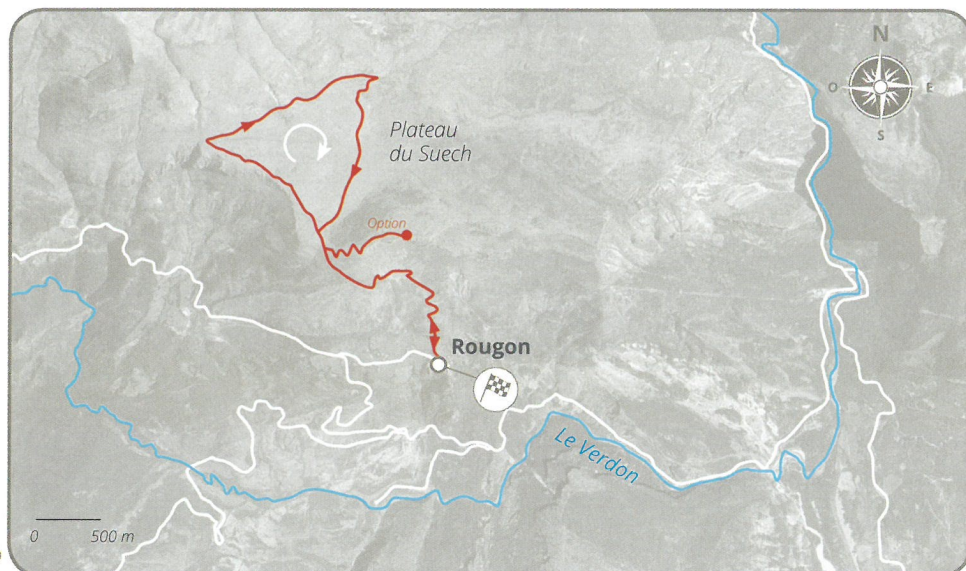
Rougon - Plateau de Suech (1 327 m)

Perché à plus de 1 200 m d'altitude et dominant le village de Rougon, le plateau de Suech est un site unique, sauvage et marqué par le pastoralisme (murets et bergeries en pierres sèches), en réel contraste avec les itinéraires (fréquentés) des Gorges du Verdon.

Option : En bifurquant à droite, peu avant le plateau, rejoindre la barre des Catalans pour une vue imprenable sur le village de Rougon, formidable nid d'aigle à l'entrée du Grand Canyon.



-  : blanc et rouge , jaune 
-  : Rougon
-  : 4 h
-  : 9 km
-  : 400 m

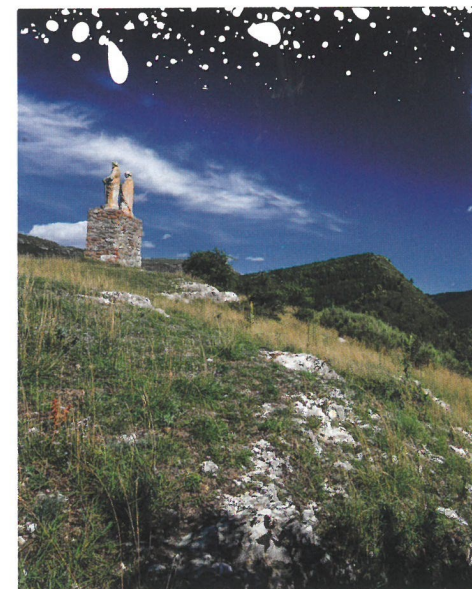






Autour de Saint-André-les-Alpes

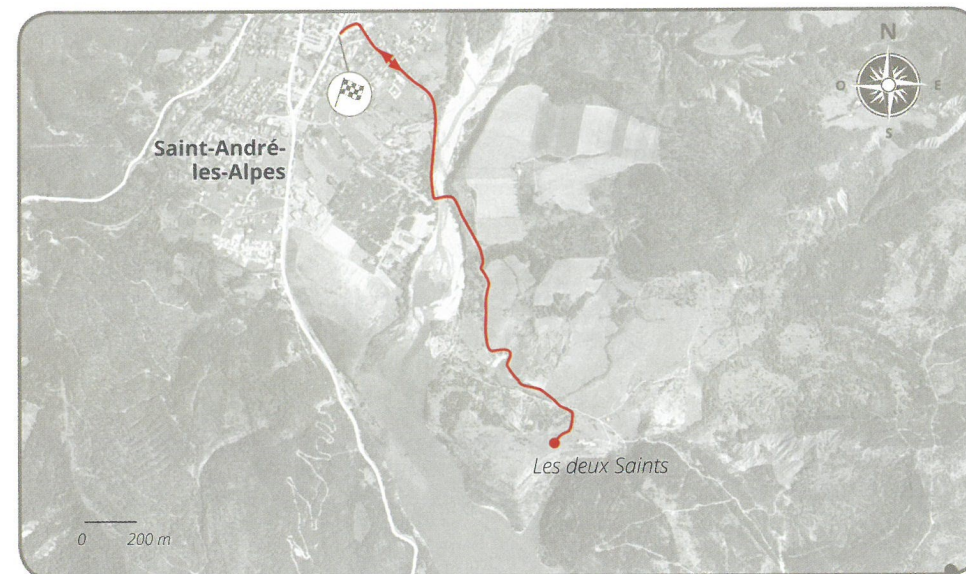
Hikes around Saint-André-les-Alpes - Escursioni intorno a St-André-les-Alpes

