

Autour de la Montagne de Lure

Du samedi 2 au samedi 9 septembre 2017

niveau : ▲ ▲ - moyen

Nombre de personnes : 8 avec organisateur compris

Date de validation des inscriptions : le jeudi 4 mai 2017



Ces 6 jours de randonnées vont nous permettre de découvrir cette partie des Alpes-de-Haute-Provence si chère à Giono. Grâce à la location d'un minibus, nous pourrons concilier randonnées et visites de villages.

Etant en étoile, le choix de la randonnée se fera chaque jour parmi les randonnées suivantes, ordre non défini :

PROGRAMME

J'accueillerai le groupe à la gare de Manosque et nous partirons pour St-Etienne-les-Orgues, distante de 36 km, (soit environ 0h45 de trajet en mini-bus de location).

Rando n°1 : Sommet de Lure. Parking de la station de Lure (1 560 m) Sommet de Lure (1 826 m) parcours de crête jusqu'au Cairn 2000 (cairn de 3m de haut fait de pierres du monde entier) retour par le même chemin au parking (1 560 m).

Distance étape : 17 km, durée : 5h30 environ, dénivelé cumulé : + 650 m / - 650 m.

Rando n° 2 : Cirque de Valbelle. Parking dans le village de Peipin (508 m) Jas du Puits (1 041 m) parcours de crête jusqu'au départ du chemin des Côtes (1 330 m) et descente à Peipin (508 m).

Distance étape : 13 km, durée 5h30 environ, dénivelé cumulé : +850 m / -850 m.

Rando n° 3 : Gorges de la Méouge. Parking Châteauneuf-de-Chabre (560 m) Serre Beylon (743 m) Rocher du château (666 m) St-Pierre-Avez (620 m) La Plaine (930 m) Pont Roman (563 m) retour au parking. Avant de rentrer au gîte, arrêt à Sisteron pour la visite de la Citadelle.

Distance étape : 13 km, durée : 5h00 environ, dénivelé cumulé : + 600 m / - 600 m.

Rando n° 4 : Matinée : Tour des gorges d'Oppedette. Itinéraire pittoresque surplombant les gorges du Calavon, se déroulant entre 415 et 510 m. (+290 m pour 7 km et 3h00)

Après-midi : Le saut du Moine et l'Abbaye de Valsaintes. (+300 m pour 6 km et 2h30), Avant de rentrer au gîte, visite de Simiane-la-Rotonde qui a reçu le label : village et cité de caractère.

Distance étape : 13 km, durée : 5h30 environ, dénivelé cumulé : +590 m / -590 m.

Rando n° 5 : De Lurs à Ganagobie. Parking de Lurs, petit village perché (612 m) bois de Lurs (452 m) Prieuré de Ganagobie (660 m) descente jusqu'au point côté (375 m) retour à Lurs (612 m) par le chemin des oliviers.

Distance étape : 16 km, durée : 5h00 environ, dénivelé cumulé : +600 m / -600 m.

Rando n° 6 : Matinée : Les Mourres et Forcalquier. Forcalquier (529 m) site ruiniforme des Mourres (724 m) Forcalquier (529 m) visite et montée à la Citadelle surmontée de la Chapelle N.D. De Provence (620 m) (+320 m pour 7 km et 3h00).

Après-midi : Les pénitents des Mées. Randonnée de 3h30 pour 7 km avec + 420 m

Distance étape : 14 km, durée : 6h30 environ, dénivelé cumulé : +740 m / -740 m.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

Coût prévisionnel : 420€ (210€ à régler à l'inscription, 210€ à régler 30 jours avant) comprenant les demi-pensions en gîte, les frais administratifs du CAF, les frais de location d'un minibus (carburant compris), les frais d'organisation (courrier, téléphone, cartes, etc...), mais ne comprenant pas les repas des midis, les en-cas et boissons diverses, ni **les transports : SNCF et bus.**

RENSEIGNEMENTS

Niveau technique : ▲ ▲

Niveau physique : Moyen

Horaires de train : à vérifier fin mai.

Aller : le samedi 02 septembre 2017 – départ de Paris Gare de Lyon par le TGV 6113 à 12h37, arrivée à Aix TGV à 15h45. Départ en bus à 16h05, arrivée gare de Manosque à 17h10.

Retour : le samedi 09 septembre 2017 – Départ en bus de Manosque à 12h15, arrivée à Aix TGV à 13h15, départ d'Aix TGV par le TGV 6122 à 15h15, arrivée à Paris Gare de Lyon à 18h23.

Repas du midi : à tirer du sac et à la charge des participants, ils seront pris sur le terrain.

Hébergement : Gîte d'Etape, avec lits séparés garantis (le nom de l'établissement sera donné après inscription)

Équipement et matériels à emporter : Prévoir un équipement à la fois contre la chaleur et contre la fraîcheur (risque de mistral sur les crêtes).

Inscription : en ligne ou auprès du secrétariat du CAF Ile de France dès la parution de la fiche technique, date de validation des inscriptions à partir du jeudi 4 mai 2017 selon les règles définies par le Club si la demande est supérieure aux places disponibles ce jour-là. L'inscription n'est effective qu'après le versement de **420€**. Il existe une assurance annulation, voir le détail dans le processus d'inscription et se renseigner au secrétariat du CAF pour plus de renseignements. Date limite d'inscription le vendredi 4 août 2017.

Pour en savoir plus : Cartes IGN 3341 OT et 3342 OT.