



FDVA
FONDS POUR LE
DEVELOPPEMENT
DE LA VIE
ASSOCIATIVE

Randurance
1982

le Printemps de la Randonnée Pédestre

Municipalité CASA
Département des AHP
Intermarché Peipin
Manon Peyruis
Arkema
Auchan
Crédit Agricole
et tous les autres partenaires qui ont participé

Avec l'aide de :
Malijai rando
Sisteron rando
ASLMD
PAA
Randonner en Haute Provence (RHP Forcalquier)
Handi Cap Evasion
Association Intercommunale de Défense de l'Environnement (AIDE)
La Cistude et LPO
ADRI rando 04
Randurance

Infos Office de Tourisme Provence Alpes Digne-les-Bains 04 92 36 62 62
www.dignelesbains-tourisme.com • INSCRIPTIONS SUR : <https://in.njuko.com/printemps-rando2025>

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



TARIF UNIQUE : 6€/personne



Randurance propose

le Printemps de la Randonnée Pédestre

2^e édition
dimanche 6 avril 2025

Randos et balades pour tous
Rendez-vous à l'Espace José Escanez
(boulodrome de Château-Arnoux-Saint-Auban)

21 Randos!
carrefour Bléone Durance



TARIF UNIQUE : 6€/personne
Infos Office de Tourisme Provence Alpes Digne-les-Bains 04 92 36 62 62
www.dignelesbains-tourisme.com • INSCRIPTIONS SUR : <https://in.njuko.com/printemps-rando2025>



NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE
Création & impression par Greg - Agence Studio Mediacom 06 12 44 51 51 © photos fournies par Randurance

LES ALPES PROVENÇALES

TERRE DE DÉCOUVERTE

SOMMAIRE



- Rando 1 - **Mini rando gratuite** : *Dominique POTTIER*
- Rando 2 - **Table d'orientation St-Jean** : *Dominique POTTIER*
- Rando 3 - **Tour des Brigands** : *Alain JOSEPHINE*
- Rando 4 - **Montagne de Chabre** : *Augustin FERNANDEZ*
- Rando 5 - **Aigues Champs** : *Enzo GHIRARDINI*
- Rando 6 - **Pas de Jean Richaud et Cairn 2000** : *Denis BOSSON*
- Rando 7 - **Gorges de la Méouge** : *Anne SUFFIT*
- Rando 8 - **Vieux Chateauneuf** : *Claude GALLIOZ*
- Rando 9 - **Canyon d'Aubignosc** : *Daniel HEURTEBISE*
- Rando 10 - **Saint-Jean et Grand Ubac** : *Paco CAYUELA*
- Rando 11 - **Tour du Sumiou** : *Richard BONNET*
- Rando 12 - **Balcons de la Durance** : *Daniel MADELEINE*
- Rando 13 - **Lurs-Ganagobie** : *Jean-Marie DANTHEZ*
- Rando 14 - **Montfort la Louvière** : *Marc LINARES*
- Rando 15 - **Montagne de Gache** : *Joël CORBON*
- Rando 16 - **La Colette et petit Ruth** : *Denis MADELEINE*
- Rando 17 - **Tour des Jas à Cruis** : *Bernadette GUILHAUMON*
- Rando 18 - **Les collines de Montfort** : *Rémi HYPOLITE*
- Rando 19 - **Au fil de l'eau à Volonne** : *André PICHE*
- Rando 20 - **Lurs avec Handicap Evasion** : *Catherine MOTTE*
- Rando 21 - **Crête de Lure** : *Frédéric ESCUYER*

Préambule

L'association de randonnée pédestre RANDURANCE présente sur la commune depuis plus de 20 ans, a le plaisir de reconduire le Printemps de la Randonnée pour la 2^e édition 2025.

Cette année, 21 randonnées sont proposées sur les sentiers du carrefour Bléone-Durance en association avec divers partenaires, permettant ainsi de diversifier les approches et les manières d'appréhender la passion de la marche.

De la balade à la randonnée plus soutenue, et une nouveauté : deux randonnées prévues en demi-journée dont l'une accessible à tous, pour un choix le plus large possible.

