

Randurance propose le dimanche **14 avril 2024**



LE
Printemps
à Château-Arnoux-Saint-Auban
DE LA
Randonnée



TARIF UNIQUE : 6€/personne

INSCRIPTIONS SUR : <https://www.njuko.net/printempsrando2024>



Rendez-vous à l'Espace José Escanez (boulodrome de Château-Arnoux-Saint-Auban)

Randos et balades pour tous

Préambule

L'association de randonnée pédestre RANDURANCE est présente sur la commune depuis plus de 20 ans et propose des randonnées le samedi en journée, principalement dans le département 04, avec des sorties régulières dans les départements limitrophes...

Le projet du Printemps de la Randonnée, est né de l'envie de faire découvrir les sentiers existant sur notre carrefour Bléone-Durance. Cinq associations se sont associées pour nous permettre de diversifier les approches et les manières d'appréhender la passion de la marche.

14 randonnées sont proposées ce jour là, allant de la balade, à la randonnée soutenue, pour un choix le plus large possible.

Tous les départs se font du boulodrome de Château-Arnoux-Saint-Auban, où les accompagnateurs attendront les participants, devant une restauration matinale (*café, thé, viennoiseries*).

randurance
F.F.R.P.



LES ROUBINES D'AUBIGNOSC

25 PERSONNES MAXI

Rando 01

Secteur	Niveau 3+	Distance	Dénivelé	Durée
Aubignosc	Bons marcheurs	14 Km	600 m	6 h

Après un début en crête au dessus des roubines, offrant de jolies vues, une succession de sentes peu marquées rejoint le ravin de Maurieu que l'on descendra au fond de son lit. Des traces de colline en colline, à travers les roubines nous ramèneront à Aubignosc.

*en cas de trop d'eau ou de mauvais temps,
on peut éviter le ravin*

Animateurs

Patrice Levasseur (*Randonner en Haute Provence*)
Dominique Levasseur (*RHP*)

Rendez-vous : 9 h

Départ rando : 9 h 30



Rando 02

TOUR DES PÉNITENTS DES MÉES

20 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau 3+	Distance	Dénivelé	Durée
Les Mées	Bons marcheurs	13 Km	550 m	6 h

Des Mées montée par le sentier de la Buissière jusqu'au plateau de la haute montagne : Belle vue sur les sommets des Alpes du sud.

Retour par San Peyre et la traversée des Pénitents : remarquable site géologique.

