

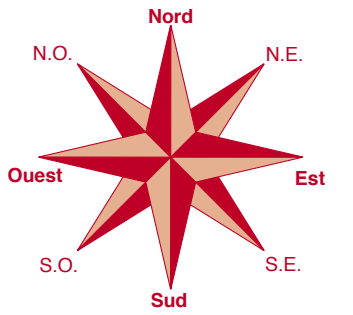
Un panel de **26** suggestions de **randonnées itinérantes** dans la région Provence-Alpes-Côte d'Azur



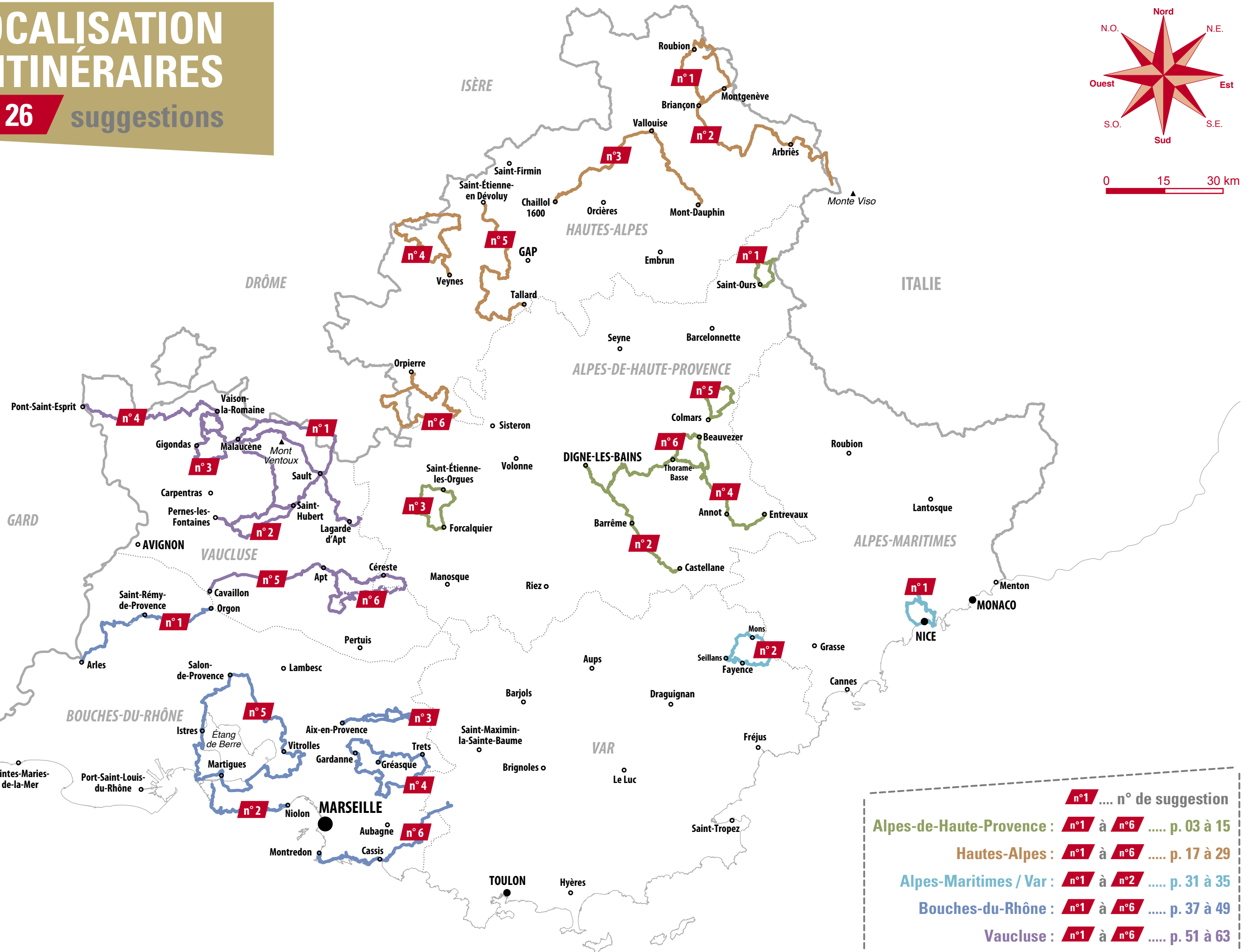
<https://paca.ffrandonnee.fr/>

LOCALISATION DES ITINÉRAIRES

26 suggestions



0 15 30 km



LA CHARTE du randonneur

RESPECTONS LES ESPACES PROTEGES

En France, de nombreux espaces naturels remarquables (parcs nationaux, réserves naturelles...) sont protégés par des dispositifs réglementaires.

RESTONS SUR LES SENTIERS

Dans la nature, seul le sentier est le territoire de l'homme.

NETTOYONS NOS SEMELLES

Pensons à nettoyer régulièrement nos semelles afin de ne pas nuire à la biodiversité.

REFERMONS LES CLOTURES ET LES BARRIERES

Sur les chemins, nous sommes toujours sur la propriété d'autrui.

GARDONS LES CHIENS EN LAISSE

Nous le considérons comme un ami, les animaux sauvages le perçoivent comme un prédateur !