Tous les départs se font du boulodrome de Château-Arnoux-Saint-Auban, où les animateurs attendront les participants autour d'une restauration matinale.

randurance
F.F.R.P.

MINI RANDO DÉCOUVERTE

15 PERSONNES MAXI

Inscriptions sur place, randonnée GRATUITE

Rando 01

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Château Arnoux	facile	5 Km	100 m	2 h

Mini rando tranquille en boucle, pour découvrir ou retrouver le plaisir de marcher dans les bois. Au départ du boulodrome, nous emprunterons la piste au-dessus du Barasson, puis nous entrerons dans les bois. Nous suivrons un petit sentier pour monter à L'IME des Oliviers. Nous redescendrons au boulodrome par la rue de Fontaraia.

Animateurs

Dominique Pottier (Randurance)
Gabriel Serpi (Randurance)

Rendez-vous : 13 h 45

Départ rando : 14 h 00

chaussures de sport et bâtons conseillés

Remarques

Rando 02

TABLE D'ORIENTATION SAINT-JEAN

15 PERSONNES MAXI

Inscriptions sur place, participation : 2€, gratuit pour les moins de 12 ans

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Château Arnoux	Peu difficile	7 Km	250 m	3 h

Au départ du boulodrome montée tranquille par le sentier PR à la chapelle St-Jean puis à la table d'orientation pour découvrir une vue à 360° sur notre carrefour. Redescente vers le boulodrome à travers bois.

Animateurs

Dominique Pottier (Randurance)
Gabriel Serpi (Randurance)

Rendez-vous : 8 h 45

Départ rando : 9 h 00

Remarques

chaussures de sport et bâtons conseillés

Rando 03

TOUR DE LA ROCHE DES BRIGANDS

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Auribeau	Moyen	10 Km	400 m	5 h

20 PERSONNES MAXI

En partant de la chapelle d'Auribeau, nous prenons le sentier qui s'élève avec une belle vue sur la vallée des Hautes Duyes jusqu'au Col St Pierre. De là, sous la barre de Gérüen on peut admirer jusqu'au Blayeul et bien d'autres sommets de l'Ubaye. S'ensuit une descente par un sentier dans un sous-bois principalement avec des hêtres dont un particulièrement remarquable. Puis on traversera le ravin de Bramefan pour remonter au col de l'Hysope et son point de vue vers le sud. De retour, après avoir à nouveau traversé le ravin de Bramefan ne pas rater les fossiles sur de grandes dalles.

Animateurs

Alain Josephine (Randurance)
Christiane Josephine (Randurance)

Rendez-vous : 8 h 15
Départ rando : 8 h 30

vêtements adaptés à la saison, bonnes chaussures, bâtons
repas tiré du sac, boisson en quantité suffisante

Remarques

Rando 05

FALAISE D'AIGUES CHAMPS

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Chardavon	Bons marcheurs	12Km	450 m	6 h

20 PERSONNES MAXI

Au départ sur une piste ONF, nous accédons à la longue falaise qui domine le village de Mézien. La vue est panoramique. Une lecture du paysage s'impose. On se laissera surprendre par la beauté de la nature. Après le repas tiré du sac, retour au parking sur une piste forestière.

Animateurs

Enzo Ghirardini (Randurance)
Serena Cayuela (Randurance)

Rendez-vous : 8 h 30
Départ rando : 9 h 00

Remarques

bonnes chaussures et boisson en quantité suffisante
Vêtements adaptés à la saison, bâtons de marche recommandés

Rando 04

LES CRÊTES DE LA MONTAGNE DE CHABRE

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Pomet (05)	Bons marcheurs	15 Km	750 m	7 h

20 PERSONNES MAXI

Belle vue panoramique sur la vallée du Büech.