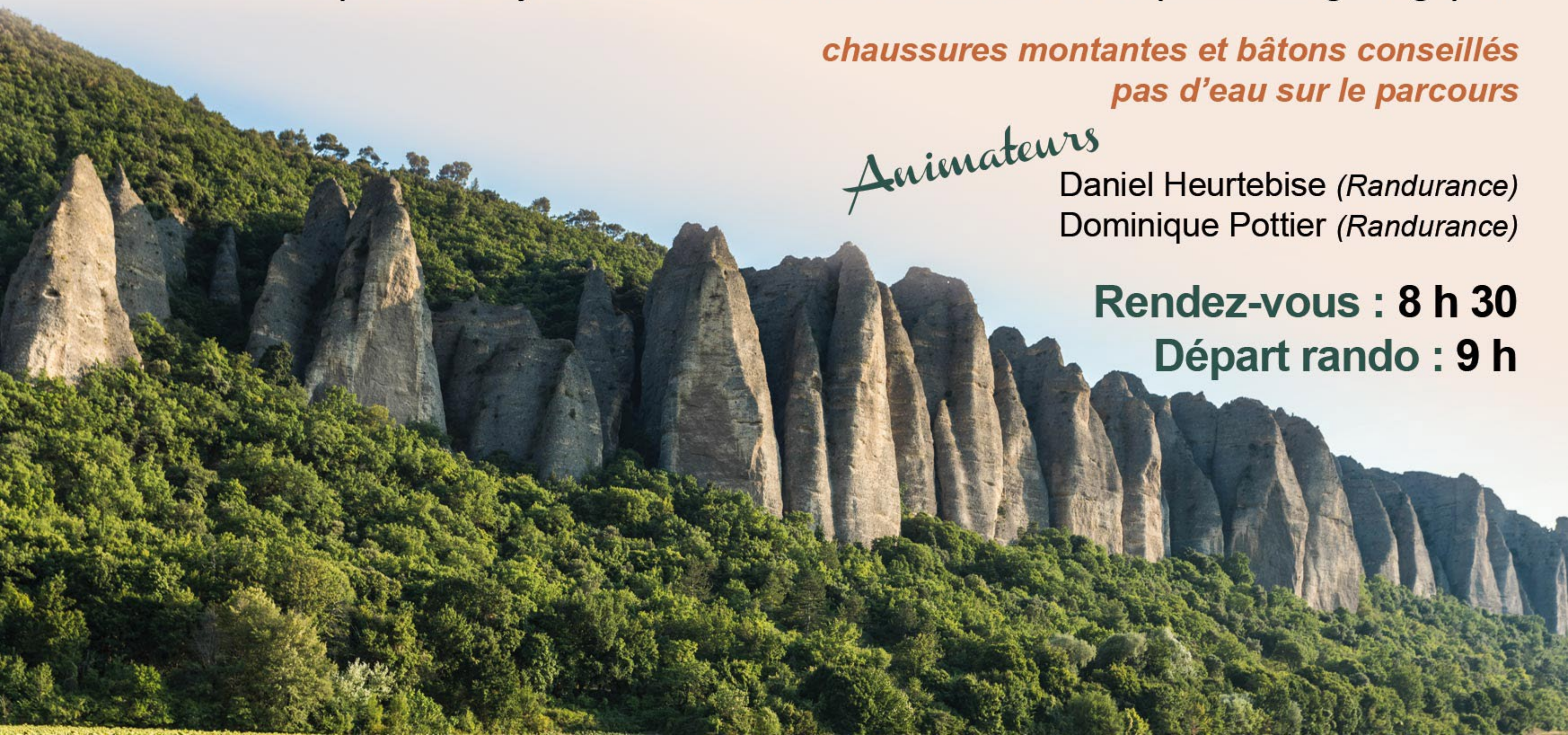
*chaussures montantes et bâtons conseillés
pas d'eau sur le parcours*

Animateurs

Daniel Heurtebise (*Randurance*)
Dominique Pottier (*Randurance*)

Rendez-vous : 8 h 30

Départ rando : 9 h



FALAISE DU CIRQUE DE VALBELLE

20 PERSONNES MAXI



Secteur	Niveau 4	Distance	Dénivelé	Durée
Peipin	Bons marcheurs	13 Km	700 m	6 h

Au départ de Peipin, montée vers la falaise qui domine le cirque de Valbelle. Au passage, visite du Jas de Pierrevert et des ruines de la bergerie de La Bucelle. Avant le sommet le chemin traverse une station de Buis remarquables. Sur la falaise, vue imprenable sur Lure Nord et la région de Valbelle.

Après le repas tiré du sac, retour vers Peipin au travers de La Fayée et passage à la ruine du Clos.

Animateurs

Enzo Ghirardini (Randurance)

Serena Cayuela (Randurance)

Rendez-vous : 8 h

Départ rando : 8 h 30

*rando pour bon marcheurs avec de bonnes chaussures de marche
vêtements adaptés à la saison, boisson en quantité suffisante*



MONTAGNE DE GACHE

20 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau 3	Distance	Dénivelé	Durée
Mézien	Moyen	12 Km	600 m	5 h

Sommet avec une falaise calcaire dominant la vallée de la Durance et Sisteron, très belle vue et sentier d'accès agréable. Pas de difficulté technique et sommet très accessible à 1357m.

*bonnes chaussures et vêtements de saison
boisson en quantité suffisante
repas tiré du sac*

Animateurs

Suffit Anne (Randurance)
Christian Giovannoni (Randurance)

Rendez-vous : 8 h
Départ rando : 8 h 30





LES BALCONS DE LA DURANCE

20 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau 3	Distance	Dénivelé	Durée
L'Escale	Moyen	14 Km	500 m	5 h

Départ du bord de la Durance en bas de l'Escale et montée vers Vière (*vieux village de l'Escale*), puis on longe le ravin jusqu'à la citerne Dfci au dessus de Vignorgues. Ensuite on rejoint Volonne et retour par le sentier du tour du lac.

