

28^e Fête de la Randonnée

Pays de Forcalquier - Montagne de Iure



28 & 29
Avril
2018



www.haute-provence-tourisme.com

ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE-PROVENCE

programme complet de la fête sur www.randoforcalquier.fr

Bienvenue amis randonneurs,

La marche, cet art de vivre, acte essentiel pour renouer avec la nature, pour rester en forme ou pour trouver, l'espace d'un moment, la convivialité d'un groupe de marcheurs. Pour cette **28^e édition**, le temps d'un week-end, l'association Randonner en Haute-Provence, les accompagnateurs des différentes associations vous convient à randonner sur les sentiers de Haute-Provence, entre Lure et Luberon, Albion et Durance.

Des crêtes arides de la montagne de Lure aux collines parfumées du pays de Forcalquier, des villages perchés aux hameaux de plaines, c'est l'occasion de découvrir un pays attachant aux multiples paysages, un patrimoine rural exceptionnel et l'accueil chaleureux de ses habitants.

De la balade familiale à la randonnée pour marcheurs chevronnés, des randonnées à pied, à cheval ou avec des ânes et à vélo sont proposées durant ces deux jours, alors, laissez-vous tenter et rejoignez-nous !

Bonnes randonnées à tous !



Pays de Forcalquier
Montagne de Lure



...Infos pratiques

- * La participation aux frais est de **6 €**, pour la première randonnée à pied ou à vélo, et de 1€ pour chaque randonnée supplémentaire. Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans (à l'exception des randonnées à cheval ou à dos d'ânes) et pour la randonnée **n° 14 A petits pas**.
- * Le nombre de participants par randonnée étant limité, il est recommandé de s'inscrire rapidement.
- * Pour les randonnées équestres, l'inscription et le règlement se feront directement auprès des prestataires.
- * Pour les randonnées à vélo (VAE), le port du casque est obligatoire.
- * Certains accompagnateurs acceptent les chiens. Il est toutefois recommandé de les tenir en laisse, notamment s'il y en a plusieurs sur une même randonnée et à l'approche des fermes et des troupeaux.
- * Votre accompagnateur se laisse le choix de modifier ou d'annuler la randonnée selon la météo.

Pour toutes les randonnées, prévoyez de l'eau, de bonnes chaussures de marche et des vêtements adaptés aux exigences de la météo et un pique-nique pour les randonnées à la journée.



Dimanche 29 avril

à partir de 17h : Pot de clôture offert par l'association Randonner en Haute-Provence, salle Pierre Michel à Forcalquier (à côté du cinéma).

Légendes



Temps de marche



Distance



Difficulté



Dénivelée



Chien accepté



Chien non admis



Chien en laisse admis

Samedi**28 Avril**

Randonnées pédestres



1 - Autour du Val-Saint-Donat

➡ **Départ : 8h00 place Martial Sicard à Forcalquier (monument aux morts)**

Entre forêt de chênes, garrigue et oliveraies, joli circuit varié. Nous cheminerons vers les ruines du vieux village qui s'appelait « Beau vent de Lure » sous la révolution.

Daniel et Régine BOMBANA
(AVF - Drailles - Randonner en Haute-Provence)

4h45 13 km 400 m Moyenne

06 17 40 16 30

2 - Sur les traces du berger Albert

➡ **Départ : 8h30 place Martial Sicard à Forcalquier ou 9h15 croisement du Contadour sur la D5**

Entre 1912 et 1959, Albert, berger dans la montagne de Lure et le Ventoux, a écrit sur les pierres des bergeries. Il nous raconte sa vie par petites phrases drôles ou tragiques. Mais quelle est sa véritable identité, où se trouvent ces traces ? Hubert, auteur du livre « Parcours poétiques du berger Albert » vous fera découvrir ce personnage hors du commun et sa montagne.

Prévoir pique-nique et petite lampe.

Hubert BLOND
(Accompagnateur en montagne)

4h30 12 km 300 m Familiale

06 80 02 59 64

3 - Pastoralisme et écritures au Contadour

➡ **Départ : 8h30 parking Martial Sicard à Forcalquier (monument aux morts) ou 9h15 mairie du Contadour**

Le Contadour nous conte son histoire, nous invite sur un parcours jalonné de superbes bergeries et champs de lavande. Cette célèbre contrée avait conquis Jean Giono, elle vous séduira aussi.