Animateurs

Augustin Fernandez (Randurance)
Sylvie Berbèche (Randurance)

Rendez-vous : 8 h 00
Départ rando : 8 h 15

Remarques

vêtements adaptés à la saison, bonnes chaussures, bâtons
repas tiré du sac, boisson en quantité suffisante

Rando 06

LE PAS DE JEAN RICHAUD ET LE CAIRN 2000

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Vallbelle	Bons marcheurs	8,5 Km	850 m	5 h

10 PERSONNES MAXI

Montée en forêt pour rejoindre la crête de Lure. Ensuite, montée au Cairn 2000. Retour vers le départ par le Pas de La Croix. Vue panoramique sur la vallée du Jabron, de la Durance et sommets à l'Est.

Animateurs

Denis Bosson (Randurance)
Thierry Morin (Randurance)

Rendez-vous : 8 h 00
Départ rando : 8 h 30

Remarques

bâtons de marche conseillés ainsi que de bonnes chaussures
vêtements adaptés à la saison
repas tiré du Sac, boisson en quantité suffisante

Rando 07

GORGES DE LA MÉOUGE

20 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Ribiers	Bons marcheurs	18 Km	700 m	6 h

Les gorges de la Méouge sont un joyau du territoire Sisteron / Buech. Une rivière aux eaux turquoise coule au fond de gorges profondes et verdoyantes. Départ de la Rando au Pont Romain et ensuite le sentier chemine en balcon jusqu'à St Pierre d'Avez. Puis retour au parking sur l'autre rive en passant par le hameau de Pomet avec vue plongeante sur ce site merveilleux.

Animateurs

Anne Suffit (Randurance)
Christian Giovannoni (Randurance)

Rendez-vous : 8 h 00
Départ rando : 8 h 30

Remarques

bonnes chaussures, bâtons de marche et chapeau nécessaires
vêtements de saison et boisson en quantité suffisante, repas tiré du sac

LE VIEUX VILLAGE DE CHÂTEAUNEUF VAL SAINT DONAT

25 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Châteauneuf VSD	Facile	12 Km	200 m	5 h

Rando 08

Au départ du boulodrome et après un agréable parcours, nous arriverons au vieux Châteauneuf. Sur place, visite de la chapelle St Antoine restaurée en 2017 (grâce à des dons) et des restes du vieux village. Après le pique-nique tiré du sac, retour à Château Arnoux par le même chemin.

Claude Gallioz (Randurance)
Nicole Petit (Randurance)

Animateurs

Rendez-vous : 9 h 00
Départ rando : 9 h 30

Remarques

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

LE CANYON D'AUBIGNOSC

15 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Aubignosc	Moyen	14Km	500 m	6 h

D'Aubignosc au vieux village de Châteauneuf Val St Donat par le ravin de Maurieu, méconnu mais spectaculaire. Le sentier de St Jacques à travers les roubines nous ramènera à Aubignosc.

Rando 09*Animateurs*

Daniel Heurtebise (Randurance)
Irénee Minorini (rando Mane)

Rendez-vous : 08 h 30
Départ rando : 09 h 00

Remarques

rando pour bons marcheurs avec chaussures de marche étanches et bâtons.
pas d'eau sur le parcours, repas tiré du sac
en cas de mauvais temps, on pourra éviter le ravin

LE VIEUX VILLAGE DE CHÂTEAUNEUF VAL SAINT DONAT

25 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Châteauneuf VSD	Facile	12 Km	200 m	5 h

Rando 08

Au départ du boulodrome et après un agréable parcours, nous arriverons au vieux Châteauneuf. Sur place, visite de la chapelle St Antoine restaurée en 2017 (grâce à des dons) et des restes du vieux village. Après le pique-nique tiré du sac, retour à Château Arnoux par le même chemin.

Claude Gallioz (Randurance)
Nicole Petit (Randurance)

Animateurs

Rendez-vous : 9 h 00
Départ rando : 9 h 30

Remarques

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

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Château Arnoux	Bons marcheurs	14 Km	600 m	6 h

DE LA CHAPELLE SAINT JEAN

20 PERSONNES MAXI

Rando 10

Au départ du boulodrome, nous montons par un joli sentier à la chapelle de Saint-Jean, visite de celle-ci (moblier réalisé par l'artiste Bernar Venet). Direction ensuite vers le Grand Ubac en passant par la crête des Amarines, puis retour par des sentiers au milieu des bruyères et de prairies d'iris multicolores.