Saint-André-les-Alpes - Les Deux Saints (962 m)

Charmant itinéraire de randonnée pédestre vous invitant à découvrir Saint-André-les-Alpes par une vue panoramique depuis les statues des deux Saints. Au sommet de la colline : dos au lac, à gauche, la vallée du Haut Verdon avec le sommet du Laupon (2 434 m, Colmars-les-Alpes) puis vers la droite, sommet dénudé et rocaillieux du Puy de Rent (1 996 m, La Colle St Michel), la Crête des Serres (1 779 m), le sommet de Chamatte (1 878 m, antennes) et au fond le sommet de Crémon (1 760 m, pyramidal). Face au lac : la plage du plan, puis sur la droite, la vallée de l'Issole, au fond les sommets du Cheval Blanc 2 323m, de Côte Longue 2 287m et Maurel 1 771m (antenne) et La Mure-Argens.

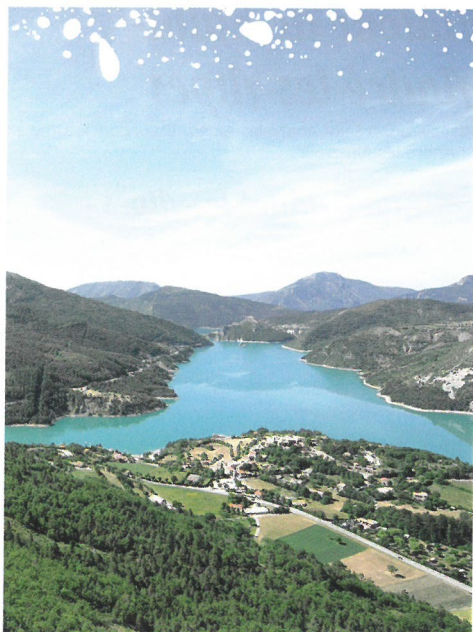


-  : jaune 
-  : Office de tourisme de Saint-André-les-Alpes.
-  : 2 h 15
-  : 6 km
-  : 100 m

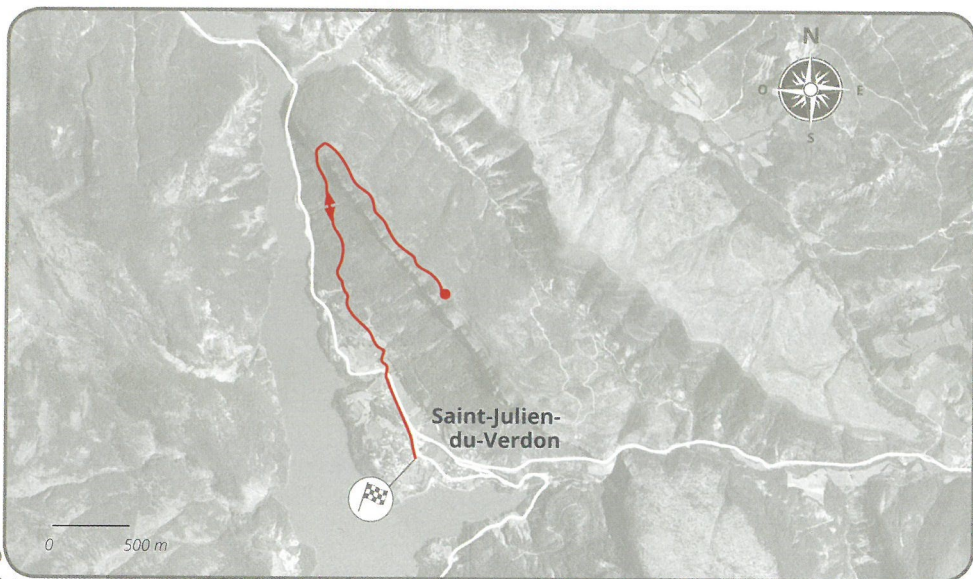


**👍 Saint Julien du Verdon -
La Barre du Pidanoix
(1236 m)**

Du haut de la barre du Pidanoix, le point de vue sur le lac de Castillon, le village de Saint-Julien-du-Verdon et les sommets avoisinants est saisissant. Depuis le village, le parcours suit une petite route puis un chemin de terre avant de monter par un sentier sur la crête de la barre du Pidanoix. Il permet d'accéder à un belvédère qui offre un très beau panorama sur le lac de Castillon et le village.