Jacqueline et Germain CERF
(Randonner en Haute-Provence)

5h00 14,5 km 350 m Moyenne

06 64 80 27 61

4 - Forêt de Pélissier

➡ **Départ : 8h30 poste de Dauphin**

Randonnée qui privilégie le panorama de la vallée de la Durance aux Alpes et de tous les villages et villes du pays de Forcalquier.

Eugène RAMIRES
(AVF Forcalquier)

6h00 18 km 700 m Bon marcheur

06 34 33 48 94

5 - Les Bergeries du Contras

➡ **Départ : 8h45 place de l'Eglise à Saumane**

Autrefois haut lieu de pastoralisme, la montagne de Lure concentre un grand nombre de bergeries édifiées pour la plupart au XIX^{ème} siècle avec des pierres trouvées sur place. Il faut admirer la technique de construction parfaitement maîtrisée.

Nous découvrirons tout en cheminant de belles hêtraies et également des panoramas étendus (Luberon, Sainte-Victoire, chaîne de l'Etoile).

🕒 5h00 📏 13 km 🏔️ 450 m 🥾 Moyenne 🧭 N

Jacqueline CASSET et
Thierry BLANC
(Association les Drailles)

06 89 68 28 52

6 - Sommet du Contras (1 614m)

➡ **Départ : 9h00 parking salle des fêtes de Lardiers**

Montée progressive dans les pins et chênes jusqu'au sommet où nous admirons le point de vue sur les villages de Saumane, La Rochegiron et Banon ainsi que les sommets des Alpes. Déjeuner à la bergerie du Contras puis descente par la baisse de Malcor.

🕒 7h00 📏 20 km 🏔️ 800 m 🥾 Bon marcheur 🧭 N

Max GARCIN et
LE ROLLAND Hélène
(Randonner en Haute-Provence)

06 74 27 71 03

7 - Volx – Plateau de la Garde Moulin de Montaigut

➡ **Départ : 9h00 parking musée de l'Olivier à Volx**

Après une petite mise en jambe nous attaquerons les choses sérieuses en suivant le chemin des chamois de Volx, que nous croiserons peut-être, s'ils sont sympas. Nous ferons une petite halte sur le plateau de la Garde, qui offre une vue magnifique sur la vallée de la Durance. Nous poursuivrons notre chemin pour découvrir les autres aspects de la forêt de Pélissier. Cette randonnée privilégie le panorama : en effet nous marcherons la plupart du temps sur les corniches, et nous découvrirons aussi son aspect minéral.

🕒 6h00 📏 15 km 🏔️ 800 m 🥾 Bon marcheur 🧭 N

Daniel PANYELLA et
Eliane MAJOLET
(AVF Forcalquier)

06 77 10 80 60



8 - De part et d'autre du Beveron

➡ **Départ : 9h00 cimetière de Forcalquier**

Au départ de Forcalquier, les collines et les vallons offrent des possibilités de randonnées inépuisables, laissez-vous guider dans ce labyrinthe. Après une visite complète des Mourres, un cheminement à travers les sablières, nous « plongerons » vers le Beveron que nous traverserons. Le retour se fera par les hauteurs opposées à celles de l'aller.

🕒 6h00 📏 20 km 🏔️ 800 m 🥾 Bon marcheur 🧭 N

Patrice et Dominique LEVASSEUR
(Randonner en Haute-Provence)

06 37 67 70 92

9 - Parcours d'orientation

➡ **Départ : 9h00 parking Martial Sicard à Forcalquier**

Profitons du beau site des Mourres pour perfectionner notre maîtrise de l'orientation. Après un parcours groupé pour nous rendre sur site par un itinéraire agréable, nous utiliserons cartes et boussoles pour nous orienter, repérer un objet et déterminer un azimut. Ensuite, plusieurs parcours d'orientation vous seront proposés, à suivre par équipe de 2 à 4 personnes, et vous devrez retrouver plusieurs balises cachées.

🕒 5h00 📏 10 km 🏔️ 400 m 🥾 Moyenne 🧭 N



Jacques SERVONNAT,
Jean-François HABERT et
Anny SYLVE
(Randonner en Haute-Provence)

06 70 59 19 43

10 - Fleurs printanières

➡ **Départ : 9h00 parking de la gare à Saint-Maime**

A cette période de l'année, le Luberon oriental est riche en fleurs et plantes diverses. Lors de cette randonnée, conduite à allure modérée, nous pourrions à loisir les découvrir, les photographier et échanger nos connaissances et nos impressions. Nous pourrions également contempler de très beaux panoramas sur le Pays de Forcalquier, la plaine de la Durance, les massifs montagneux proches et plus lointains. Si ce thème vous inspire vous pouvez aussi vous inscrire pour la randonnée « Fleurs printanières autour de Saint-Michel » qui se déroulera le dimanche 29 avril.

🕒 3h00 📏 9 km 🏔️ 350 m 🥾 Moyenne 🧭 N

Du fait des nombreuses pauses liées au thème, la durée totale de la balade incluant les arrêts est d'environ 6h.

Alain et Evelynne REBOUL
(Randonner en Haute-Provence)

06 84 36 20 64



11 - Visite du patrimoine de Saint-Michel - l'Observatoire

➡ Départ : 9h15 place du Serre à Saint-Michel-l'Observatoire

De la place du village, nous irons au moulin à vent où la visite sera dirigée par l'association « les Amis de Saint-Michel ». Nous poursuivrons la balade dans le village par « le sentier des étoiles » qui nous mènera en haut du village. Le panorama se dévoilera sur les Alpes du Sud, la vallée du Largue et le Luberon. Nous prendrons le repas tiré du sac à la chapelle Saint-Jean. Ensuite, nous continuerons la randonnée vers les anciennes carrières de pierre. Le retour au village se fera par Porchères et le Lavandon.

Claude CHAILLAN et
Marcel DISERIO
(Randonner en Haute-Provence)

06 30 81 66 54

🕒 4h00 📏 11 km 🏔️ 250 m 🚶 Moyenne 📍 N

12 - Dix siècles d'histoire autour de Mane

➡ Départ : 9h15 parking du prieuré de Salagon

Circuit en boucle pour appréhender la diversité du patrimoine architectural, industriel et pastoral autour du village de Mane depuis le moyen âge. Depuis le prieuré de Notre Dame de Salagon et au milieu de paysages variés, nous découvrirons de belles chapelles (Chateauneuf, Saint Jean et Porchères), des bories en bon état de conservation et aux formes variées, les vestiges d'anciennes carrières, le pont des trois arches de Mane et d'autres surprises.

Claude SIMERAY et
Chantal MUYARD
(Randonner en Haute-Provence)

06 09 85 61 59

🕒 4h30 📏 14 km 🏔️ 350 m 🚶 Bon marcheur 📍 N

13 - Ruelles, passages et chemins improbables autour et dans Forcalquier

➡ Départ : 9h30 place Martial Sicard à Forcalquier

Promenade dans la vieille ville, lieux particuliers, chemins autour de la ville. Point de vue...

Lucien MICHEL
(Randonner en Haute-Provence)

06 89 27 01 04

🕒 2h00 📏 4,5 km 🏔️ 100 m 🚶 Familiale 📍 EL



14 - Pouvarel - (A petits pas)

➡ Départ : 14h30 École de musique (ancienne gare)

Parcours paisible sous les grands chênes du bois de Pouvarel puis le long des champs et pâturages à travers la douce campagne des environs de Forcalquier.

ATTENTION :

pour cette randonnée, s'inscrire directement auprès de l'accompagnateur

Monique REAUD et
Noëlle LEVASSEUR
(AVF Forcalquier)

04 92 79 57 02

🕒 1h15 🏃 4,5 km 🏔 60 m 🦶 Facile 🧭 N

15 - De nuit dans les environs de Lardiers et soirée gourmande

➡ Départ : 16h00 place Martial Sicard à Forcalquier

Départ vers saint Genies à Lardiers. Installation du bivouac, découverte du milieu environnant et appréhension de la nuit. Repas autour d'un feu de bois (daube de sanglier, polenta, fromages). Bivouac sous un chêne séculaire. Dimanche matin à 10h30 visite du château de Lardiers.

Participation aux frais de repas : 5€ à régler avec l'inscription.

Prévoir tente, duvet, vêtements chauds et frontale.

Lucien MICHEL et
Christian MOSSET
(Randonner en Haute-Provence)

06 89 27 01 04

🕒 2h30 🏃 8 km 🏔 250 m 🦶 Moyenne 🧭 N



Dimanche

29 Avril

Randonnées pédestres



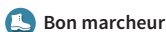
16 - De Mourres, de sable et d'eau

➡ **Départ : 8h00 place Martial Sicard à Forcalquier**

Après un départ du centre de Forcalquier, cheminement à travers le site enchanteur des Mourres, vue panoramique sur les sommets de la région, étonnant détour par une sablière. Après le repas tiré du sac pris à Fontienne, retour par Roche Ruine et la Mère des Fontaines.

Dominique et Nadia JEANNON
(Randonner en Haute-Provence)

07 82 89 55 78



17 - Les hauts de Forcalquier (boucle) - Rando à la 1/2 journée

➡ **Départ : 8h00 parking de l'Équipement à Forcalquier**

Nous rejoindrons le col de Zinzine par des chemins à travers la forêt de chênes. Belle vue sur les Alpes et les villages avoisinants. Passage près de cabanons pointus. Retour par les Saragouants.

Josiane FIGOUREUX
(Randonner en Haute-Provence)

06 61 86 93 45



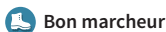
18 - Le Vieux Montsalier-le Vieux Redortiers-Grou de Bane

➡ **Départ : 8h15 place du village à Banon**

De vallons en collines nous rejoindrons les vieux villages perchés du pourtour de Banon. En cours de route nous découvrirons quelques curiosités (aven, fontaine...) et des hauteurs nous pourrions admirer de beaux panoramas.

Guy et Cécile BURCHER
(Randonner en Haute-Provence)

06 82 85 06 63



19 - Sur les traces du berger Albert

➡ **Départ : 8h30 place Martial Sicard à Forcalquier ou 9h15 croisement du Contadour sur la D5**

Entre 1912 et 1959, Albert, berger dans la montagne de Lure et le Ventoux, a écrit sur les pierres des bergeries. Il nous raconte sa vie par petites phrases drôles ou tragiques. Mais quelle est sa véritable identité, où se trouvent ces traces ? Hubert, auteur du livre « Parcours poétiques du berger Albert » vous fera découvrir ce personnage hors du commun et sa montagne.

Prévoir pique-nique et petite lampe.

Hubert BLOND
(Accompagnateur en montagne)

06 80 02 59 64



20 - D'Ongles au gros chêne de Lardiers, fayards, pins et chênes : nos forêts de Haute Provence

► Départ : 8h30 place du village à Ongles

Au départ du village d'Ongles, une ascension continue de 7 km nous dévoile Grilère et Fayée, une nature préservée, un sanctuaire pour la vie sauvage. Le gros chêne, majestueux, se dévoile enfin au bas d'une belle pente.

Après le pique-nique, la forêt de chênes se déploie en pente douce jusqu'au village de Lardiers, une petite montée à St Genies, puis un chemin rocailleux nous mène en douceur de hameaux en fermettes vers le village d'Ongles.

Ans BARILLE-RIEDIJK et
Marie BRESSIER
(Randonner en Haute-Provence)

06 87 45 25 78

 5h30  21 km  585 m  Moyenne 

21 - Villemus – Saint-Martin-les-Eaux - Villemus

► Départ : 8h30 Les Granons croisement D 4100 et D 14

Après un début classique et cool, la randonnée s'animera à la recherche d'itinéraires oubliés. Une fois le ravin de Piférat franchi, nous suivrons des traces jusqu'à la source sulfureuse et par le Castelas nous rejoindrons Saint-Martin-les-Eaux. Le retour se fera par un itinéraire en crête avec des vues magnifiques sur toute la région.

Patrice et Dominique LEVASSEUR
Randonner en Haute-Provence)

06 37 67 70 92

 5h00  16 km  650 m  Bon marcheur 

22 - Source du Lauzon – Tour des Hameaux

► Départ : 9h00 médiathèque de Saint-Etienne-les-Orgues

Départ en sous-bois tout au long du Lauzon : cascade, bergeries et village ruiné, hameau de la Blache, du vieux Revest. Belle vue sur la chaîne de la Blanche et du Luberon.

Gérard LAME et
Alain ORDUNA
(AVF Forcalquier)

06 70 55 29 58

 5h00  14 km  400 m  Bon marcheur 

23 - Découverte du patrimoine autour de Châteauneuf-Val-Saint-Donat

► Départ : 8h30 place Martial Sicard à Forcalquier

Circuit en boucle pour appréhender la diversité du patrimoine architectural du moyen âge au XIX^e siècle autour de Châteauneuf-Val-Saint-Donat. Tout d'abord nous cheminerons sur les contreforts de la montagne de Lure pour admirer le lavoir de Peidieu, la chapelle romane Sainte Madeleine et, éparpillés dans la forêt, de nombreux jas en pierre sèche, dont certains parfaitement restaurés, témoins d'un pastoralisme dynamique. La deuxième partie de la randonnée nous emmènera à la découverte du village en ruines de Châteauneuf sur son éperon rocheux avec les vestiges du château médiéval et la chapelle Saint-Antoine.

