

Zone N°4	Région :	<b>PACA</b>	
Titre :		<b>Escapade et randos au Pays du Verdon</b>	
Département :	04 Alpes de Haute Provence	Accès :	Autoroute du sud de la France
Commune de départ :	Moustiers Sainte Marie		
Situation géographique :	Gorges du Verdon		
Rando effectuée le :	Contact : Amichaud Jean-Claude Club Saint-Cômois		
Du 03.09 au 10.09.06	Tel : 05 65 48 09 65 E-Mail <a href="mailto:jean-cl.amichaud@wanadoo.fr">jean-cl.amichaud@wanadoo.fr</a> Lacaze Raymond Tel : 05 65 48 22 60 E-Mail <a href="mailto:raymondlacaze@wanadoo.fr">raymondlacaze@wanadoo.fr</a>		
Type de rando :	Distance totale : environ 50 Km.		
<input type="radio"/> Linéaire <input type="radio"/> Circuit <input checked="" type="radio"/> <b>Etoile</b>	Durée totale : 6 jours plus 2 jours de trajet		
Caractéristiques :	Niveau de difficulté :	Longueur des étapes ou temps de marche:	
	*      **      *** facile    moyen <b>Difficile</b>	6 à 7 heures env.	
	Difficultés particulières	Dénivelées : 500m max. par jour	
	La remontée du sentier Vidal à l'Imbut est particulièrement sportive et ne peut se pratiquer que par des randonneurs bien entraînés.		

	Hébergements :	Renseignements (capacité d'accueil et restauration), ravitaillement, contact.	Appréciation bof / moyen / bien / super
1	Chambres d'hôtes l'Escalo à Moustier Ste Marie	Mme Alliaume Tél. 04 92 74 69 93. <a href="http://lescalo.odepp.org">http://lescalo.odepp.org</a> capacité d'accueil : 12 personnes Petit déjeuner à la chambre d'hôtes  Pique niques achetés au village Dîners au Clérissy à Moustier – Tél.04 92 74 62 67	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 [cdpr12@wanadoo.fr](mailto:cdpr12@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 : 3442 OT	Topo guide : Gorges, lac et plateau du Verdon à pied Réf. P042 FFRP
Guides ou accompagnateurs locaux : <p style="text-align: center;">Randonnées effectuées sans guide</p>	
Descriptif : <p>1<sup>er</sup> jour : Le chemin du Bastidon Circuit au départ de La Palud sur Verdon. 7 heures de marche environ, montée difficile après le point 6 du topoguide, surtout par forte chaleur.</p> <p>2<sup>ème</sup> jour : Le sentier Martel – Départ du refuge de la Maline – Nécessité de faire une navette voiture entre le Point Sublime et le refuge de la Maline. Le passage des échelles peut occasionner quelques difficultés à des randonneurs sujets au vertige. Un tunnel de 726 m. nécessite l'emploi de lampes électriques.</p> <p>3<sup>ème</sup> jour : Une randonnée en circuit en partie autour du lac de Sainte Croix sur le GR 99 – Départ de l'intersection de la D957 et du GR. – Passage par Bauduen.</p> <p>4<sup>ème</sup> jour : Le sentier de l'imbut au départ de l'Auberge des Cavaliers. C'est incontestablement le plus beau parcours aménagé du fond des gorges du Verdon, avec des passages creusés dans le roc et des mains courantes. Cet itinéraire ne peut être pratiqué que par des randonneurs sportifs et bien entraînés. Le retour par le sentier Vidal est particulièrement aérien (il est utilisé par les pompiers en opération de secourisme).</p> <p>5<sup>ème</sup> jour : Le matin, randonnée au col de l'Ane et la forêt domaniale du Montdentier sur le GR 4. Départ de la D 952, retour par le même sentier.                            L'après midi circuit en voitures par la route des crêtes (Très beaux points de vue sur les gorges du Verdon)</p> <p>6<sup>ème</sup> jour : Visite de Moustier Sainte Marie, ensuite trajet en voiture jusqu'à Castellane. Rando sur le petit circuit de la Tour du Roc, puis visite du musée "Sirènes et fossiles" Très intéressant – (Tél. 04 92 83 19 23 - www.resgeol04.org)</p>	
Remarques et impressions :	
<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 [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.