

Zone N°4	Région :	<b>PACA</b>	
Titre :		<b>Gorges, lacs et plateaux du Verdon</b>	
Département : 04 Alpes de Haute Provence Commune de départ : La Palud Situation géographique : Verdon		Accès : de Rodez ; Montpellier, Avignon, Cavailon, Pertuis, Gréoux, Moustiers, Ste Marie.	
Rando effectuée le :	Contact : Pierre Gineste	Club : Rando Vallon	
Mai 2005	Tel : 05 65 67 12 98	E-mail :	
Type de rando :	Distance totale : .....62.....km.		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Linéaire</li> <li>• Circuit</li> <li>• <input type="checkbox"/> Etoile</li> </ul>	Durée totale : .....5 ..... jours		
Caractéristiques :	Niveau de difficulté :		temps de marche: 23h.
	*            **            ***		
	facile	<input type="checkbox"/> moyen <input type="checkbox"/> difficile	Dénivelée :
	Difficultés particulières : Sur 5 jours, alternance de randos faciles à scabreuses		

	Hébergements :	Renseignements ( capacité d'accueil et restauration) , ravitaillement, contact .	Appréciation bof / moyen / bien / super
1	Gîte d'étape « le Wapiti » Mme Bousquet - La palud / Verdon	14 places ½ pension tel : 04 92 77 37 73	bien

**Comité départemental de l'Aveyron** [www.aveyronsport.com/cdrp12](http://www.aveyronsport.com/cdrp12)

Maison du Tourisme - 17, rue Aristide Briand - BP 831 - 12008 Rodez cedex

Tél. 05 65 75 54 61 – Fax 05 65 75 55 71

e-mail [cdrp12@wanadoo.fr](mailto:cdrp12@wanadoo.fr)

**Fédération Française de la Randonnée Pédestre** [www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr)

Association reconnue d'utilité publique. Agréée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative et le Ministère de l'Écologie et du Développement durable.  
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre.

Carte IGN : 34420 OT ; 3443; 3542; 3543	Topo guide : « Gorges, lacs et plateaux du Verdon à pied »
Guides ou accompagnateurs locaux :	
<p>Descriptif :</p> <p>1<sup>er</sup> jour : Le chemin du Bastidon, 6h. ; 14,5 km. ; 804m / 1228m ; départ La Palud « ** ».</p> <p>2<sup>ème</sup> jour : Le Castillon, 4h. ;12km ; 570m / 988m ; départ de Moustiers Sainte Marie (plus beau village de France) « * ».</p> <p>3<sup>ème</sup> jour : « Le sentier Martel », linéaire dans les gorges elles-mêmes 6h. ; 15km ;558m / 893m ; Départ chalet de la Maline sur la D23 à 8km de La Palud. « ** ».</p> <p>4<sup>ème</sup> jour : matin : « Brandis » ; 3h. ;8km ;857m / 1061m ;( faire aller retour à la chapelle St Jean) « * ». après-midi : « Le tour du Roc » de Castellane ; 1h30 ;4,5km ;718m / 900m ; « * » ;Castellane à 25km de La Palud.</p> <p>5<sup>ème</sup> jour :1/2 journée uniquement. St Laurent du Verdon au S.O. de La Palud ; 2h15 ;6,5km ;407m /473m au niveau du lac de Ste Croix. « * » sur la RD11.</p>	
Remarques : Paysages superbes, mariage de randos dures et de randos faciles ( pour tous les goûts). Village de Moustiers Ste Marie à ne pas manquer.	
<p><b>Accéder à la carte</b> sur le site [<a href="http://www.geoportail.fr/">http://www.geoportail.fr/</a>] /taper le nom de la commune de départ indiqué sur cette fiche,/ choisir l'option carte,/ ajuster l'échelle aux environs des 1/10000 pour visualiser les GR,/ circulez sur la carte en utilisant la main.</p>	

**Comité départemental de l'Aveyron** [www.aveyronsport.com/cdrp12](http://www.aveyronsport.com/cdrp12)

Maison du Tourisme - 17, rue Aristide Briand - BP 831 - 12008 Rodez cedex

Tél. 05 65 75 54 61 – Fax 05 65 75 55 71

e-mail [cdp12@wanadoo.fr](mailto:cdp12@wanadoo.fr)

**Fédération Française de la Randonnée Pédestre** [www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr)

Association reconnue d'utilité publique. Agréée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative et le Ministère de l'Écologie et du Développement durable.  
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre.