



*Col de Mens
(Tréminis)*



7,9km



+473m



3h



Modéré

Partez pour une randonnée rafraîchissante au sein de la magnifique forêt du Ménil. Une belle ascension qui vous permettra une fois au sommet de la montagne de profiter d'une vue panoramique sur tout le Trièves.

Départ : Garez-vous au **"col de Mens"**, possibilité de se garer au bord de la route. Si il n'y a plus de place, le départ de la randonnée peut se faire depuis le centre Tréminis l'Eglise, à proximité de la mairie.

1) Depuis le **"Col de Mens"**, repérez le poteau indiquant le Ménil à 1h30. Suivre cette direction en montant sur un large sentier. Suivez bien le balisage qui va vous faire bifurquer à gauche un peu plus loin. Une légère descente se présente et vous fait passer au sein de la forêt de pin ou de belles vues sont visibles sur votre gauche. Le chemin monte de nouveau en virages pour vous mener jusqu'au poteau **"Les Gerlats"**.

2) Depuis **"Les Gerlats"**, prendre le chemin partant à gauche en direction du **"Replat de Ménil"**. Il s'agit ici de l'itinéraire conseillé afin de faire l'ascension du sommet. Un chemin agréable traverse la forêt pour vous permettre une ascension douce jusqu'au prochain panneau **"Replat de Ménil"**.

3) Depuis **"Le Replat de Ménil"** prendre la direction du **"Ménil"**. A partir de ce panneau l'ascension devient plus complexe, une bonne pente vous permet d'arriver jusqu'au panneau de **"Sous Ménil"**. Prendre alors le sentier à droite pour rejoindre rapidement le sommet du Ménil en quelques lacets.

Du sommet une vue panoramique s'offre à vous sur les sommets environnants, on retrouve le massif du Dévoluy mais également les falaises du Vercors. Vous pourrez aller jusqu'au point de vue qui vous permettra de dominer le village de Tréminis.

4) Après votre pause au sommet du Ménil, vous pouvez entamer votre descente. Pour cela reprenez le chemin utilisé à la montée jusqu'au poteau **"Sous Ménil"**. La pente relativement raide mérite une certaine prudence. Vous arriverez vite jusqu'au panneau **"Sous Ménil"** où vous suivrez la direction de **"Les Gerlats"** en prenant le sentier à droite. Le petit sentier vous fera passer par la face nord du Ménil, assez sauvage !

5) Depuis le poteau **"les Gerlats"** prendre la direction du **"Col de Mens"** en prenant le même chemin qu'à la montée afin de rejoindre votre point de départ