Claude SIMERAY et
Chantal MUYARD
(Randonner en Haute-Provence)

06 09 85 61 59

 5h30  16 km  550 m  Bon marcheur 

24 - Lurs – Ganagobie - Lurs

➡ Départ : 9h00 parking de Lurs

Descente dans les oliviers, puis passage par le plateau de la Beaume, les ruines « les Volandys ». déjeuner à Ville Vieille, la carrière de meules, le prieuré de Ganagobie et retour à Lurs.

🕒 5h30 📏 16 km 🏔 600 m 🥾 Moyenne 📶 N

Jean Pierre et Rolande LECOMTE
(ADRI Rando 04)

06 21 28 66 71

25 - Tour entre Oppedette et Carniol

➡ Départ : 9h église de Vachères

GR4 dans les Gorges de Vaumale, puis passage en bordure Est de la plaine de Simiane la Rotonde, bifurcation vers Carniol et descente vers Valsaintes, petit bout de GR6 remontée vers l'Abadie, tour dans la forêt domaniale de Valsaintes et redescende au parking du Saut du Moine. Pique-nique entre Simiane et Carniol.

🕒 7h00 📏 15 km 🏔 535 m 🥾 Moyenne 📶 EL

Daniel LE CORNEC et
Alain CLAPIER
(Randonner en Haute-Provence)

06 84 91 20 34



26 - La ronde des cabanons pointus

► **Départ : 9h15 parking école de musique de Forcalquier**

Entre chênes et garrigue se trouvent une dizaine de cabanons pointus tous différents entre Forcalquier et Mane. Point de vue sur la chaîne des Alpes du Sud et du Luberon.

🕒 4h00 📏 12 km 🏔 300 m 🥾 Moyenne 🧭 N

Marie-Jeanne et
Claude BONDIL
(Randonner en Haute-Provence)

06 84 06 46 09

27 - Fleurs printanières autour de Saint-Michel-l'Observatoire

► **Départ : 9h30 parking derrière la mairie de Saint-Michel-l'Observatoire**

Les sentiers parfois secrets de la plaine des Masques et du Ravin de la Crau chétive, à la croisée des communes de Mane et Saint-Michel-l'Observatoire, sont riches en espèces végétales. Au cours de cette randonnée, qui peut venir en complément de celle du samedi 28 avril dans le Luberon oriental, nous pourrions donc découvrir de nombreuses plantes, les observer et les photographier à loisir. Cette randonnée sera aussi l'occasion d'échanger en toute modestie nos connaissances et nos impressions.

🕒 3h30 📏 11 km 🏔 350 m 🥾 Moyenne 🧭 N

Du fait des nombreuses pauses liées au thème, la durée totale de la balade incluant les arrêts est d'environ 6h30.

Alain et Evelynne REBOUL,
(Randonner en Haute-Provence)

06 84 36 20 64

28 - Saint-Michel-l'Observatoire -Lincel par Ardène et le gué du Reculon

► **Départ : 9h45 place du Serre à Saint-Michel-l'Observatoire**

Le balade débutera sur la place du village, nous conduira sur le plateau des Craux, pour arriver à Ardène. Nous passerons au gué du Reculon, et suivrons le sentier pour aller à Lincel. Visite du village et direction de la source de la Turelenche. Le retour sur Saint-Michel-l'Observatoire se fera par le bois des Arnauds.

🕒 4h00 📏 13 km 🏔 400 m 🥾 Moyenne 🧭 N

Claude CHAILLAN et
Marcel DISERIO
(Randonner en Haute-Provence)

06 30 81 66 54



29 - Randonnée chantée de chapelle en chapelle

► Départ : 13h30 chapelle des Cordeliers à Forcalquier

Découvrez les chapelles autour de Forcalquier au rythme des chants sacrés d'orient et d'occident.