Animateurs

Josephine Alain (*Randurance*)

Josephine Christiane (*Randurance*)

Rendez-vous : 8 h

Départ rando : 8 h 30



ROCHE IMPIE ET ROC DE L'AIGLE

15 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau 4	Distance	Dénivelé	Durée
Ribiers	Bons marcheurs	12 Km	750 m	7 h

Marche sur les crêtes et marche en forêt. Vue sur la vallée de la Durance. Passage délicat à l'abord de Pierre Impie.

chaussures et bâtons de rando obligatoires

Animateurs

Augustin Fernandez (*Randurance*)

Gérard Allard (*Randurance*)

Rendez-vous : 8 h

Départ rando : 8 h 30





CHAPELLE ST JOSEPH DE LA PÉRUSSE

20 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau 3+	Distance	Dénivelé	Durée
Volonne	Bons marcheurs	14 Km	750 m	6 h

Jolie chapelle isolée, située sur la montagne de Vaumuse qui sert de transition entre la vallée des Duyes et celle du Vançon, et entre les Alpes et la Provence ; le paysage est vraiment différent. Un rapide regard sur la carte de Cassini nous confirme que la chapelle Saint-Joseph existait déjà en 1779 en tant qu'ermitage. Pérusse vient du nom donné en patois aux petites poires sauvages, nombreuses dans la vallée, côté Vaunavès.

Animateurs

Richard Bonnet (ADRI Rando04)
Jean-Pierre Mary (ADRI Rando04)

Rendez-vous : 8 h

Départ rando : 8 h 30



LE SUMIOU VALLÉE DU JABRON

15 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau 4	Distance	Dénivelé	Durée
Valbelle	Bons marcheurs	14 Km	850 m	6 h



Au départ de Valbelle, montée au sommet du Sumiou par le Pas de Sumiou. Retour Valbelle par le Pas Des Portes GR 946.

Très belle vue sur l'ubac de Lure et la vallée du Jabron.

Montée assez soutenue jusqu'au Pas de Sumiou

Animateurs

Geneviève Noel (FFRP)

Sylvie Berbèche (Randurance)

Rendez-vous : 8 h

Départ rando : 8 h 15

DES SOURCES DU LAUZON AU VIEUX MONTLAUX

30 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau 2	Distance	Dénivelé	Durée
St Etienne les Orgues	Facile	13 Km	400 m	5 h 30

Découverte de la cascade du loup puis des sources du Lauzon. Traversée du « gionisque » plateau des Guérins au bout duquel nous découvrirons le vieux Montlaux, village abandonné à la fin du 19ème siècle qui est en cours de « restauration ». Retour par le ravin de la Baume et la chapelle en toit de lauze du hameau du Revest.

Animateur

Joe Corbon
(RHP, Randonner en Haute Provence)

Rendez-vous : 8 h 30

Départ rando : 9 h 15

*passages de ruisseaux (chaussures étanches conseillées)
un ravin en dévers à déconseiller aux personnes n'ayant pas le pied sûr (prendre vos batons)
passage majoritairement sur des sentiers non balisés plus ou moins encombrés (éviter les shorts)*



RANDO LITTÉRAIRE (THÈME : GIONO)

15 participants inscrits dans le cadre de la journée de la randonnée
(et 15 personnes de Handi Cap Evasion 04)

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Châteauneuf Val St Donnat	Facile	5 Km	100 m	5 à 6 h

Aller et retour au vieux village de Châteauneuf Val Saint Donat.

Découverte des ruines émouvantes du village abandonné et évocation de l'histoire de ce village.

Haltes littéraires le long du parcours :

4 à 5 haltes avec des saynètes et des lectures de textes par la troupe de comédiens amateurs « les baladins de la joëlette » de l'association *Handi Cap Evasion 04* sur le thème des personnages extraordinaires et exclus dans l'œuvre de Jean Giono, ainsi que sur les villages fantômes.