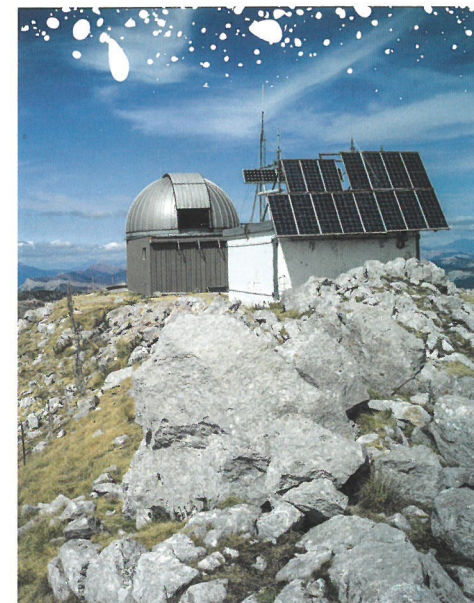


- : jaune
- : Saint-Julien-du-Verdon
- : 3 h
- : 8 km
- : 300 m

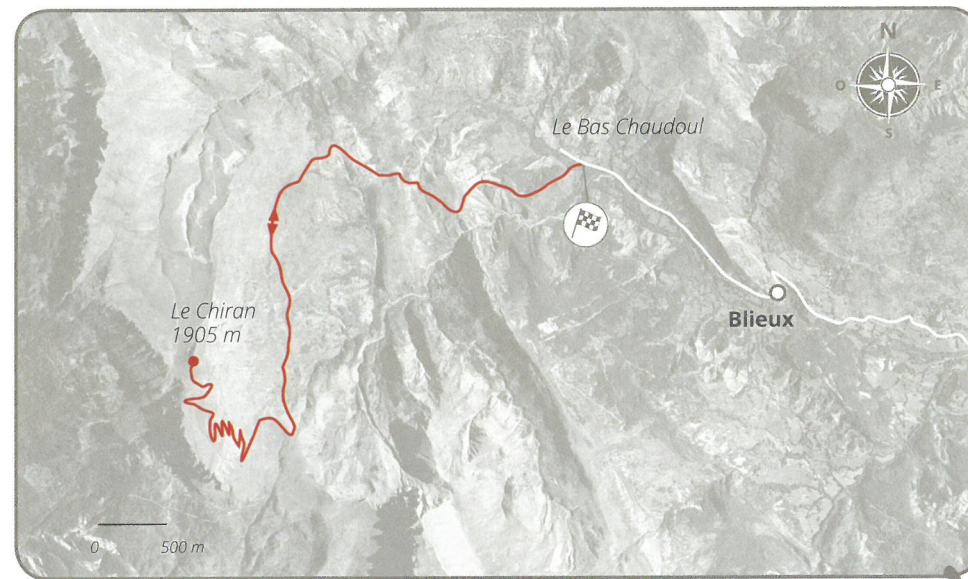


**👁️ Blieux - Sommet du Chiran
(1905 m)**

Une randonnée soutenue dans l'imposant massif du Chiran, les pieds dans les pentes herbeuses de cette montagne pastorale et la tête dans les étoiles. Au sommet, une vue à couper le souffle sur les reliefs du Verdon, les préalpes de Digne et les sommets des massifs des Ecrins et du Mercantour, se découpant à l'horizon. Vous y trouverez également un refuge et un observatoire astronomique accueillant randonneurs et astronomes en herbe.



- : jaune
- : 2 km après le village de Blieux
- : 6 h
- : 16 km
- : 950 m



Autour du Val d'Allos

Hikes around Val d'Allos - Escursioni intorno a Val d'Allos

Allos - Le lac d'Allos (2 228 m)

Promenade familiale par excellence, ce sentier d'interprétation permet d'accéder au plus grand lac naturel à cette altitude en Europe : le lac d'Allos. Cette merveille des Alpes de Haute-Provence est nichée au sein d'un cirque de montagnes grandioses, il est l'un des plus beaux paysages du Parc national du Mercantour. Depuis le parking du Laus, le sentier thématique permet d'accéder en moins d'une heure au refuge du lac d'Allos situé au bord de l'eau. L'itinéraire se prolonge ensuite par le tour du lac puis revient au parking par la piste empruntée à l'aller.