🕒 3h00 📏 9 km 🏔 200 m 🥾 Familiale 🕒

Cyrille ITAN et
Vincent GERAUD
(association Spiritus Novus)

06 76 08 90 23

30 - Chapelle et château de la Roche Amère

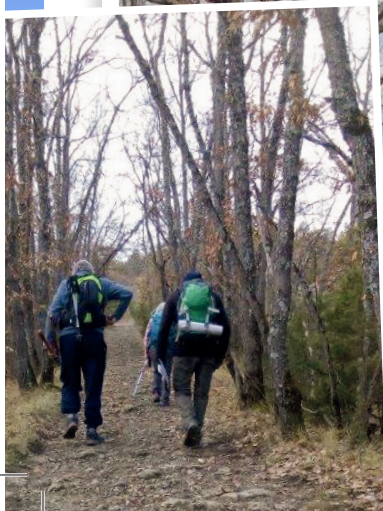
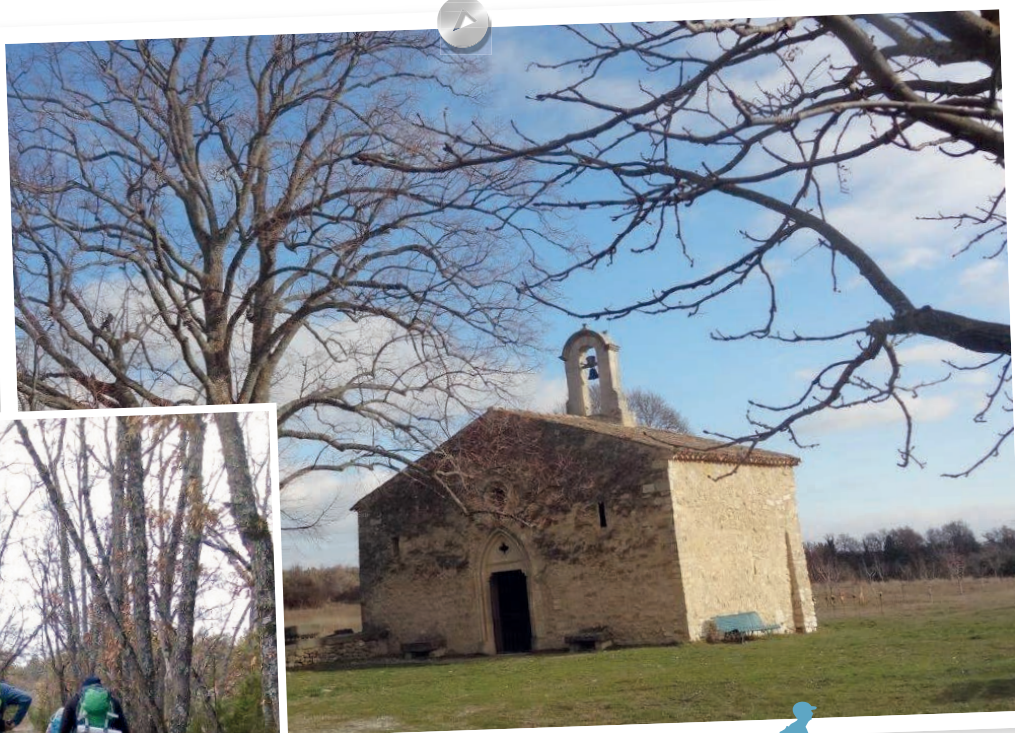
► Départ : 14h00 parking Martial Sicard à Forcalquier (monument aux morts).

Le château de la Roche Amère surplombe la route qui mène de Forcalquier à Volx. Durant cette balade nous pourrions admirer son donjon et l'emplacement de l'ancien village. Nous reviendrons ensuite par un sentier qui domine la Durance. Vues imprenables en perspective.

🕒 3h00 📏 8 km 🏔 300 m 🥾 Moyenne 🕒

Germain et Jacqueline CERF
(Randonner en Haute-Provence)

06 45 51 62 13



Randonnées sur 2 jours

ATTENTION : pour les randos de 2 jours inscription jusqu'au 24 avril

31 - Echappée belle sur les 2 versants de la vallée du Jabron : Lure et le Pied du Mulet

► Départ : 7h15 place Martial Sicard à Forcalquier / 8h30 pont de Lange (vallée du Jabron)

A partir du pont de Lange, montée sauvage sur les traces du berger « Amic », jusqu'au col de Verdun. Traversée des crêtes du Pied du Mulet et de Chante Duc. Magnifique panorama au nord vers les Alpes, et au sud vers la montagne de Lure, majestueuse. Après une soirée conviviale au gîte des Ricoux à Montfroc, retour sur les crêtes de Lure par le col de la Roche, le Tréboux et le col de Saint-Vincent.