Randonnée animée par *Handi Cap Evasion 04* et accessible aux personnes à mobilité réduite grâce à la joëlette (*fauteuil mono-roue muni de brancards*) et grâce aux bénévoles qui la pilotent.

Animateurs

Catherine Motte (HCE, Handicap Evasion)
Jea-Louis Carribou (HCE, Handicap Evasion)

Rendez-vous : 9 h 15

Départ rando : 10 h



TOUR DE LA LOUVIÈRE

VOIE ROYALE ET DOMITIENNE

12 PERSONNES MAXI



Secteur	Niveau 2	Distance	Dénivelé	Durée
Montfort	Moyen	12 Km	300 m	4 h

Des sentes tracées par les animaux durant des siècles jusqu'aux voies et routes empierrées puis bitumées, cette montagne de la louve emprisonnée de toute part, symbolise la nécessité pour les hommes d'étendre leur territoire à travers un dédale de vaisseaux irrigant chaque vallée. Ces chemins nous guideront depuis l'époque romaine jusqu'à nos jours, à la découverte du patrimoine historique mais aussi naturel de notre territoire.

sentier et chemin caillouteux, pique-nique tiré du sac

Animateurs

Marc Linarès (FFRP)

Brigitte Poupeney (La Cistude)

Rendez-vous : 9 h

Départ rando : 9 h 30



LA RÉSERVE ORNITHOLOGIQUE DE HAUTE PROVENCE

15 PERSONNES MAXI

L'intérêt du circuit est sa zone humide, son chemin pédestre sans difficulté mais aussi sa faune particulière qui la fréquente. Venez découvrir avec nous cette zone riche d'une biodiversité exceptionnelle qui mériterait un classement en réserve naturelle régionale afin d'en appréhender tous les enjeux.

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Château Arnoux	Facile	10 Km	Aucun	4 h



repas de midi tiré du sac

Animateurs

Daniel Madeleine (La Cistude)

Jean-Louis Mille (La Cistude)

Rendez-vous : 8 h 30

Départ rando : 9 h





LES AMARINES

20 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau 3	Distance	Dénivelé	Durée
Château Arnoux	Moyen	14 Km	460 m	5h30

Randonnée, en partie dans les bruyères et sur les crêtes, dominant la vallée de la Durance. Passage près d'une ancienne bergerie, au milieu des chênes et des pins, sur de très beaux sentiers. Belle vue d'ensemble du carrefour Bléone-Durance.



sentiers accessibles à tous avec des montées et descentes régulières et moyennes, sans difficultés particulières

Animateurs

Fransisco (dit Paco) Cayuela (Randurance)
Denis Bosson (Randurance)

Rendez-vous : 9 h 15

Départ rando : 9 h 30

LE PETIT RUTH

20 PERSONNES MAXI



Secteur	Niveau 3+	Distance	Dénivelé	Durée
L'Escale	Bons marcheurs	14 Km	650 m	6 h

Rando entre villages, pistes et collines avec vue sur la vallée de la Durance d'un côté et les sommets du Grand Ruth et de la Colette de l'autre.

chaussures de marche, vêtements adaptés à la saison et boisson en quantité suffisante

Animateurs

Claude Gallioz (Randurance)
Nicole Petit (Randurance)

Rendez-vous : 8 h

Départ rando : 8 h 30



LE Printemps à Château-Arnoux-Saint-Auban DE LA Randonnée 1^{ère} édition

Avec l'aide de :
Municipalité CASA
Département des AHP
Randurance
Randonner en Haute Provence (RHP Forcalquier)
Handi Cap Evasion
La Citude et LPO
Association Intercommunale de Défense de l'Environnement (AIDE)
ADRI rando 04
PAA
Intermarché Peipin
et tous les autres partenaires qui ont participé

INSCRIPTIONS SUR :

<https://www.njuko.net/printempsrando2024>

Rendez-vous à l'Espace José Escanez (boulodrome de Château-Arnoux-Saint-Auban)



TARIF UNIQUE : 6€/personne

