

## CE, club, asso, groupe : Découverte du Verdon



### *PRESENTATION*

Séjour en étoile, hôtel 3\*

5 jours 4 nuits 5 jours de randonnée

Le Verdon ! une magnifique région à découvrir depuis Moustiers-Sainte-Marie classé parmi les « Plus Beaux Villages de France »,

Moustiers-Sainte-Marie est blotti contre un escarpement rocheux à 630 m d'altitude au milieu de paysages pittoresques, église, remparts, chapelles, aqueduc, fontaines, alliances d'eau et de pierre, les tons pastels façonnent cette jolie cité au caractère provençal affirmé et c'est un haut-lieu international de la faïence.

Nous sommes au cœur du Parc Naturel Régional du Verdon et de ses splendides paysages composés de gorges, canyons, chemins de crêtes, sommets panoramiques et que nous découvrirons au gré de nos balades !

# PROGRAMME

**Le programme est donné à titre indicatif**

## JOUR 1

Accueil à 11h30 à l'hôtel

Petit repas chaud en terrasse à l'hôtel (1 plat + 1 dessert) puis départ en randonnée à 13h30 pour se dégourdir les jambes sur les hauteurs de Moustiers !

Le Plateau de Venasclé (950 m).

Une superbe randonnée sur les hauteurs de Moustiers au départ de l'hôtel pour se familiariser avec les paysages du Verdon ! Nous découvrons le plateau aride de Venasclé ou les vestiges de la vie agricole et de ses fermes isolées résistent au temps. Nous empruntons la voie romaine pour gagner un petit chemin « de chèvres » ! Magnifique descente sur ND de Beauvoir et sur village. Découverte des ruelles piétonnes et retour à l'hôtel vers 17h

### **Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

Dénivelée : + 550 m / - 550 m      Longueur : 9 kms      Horaire : 4 h 00 mn

## JOUR 2

Découverte du Grand Canyon du Verdon

Au début du XXème siècle, Alfred-Edouard Martel, passionné d'hydrogéologie et de spéléologie, est mandaté par le Ministère de l'agriculture pour trouver de nouvelles ressources en eau potable afin d'alimenter la Provence.

C'est accompagné d'une équipe, complétée par les gens du pays dont Isidore Blanc, instituteur de Rougon, guide naturaliste et passionné de faune et de flore, qu'ils se lancent en 1905 à la découverte de ce gouffre sauvage qu'est le Grand Canyon du Verdon.

Partis du Couloir Samson, ils arrivent sains et saufs 4 jours plus tard au Galetas. Ils sont les premiers à parcourir l'intégralité du canyon. Un peu plus tard, dans les années 30, le Touring Club de France ouvre le célèbre sentier qui descend de la Maline et rejoint le Couloir Samson.

Le sentier Martel est LA classique du Verdon ! mais pour l'avoir parcourue de nombreuses fois, je trouve que cet itinéraire est beaucoup trop fréquenté et « un peu engagé » ! il est impossible de faire demi-tour donc il faut sortir au bout car il n'y a aucun échappatoire, il faut prévoir 3 litres d'eau (impossible de rejoindre le Verdon pour se désaltérer !), certaines parties du chemin sont lancinantes (malgré le panorama) et le passage de la Brèche Imbert avec son grand escalier métallique peut impressionner

certain ! Les dénivelés de cette randonnée sont très importants et le temps de marche (plus de 7h) ne laisse que peu de temps à la contemplation... bref, je vous propose donc de délaissier cette randonnée et de ne pas faire comme tout le monde ! je souhaite vous faire découvrir le fond du canyon par l'un des mes chemins préférés et considéré comme l'une des merveilles du monde de la randonnée !

Le Sentier de l'Imbut !

Il est sans doute l'un des plus beaux des gorges du Verdon, c'est aussi une randonnée qui nécessite une bonne expérience de la randonnée car le terrain est digne de nos sentiers alpins ! Nous sommes sur la rive gauche du Verdon et nous rejoignons le fond de la gorge par une splendide descente panoramique. Au fur et à mesure que nous suivons le fil de l'eau, on comprend mieux pourquoi ce sentier est devenu mythique et considéré comme le plus bel endroit du Verdon. Le chemin est bien sécurisé dans ses parties techniques par quelques câbles et nous gagnons facilement l'Imbut (comprenez l'Imbuç c'est à dire l'entonnoir en provençal) ou le Verdon disparaît alors sous un énorme chaos de blocs surplombé par des pics de 400 mètres : le paysage de gorge resserrées est tellement grandiose qu'on ne s'étonnerait pas de voir apparaître un dinosaure dans ce lieu exceptionnel ! Nous revenons un peu sur nos pas pour emprunter le sentier escarpé Vidal qui va nous permettre de remonter « à la surface » pour regagner le parking des Cavaliers.