Interdit aux chiens.



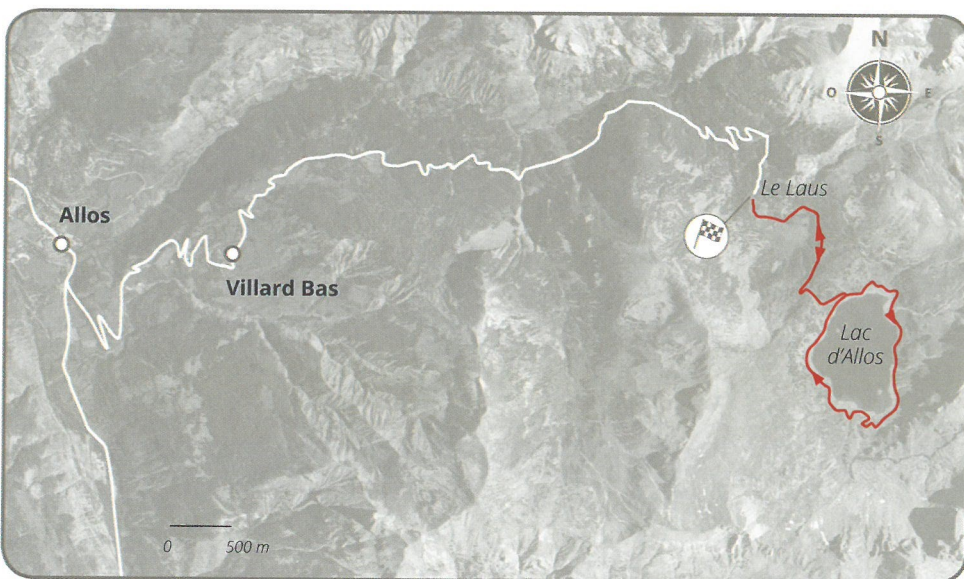
 : blanc et rouge  puis jaune 

 : Parking du Laus, Allos. En juillet et en août l'accès à ce dernier est réglementé et payant. Un parking de « délestage », le parking de la Cluite, gratuit, a été agencé en contrebas.

 : 2 h 30

 : 7 km

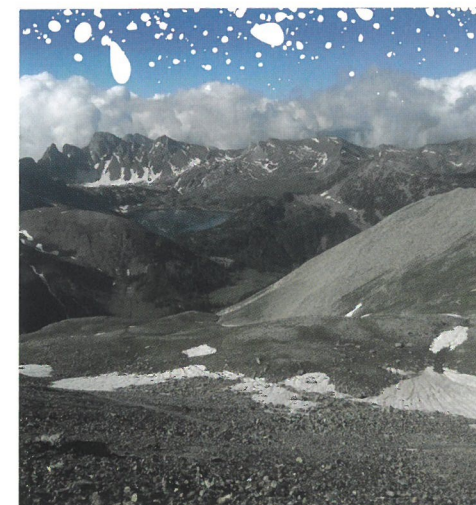
 : 240 m




Allos - Le Mont Pelat (3 050 m)

Armez-vous de bonnes chaussures pour cette randonnée très sportive (950 m de dénivélé positif), et gravissez le sentier sur fond de paysage lunaire pour atteindre le Mont Pelat, à 3 050 m d'altitude. Au sommet les paysages sont magnifiques et le panorama à couper le souffle, il est possible de voir la Corse par beau temps.


Interdit aux chiens.




 : blanc et rouge  puis jaune 

 : Parking du Laus, Allos. En juillet et en août l'accès à ce dernier est réglementé et payant. Un parking de « délestage », le parking de la Cluite, gratuit, a été agencé en contrebas.

 : 6 h 30

 : 15 km

 : 950 m



Le VERDON



Office de Tourisme Intercommunal

VERDON TOURISME

Rue Nationale - 04120 CASTELLANE

www.verdontourisme.com

contact@verdontourisme.com



Annot

+33 (0)4 92 83 23 03

Castellane

+33 (0)4 92 83 61 14

Colmars-les-Alpes

+33 (0)4 92 83 41 92

Entrevaux

+33 (0)4 93 05 46 73

La-Palud-sur-Verdon

+33 (0)4 92 77 32 02

Saint-André-les-Alpes

+33 (0)4 92 89 02 39



Horaires d'ouverture en détail :

Detailed opening times | Orari di apertura nei dettagli



Crédits photos: - Arnaud Brunet/News pour Verdon Tourisme - R. Palomba OMT Val d'Allos/Mairie Colmars, Verdon Pictures, B. Regord, ©Mairie d'Annot/Maria, OMT Verdon tourisme, Szczeniak, Verdon Tourisme EV

Autrement dit