Animateurs

Paco Cayuela (Randurance)
Christel Amiel (Randurance)

Rendez-vous : 8 h 30
Départ rando : 9 h 00

Remarques

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



TOUR DU SUMIOU, GROTTES DES PEYROURETS ET ROCHER DU PAS DES PORTES

15 PERSONNES MAXI

Rando 11

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Valbelle	Bons marcheurs	14 Km	975 m	8 h

Belle vue sur la vallée du Jabron, les massifs au nord et la montagne de Lure au sud.

Animateurs

Richard Bonnet (ADRI rando 04)
Jean-Pierre Mary (ADRI rando 04)

Rendez-vous : 8 h 00
Départ rando : 8 h 30

Remarques

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

DE LURS AU PRIEURÉ DE GANAGOBIE

15 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Lurs	Moyen	16 Km	580 m	6 h

Du joli village de Lurs nous rejoignons le Prieuré de Ganagobie par le Chemin de Compostelle (GR® 653D). Passage par les ruines du site fortifié de Villevieille au bout du plateau. Halte au Monastère des Bénédictins de Hautecombe. Visite de l'église romane. Repas à la Croix, point de vue sur la vallée de la Durance et les Pénitents des Mées. Retour par les oliverais de Lurs.

Jean-Marie Danthez (ASMEL – Godillots Fleuris)
Aline Danthez (ASMEL – Godillots Fleuris)

Animateurs

Rendez-vous : 08 h 00
Départ rando : 08 h 30

Rando 13

chaussures de randonnée, vêtements de saison
pique-nique tiré du sac
boisson en quantité suffisante

Remarques

LES BALCONS DE LA DURANCE

15 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
L'Escale, Volonne	Moyen	12 Km	500 m	6 h

Daniel Madeleine (La Cistude)
2e animateur sera communiqué ultérieurement

Rendez-vous : 8 h 00
Départ rando : 8 h 30

Animateurs

En partant du parking de l'église de l'Escale, Vière, la Rouerie, Chadeauvin, le vallon de Pierre Taillée, Vignorgues, le plateau St Antoine, Volonne et retour sur l'Escale par la rive gauche de la Durance. RANDONNÉE NATURALISTE. Très belle vue sur L'Escale, Château Arnoux, Volonne et l'ensemble de la Vallée de la Moyenne Durance. Itinéraire permettant une découverte de la Réserve Ornithologique de Haute Provence et des différents enjeux liés à ce territoire.

Rando 12

pas de difficulté particulière, prévoir son pique-nique et de l'eau
sac à dos, bâtons de marche, chapeau, chaussures de rando
vêtements de saison

Remarques

TOUR DE LA LOUVIÈRE PAR LA VOIE DOMITIENNE ET VOIE ROYALE

12 PERSONNES MAXI

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

Rando 14

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.

Animateurs

Marc Linares (AIDE et La Cistude)
Brigitte Poupenev (La Cistude)

Rendez-vous : 9 h 00
Départ rando : 9 h 30

prévoir son pique-nique
bonnes chaussures
vêtements adaptés à la saison

Remarques

MONTAGNE DE GACHE DEPUIS LE COL DE MÉZIEN

Rando 15

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Sisteron	Difficile	13,5 Km	800 m	7 h

20 PERSONNES MAXI

Très belle montée sur une crête aérienne en sous-bois et arrivée par le sud-ouest sous le promontoire de la montagne de Gâche par un passage aérien où il faut mettre les mains (fortement déconseillé pour les personnes sujettes au vertige). Découverte des écritures rupestres du sommet, puis suivi de la crête offrant un panorama permanent sur les Alpes et le Dévoluy. Redescente vers la Pierre Ecrite avant le retour vers les voitures en grim pant progressivement en sous-bois.

Animateurs

Joël Corbon (RHP Forcalquier)
2e animateur sera communiqué ultérieurement

Rendez-vous : 7 h 30

Départ rando : 7 h 45

Remarques
pentes raides et passage aérien où il faut mettre les mains
chaussures de rando à semelles rigides exigées
prendre pique-nique et un bon coupe-vent.