### **Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

Dénivelée : + 550 m - 550 m

Longueur : 6 km

Horaire : 4 h 30

## **JOUR 3**

La traversée du Grand Margès (1571 m)

Après le fond du Grand Canyon, nous changeons d'ambiance pour gagner ses hauteurs ! Jolie balade en forêt et en crête panoramique pour admirer le canyon vu d'en haut et le lac de Sainte Croix. Nous sommes en bordure des hauts plateaux de Canjuers et nous marchons sur la limite du camp militaire, célèbre pour la lutte des paysans du plateau dans les années 70 !

NOTA : cette randonnée étant en traversée, nous déposerons une voiture le matin à l'arrivée de la randonnée. Elle nous permettra de récupérer le minibus laissé au départ.

### **Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

Dénivelée : + 700 m - 600

Longueur : 10 km

Horaire : 5 h

## **JOUR 4**

Le sentier du Bastidon

Nous continuons notre découverte du Grand canyon avec un chemin tout en balcon (mais avec un peu

de yoyo népalais !) Au départ de la Palud, charmant village et haut lieu de la « grimpe » et rdv de tous les escaladeurs du monde, nous nous offrons les derniers panoramas sur l'ensemble du Verdon ! Nous ne verrons pas souvent la rivière (trop au fond !) mais l'essentiel n'est pas là et la vue d'ensemble sur les sommets, le lac, la gorge, les plateaux...est unique

### **Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

Dénivelée : + 300 m - 300 m

Longueur : 6 km

Horaire : 4 h 30

## **JOUR 5**

La Crête de Plein Voir (1170 m),

Une boucle splendide pour terminer en beauté ce séjour ! Depuis la Ferme de Félines (650 m) ou nous empruntons un petit sentier panoramique sur le lac de Sainte Croix pour atteindre le « Pas de l'Âne » (1094 m) et prendre pied sur la crête. Le panorama offert par ce sommet débonnaire est époustouflant ! Nous longeons la jolie forêt domaniale de Montdenier jusqu'au col et nous replongeons dans le versant sud dans un paysage sublime ! le sentier en balcon surplombe le grand canyon et nous profitons d'une panorama unique sur le lac et le plateau de Valensole.

### **Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

Dénivelée : + 550 m - 550 m

Longueur : 8 km

Horaire : 5 h 00

## **COMPLEMENT DE PROGRAMME**

En fonction de la météorologie ou pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, nous pouvons être amené à modifier ce programme. Notre connaissance du territoire local nous permet de répondre au mieux à ces contraintes sans nuire à l'intérêt de votre séjour. Votre accompagnateur reste le seul juge du choix des randonnées

# FICHE PRATIQUE

## NIVEAU

3 chaussures

Pour marcheurs en bonne forme

Itinéraires variés sur chemins balisés la plupart du temps. Les sentiers peuvent être glissant et quelques passages « techniques » mais sans difficulté (câbles et marches aménagées) lors du sentier de l'Imbut vous demanderont de la prudence et de l'attention, mais votre guide est là pour vous aider ! Dénivelés moyens de 500 à 700 m pour 4 à 5 heures de marche

## HEBERGEMENT

Hôtel\*\*\* Restaurant « La Bonne Auberge » situé au cœur du village de Moustiers

4 nuits en chambres doubles, où en chambre single (selon les disponibilités), avec salle de bains et W-C privé, téléphone, TV, WIFI

La Bonne Auberge vous reçoit dans un cadre exceptionnel.

Dans un écrin paisible et préservé, s'épanouissent 19 chambres confortables.

La cuisine de notre chef "Maître Restaurateur" est servie dans la grande salle du restaurant climatisée ou sur la terrasse

Une magnifique piscine (12 m x 7 m) à débordement surplombant la terrasse ombragée est accessible aux clients de l'hôtel.

## RESTAURATION

Membre de l'association des Maîtres Restaurateurs notre établissement rend un bel hommage aux produits régionaux de qualité sélectionnés avec attention auprès des maraîchers et éleveurs locaux.

Notre chef Maître-Restaurateur et son équipe élaborent une cuisine

bien ancrée dans le terroir et la tradition régionale sublimant la richesse et l'abondance de ces produits frais. Les membres de sa brigade confectionnent une cuisine de saison créative et gourmande. 3 cartes sont élaborées par an (printemps, été, automne) pour suivre les productions de dame Nature.

## TRANSFERTS INTERNES

Minibus 8 places + 1 voiture du groupe si le groupe est plus important

## PORTAGE DES BAGAGES

Pas de bagage à porter

## DATES ET PRIX

### DATES ET PRIX

Une offre dédiée à votre groupe, sur mesure.

Contactez notre expert à l'agence, nous étudierons votre projet.