Maryse LEFEBVRE et
Andrée QUEROL
(Randonner en Haute-Provence)

06 75 28 31 08

Samedi :	🕒 6h30	📏 17 km	🏔️ 1 100 m	👟 Très bon marcheur	📍 N
Dimanche :	🕒 5h30	📏 15 km	🏔️ 850 m	👟 Très bon marcheur	📍 N



32 - Une itinérance de village en village à la découverte de l'arrière pays de Forcalquier

► Départ : 8h30 place Martial Sicard à Forcalquier

Samedi, au départ de Forcalquier nous cheminerons à travers sous-bois et pentes arides, traverserons les jolis villages des Ybourgues, Limans, Ongles, (vue magnifique sur les contreforts de la montagne de Lure) et atteindrons en soirée le gîte des Vignaux à St-Etienne les Orgues pour le repas du soir, la nuit et le petit déjeuner.

Le dimanche, retour sur Forcalquier en passant par Fontienne et le site grandiose des Mourres.

Mireille MOSSET et
Christian BERNAUDON
(Randonner en Haute-Provence)

06 37 08 36 89

🕒 12h00 sur 2 jours 🏞️ 40 km 🏔️ 850 m sur 2 jours 🚶 Moyenne 📍 N

33 - Traversée de la montagne de Pale

► Départ : 9h30 bistrot des Omergues (se garer parking mairie et pas celui du bistrot, privé)

Nous allons monter par le sentier des pivoines à l'adret, pour arriver sur le plateau à 1 535 m sur Pale ou rien n'arrête la vue à part si un petit oiseau passe, ensuite il faudra présenter votre carte d'identité car nous passons en Drôme provençale..

Maurice MELCHIO
(Randonner en Haute-Provence)

06 63 13 44 95

► **ATTENTION** : prévoir tente, sac de couchage, frontale, rechange et éventuellement le pique-nique du dimanche (possibilité de le commander la veille au bistrot) transport par camionnette.

Dans votre sac du jour, le pique-nique du midi, eau, un sac pour vos déchets, lingettes, sandales et petites serviettes pour traverser la rivière : (20 cms en 2017) et 2.5 litres d'eau par personne et protection contre la pluie au cas où.

Samedi : 🕒 7h00 🏞️ 17 km 🏔️ 780 m 🚶 Bon marcheur 📍 N
Dimanche : 🕒 6h30 🏞️ 16 km 🏔️ 700 m 🚶 Bon marcheur 📍 N



Samedi

28 Avril

Vélo à assistance électrique



34 - A vélo au pays de Forcalquier

➡ **Départ : 13h30 Office de tourisme de Forcalquier**

Enfourchez votre vélo et partez à la (re)découverte du Pays de Forcalquier en vélo à assistance électrique !

Une balade, le nez au vent, d'un village à l'autre... et en cours de route, une halte bien méritée au village médiéval d'Ongles, dominé par le site primitif de Vière d'où l'on peut admirer les vestiges restaurés de l'église romane Saint Barthélémy ou visiter la maison d'histoire et de mémoire d'Ongles et son exposition sur les Harkis.

Retour par l'ancienne et pittoresque route de Forcalquier.

Enfants à partir de 12 ans. Quelques vélos peuvent être mis à disposition en partenariat avec Cycles Bachelas Forcalquier. Réservation obligatoire.

Places limitées !

Participation supplémentaire :

location vélo : 5€ à régler directement sur place.

Dorothée GENIN
(Vélo Loisir Provence)

04 90 76 48 05



2h30 + 1h de visite



30 km



573 m



Facile



N



Samedi
28 Avril

Randonnées équestres



Réservation obligatoire auprès des prestataires équestres

35 - Les Mourres sous un nouvel angle

► Départ : 9h30 centre équestre Jansaud route de Fontienne à Forcalquier

Panorama garanti. Venez découvrir ou redécouvrir ce site magique et ses chemins cachés d'un peu plus haut.

Centre équestre Jansaud
Jules Carillo

Minimum 10 ans. Tarif découverte : 28€/ personne au lieu de 35€.

06 16 50 47 11



2h00



Accessible aux débutants



N

Samedi 28 & Dimanche 29 Avril

36 - Balade au pas de l'âne

► Départ : 10h30 campagne Pouvarel à Forcalquier (ancienne route de Dauphin)

Découvrez le plaisir de marcher accompagnés de nos amis aux longues oreilles. Après avoir préparé et bâti nos ânes, Guillaume et Tiffany vous accompagneront pour une balade de découverte de 6 km. Très belle vue sur les Alpes, le Luberon et le pays de Forcalquier. La balade nous mènera sur les hauteurs de Mane d'où la vue à 360° est à couper le souffle. N'oubliez pas votre pique-nique !