Remarques

LE TOUR DES JAS À CRUIS

20 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Cruis	Moyen	10,5 Km	480 m	4 h 30

Animateurs

Bernadette Guilhaumon (ASLMD et Malijai rando)
Gérard Couraud (ASLMD et Malijai rando)

Rendez-vous : 08 h 00

Départ rando : 08 h 30

Rando 17

À la découverte des jas de la montagne de Lure et de la légende de l'aven de Cruis.

Remarques
chaussures de randonnée, vêtements de saison
repas tiré du sac
boisson en quantité suffisante

Remarques

Rando 16

DE L'ESCALE À L'ESCALE PAR LA COLETTE

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
L'Escale	Bons marcheurs	14,5 Km	815 m	6 h

15 PERSONNES MAXI

Randonnée sportive au-dessus de L'Escale avec de magnifiques diaporamas sur la vallée de la Durance et les Préalpes

Denis Madeleine (La Cistude)
Viviane Madeleine (La Cistude)

Animateurs

Rendez-vous : 8 h 00

Départ rando : 8 h 30

Remarques
quelques côtes importantes sur des sentiers avec galets
bonnes chaussures de montagne, bâtons de marche
eau et repas tiré du sac

Remarques

Rando 18

LES COLLINES DE MONTFORT

15 PERSONNES MAXI

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Montfort	Moyen	14 Km	400 m	5 h

Belle vue sur la vallée de la Durance et les Pénitents des Mées.

Animateurs

Rémi Hypolite (ASLMD 04)
Dorothee Hypolite (ASLMD 04)

Rendez-vous : 8 h 45

Départ rando : 9 h 00

Remarques
prévoir son pique-nique
bonnes chaussures
vêtements adaptés à la saison

Remarques

Rando 19

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Volonne	Facile	6 Km	180 m	4 h

AU FIL DE L'EAU 15 PERSONNES MAXI

Un circuit au FIL DE L'EAU qui nous conduira à Volonne pour une visite de ce petit village médiéval de Haute Provence aux nombreux et insolites points d'eau et un patrimoine bâti qui réserve bien des surprises : Aqueduc du pont de l'Arc, moulins, gypses du Château, fontaines et le canal de la Plaine.

André Piche (Adri rando 04)
Elisabeth Manzo (Adri rando 04)

Animateurs

Rendez-vous : 9 h 30
Départ rando : 10 h 00

Remarques
Sans difficulté
repas de midi tiré du sac



Rando 20

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Lurs	Facile	5 Km	100 m	5/6 h

15 PERSONNES MAX + 15 PERSONNES HANDI CAP EVASION 04 RANDONNÉE LITTÉRAIRE

« LE THÈME DE L'ARBRE DANS L'OEUVRE DE GIONO »

Catherine Motte (Handi Cap Evasion 04)
Jean-Louis Carribou (Handi Cap Evasion 04)

Animateurs

Rendez-vous : 9 h 00
Départ rando : 9 h 30

Le chemin des Evêques avec la traversée du village de Lurs et de beaux panoramas sur la vallée de la Durance, le plateau de Valensole, les Préalpes de Digne et la montagne de Lure.

4 à 5 haltes avec des lectures de textes de l'œuvre de Giono sur le thème de l'arbre et des évocations du rapport de l'écrivain avec le village de Lurs, haut lieu de la typographie.



Remarques

5 à 6 heures avec les pauses lectures
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
repas tiré du sac

CRÈTE DE LURE 15 PERSONNES MAXI

Rando 21

Secteur	Niveau	Distance	Dénivelé	Durée
Saint Étienne Les Orgues	Bons marcheurs	13 Km	660 m	6 h

Randonnée en forêt de hêtres
Crête de Lure
Charbonnières et table
d'orientation
Sentier et hors sentier sans
difficulté.

Animateurs

Frédéric Escuyer (Sisteron Rando)
2e animateur sera communiqué ultérieurement

Rendez-vous : 8 h 30
Départ rando : 9 h 00

Remarques
bonnes chaussures de marche
vêtements de saison
boisson en quantité suffisante
repas tiré du sac

