



Le Parc régional du Luberon s'étend de Cavaillon à Manosque. Il se caractérise par une extrême variété des milieux naturels qui se côtoient à peu de distance (garrigue / pelouses des crêtes / chênaies / falaises et gorges) sans oublier les villages perchés du Vaucluse, les bories de pierres sèches, les châteaux, les fontaines, les lavoirs ombragés

Organisateur : Denis SALIGNON, tel : 06 23 39 60 35, Email : <mailto:salignondenis@orange.fr>,

Parcours : Itinéraire allant de Manosque à L'abbaye de Sénanque en passant par Céreste, Oppedette, Sommet du Mourre Nègre (1125m), Gargas, Roussillon, Gordes, Abbaye de Sénanque.

Judi, 21 mai :

Arrivée à Manosque vers 8h00 (petit déjeuner) – Pierrevert – Château Montfuron - Céreste
Montée : 300m, descente : 300m, 6h00 de marche soit environ 27 km.

Vendredi, 22 mai :

Céreste – Oppedette –Gorges d'Oppedette – Colorado provençal – Caseneuve – Les Fondants (Gite)
Montée : 700m, descente :700m, 9h00 de marche soit environ 38 km (longue journée).

Samedi 23 mai :

Les Fondants (Gite) – montée au Mourre Nègre (1125m – sommet du Lubéron) – Vaugines – Buoux
Montée : 1000m, descente : 1000m, 8h00 de marche soit environ 30 km.

Dimanche 24 mai:

Buoux – Court transfert en taxi à Gargas – Roussillon – Gordes – Abbaye de Sénanque – Visite de l'Abbaye (si possible) - Taxi pour Avignon ;
Montée : 500m, descente :500m, 7h00 de marche soit environ 27 km.

Niveau : Soutenu (SO)

Nombre de places : 6 hors l'Organisateur et sa compagne

Transport : Chaque participant s'occupera de son titre de transport

Départ

Gare de Lyon le 20/05 à (17h42) pour Aix en Provence (20h42) TGV 6181
Aix en Provence(20h55) => Manosque (21h42) par autocar (49037)

Retour

Train d'Avignon (17h28) => Paris (20h11)

Hébergement : En gîte d'étape.

Repas : Nous serons en ½ pension. Il faut donc prévoir uniquement les pique-niques de midi et des en-cas. Ravitaillements possibles tous les jours, mais ceux-ci pourraient être très réduits en terme de choix.

Cartographie : Cartes IGN au 1/25000 : 3342 OT / 3242OT / 3243OT / 3142OT

Coût estimatif : 190€ . Ce coût comprend les frais CAF / les nuités en demi-pension / les taxis collectifs, Buoux↔Gargas et Sénanque↔Avignon

Inscription : Au secrétariat du CAF Ile de France, à l'aide d'un bulletin d'inscription, en y joignant votre participation au frais, à savoir 190 €.