Guillaume PELLENQ et
Tiffany CERF
(les Anes de Forcalquier)

06 89 15 08 63

Les ânes portent le pique-nique et les enfants à partir de 2 ans jusqu'à 8/10.
Tarif 25€ par âne.



3h00



6 km



120 m



Facile



N



Prochains Rendez-vous

- ➔ **Trail de Haute Provence**
10, 11, 12 et 13 mai 2018
- ➔ **Randonnée Lure – Ventoux**
8, 9 et 10 juin 2018
- ➔ **Fête des randonnées des Alpes Provençales** (Pays Dignois)
Samedi 6 et Dimanche 7 octobre 2018
- ➔ **"Faites des Randonnées" à Clamensane**
Samedi 13 et Dimanche 14 octobre 2018
- ➔ **29^e Fête de la randonnée** (Pays de Forcalquier Montagne de Lure)
Samedi 27 et dimanche 28 avril 2019



Besoin d'un hébergement ?

L'office de tourisme intercommunal vous propose de consulter son site Internet :

www.haute-provence-tourisme.com

où vous trouverez tous les hébergements et leurs disponibilités.
(Chambres d'hôtes, gîtes d'étapes, hôtels, yourtes...)

**Vous pouvez aussi nous contacter au
04 92 75 10 02 pour recevoir la liste des hébergements.**



Bulletin d'inscription

Nom, Prénom :

Adresse :

Téléphone (impératif, portable de préférence) :

Mail :@

La participation est de 6 €, pour la 1ère rando, 1€ les suivantes. Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans,
à l'exception des randonnées équestres.

Participation aux randonnées

Rando pédestre et vélo	1ère rando			2ème rando			3ème rando			TARIF/ personne	TOTAL
	N° rando	adulte	enfant	N° rando	adulte	enfant	N° rando	adulte	enfant		
										6 € la première	
										1 € les suivantes	
TOTAL Rando											€

Pour les randonnées équestres, l'inscription et le règlement se feront directement auprès du centre équestre.

Coûts supplémentaires	Nombre	TARIF/ personne	TOTAL
Repas Rando n°15		5 €	€
Nuitée en 1/2 pension dortoir 3/4 pers. Rando n°31		37 €	€
Pique-nique Rando n°31		7 €	€
Nuitée en 1/2 pension chambre double Rando n°32		48 €	€
Nuitée en 1/2 pension dortoir 3/4 pers. Rando n°32		43,50 €	€
Pique-nique Rando n°32		9,50 €	€
Dîner, petit déjeuner et transport Rando n°33		27 €	€
Participation rando		6 €	€

Règlement CB :

à la billetterie de l'Office de Tourisme de Forcalquier

ou en ligne :

www.haute-provence-tourisme.com

ou par téléphone au : 04 84 54 95 10

avant le 26 avril

Règlement par chèque :

à l'ordre de : Office de Tourisme de Forcalquier.

À retourner accompagné du règlement,
avant le 21 avril à :

Fête de la randonnée 2018

Office de tourisme intercommunal

B.P. 15

04301 FORCALQUIER CEDEX

L'inscription est définitive à la réception du règlement.

Les inscriptions ne sont pas remboursées sauf annulation par l'accompagnateur.

La Fête de la Randonnée

est organisée par l'association Randonner en Haute-Provence*
et toutes les associations et partenaires qui contribuent au bon déroulement de celle-ci.

Merci à tous !



*L'association Randonner en Haute-Provence a signé une convention
de co-organisation avec le comité départemental de randonnée pédestre (CDRP 04).

Intermarché

Distilleries et Domaines
de Provence



Haute Provence INFO

URGO

FORCALQUIER-LURE
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES



Haute Provence
TOURISME

FFRandonnée
Les chemins, une richesse partagée
Alpes-de-Haute-Provence

Association Randonner en Haute-Provence
Office de tourisme intercommunal Pays de Forcalquier-Montagne de Lure BP 15
04301 FORCALQUIER CEDEX

Tél. 04 92 75 10 02 - Fax : 04 92 75 26 76
oti@forcalquier.com - www.haute-provence-tourisme.com

Crédits photos :

Jules Carillo, Hervé Dérédec, Patrice Levasseur, Mireille Mosset, Claude Simeray, Vélo Loisir Provence - Pauline Dovin
Cartographie illustrée : Joseph Michalski.