RECUPERONS NOS DECHETS

Le meilleur déchet est celui que nous ne produisons pas.

PARTAGEONS LES ESPACES NATURELS

La randonnée n'est pas la seule activité pratiquée sur les chemins.

LAISSONS POUSSER LES FLEURS

Elles sont plus jolies dans leur milieu naturel que dans un bouquet.

SOYONS DISCRETS

Les animaux sauvages ne sont pas habitués à entendre nos bruits.

NE FAISONS PAS DE FEU

Le feu représente un danger pour le randonneur et pour la nature.

PRESERVONS NOS SITES

Soyons acteurs de la qualité de nos sites de randonnée !

PRIVILEGIONS LE COVOITURAGE ET LES TRANSPORTS EN COMMUN

Le transport est l'une des principales sources d'émission de gaz à effet de serre.

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
www.ffrandonnee.fr

NIVEAU D'EFFORT DES ITINÉRAIRES

 **1 - Facile** : sans difficulté physique particulière.
Ce niveau correspond aux balades et aux promenades.

 **2 - Assez facile** : peu de difficulté physique.
Ce niveau correspond aux promenades et à de petites randonnées.

 **3 - Peu difficile** : un certain engagement physique qui reste toutefois mesuré.
Ce niveau correspond à des randonnées pédestres modérées.

 **4 - Assez difficile** : des difficultés nécessitent un engagement physique certain.
Ce niveau correspond à des randonnées pédestres plus soutenues.

 **5 - Difficile** : des difficultés nécessitent un engagement physique important.
Ce niveau correspond à des randonnées pédestres très soutenues.

LÉGENDE PICTOGRAMMES

 ...en famille

 ...randonneur entraîné

 ...randonneur sportif

ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE

6 suggestions

n° de suggestion - nom du GR® *Nom de l'Itinéraire* - niveau d'effort n° de page

n°1 GR® de Pays *Tour du Chambeyron* ...  p. 4 à 5

n°2 GR® 406 *La route Napoléon à pied* ...  p. 6 à 7

n°3 GR® de Pays *Giono-Montagne de Lure* ...  p. 8 à 9

n°4 GR® de Pays *Grande Traversée des Préalpes (GTPA)* ...  p. 10 à 11

n°5 GR® de Pays *Tour du Haut-Verdon, le lac d'Allos* ...  p. 12 à 13

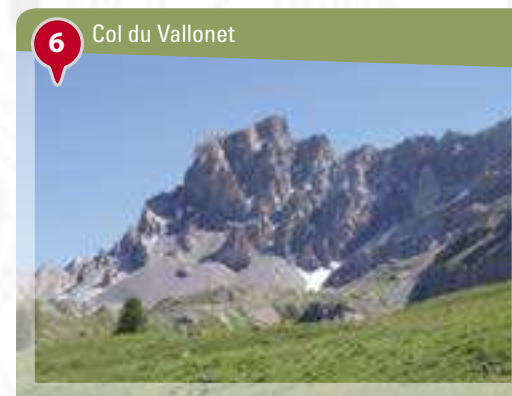
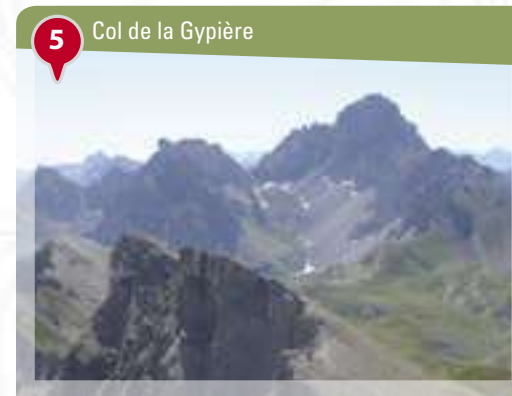
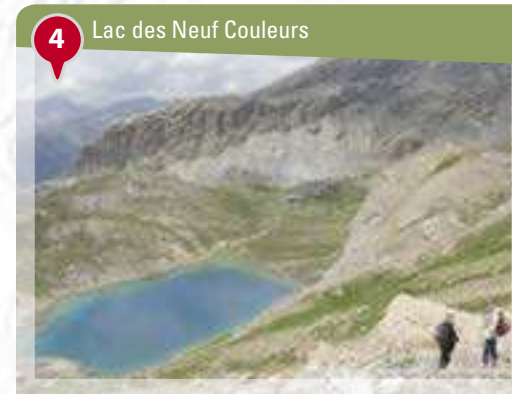
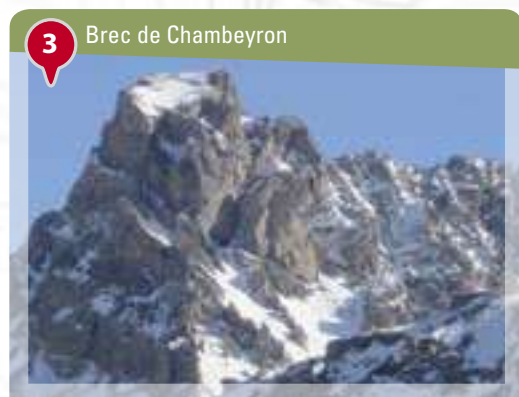
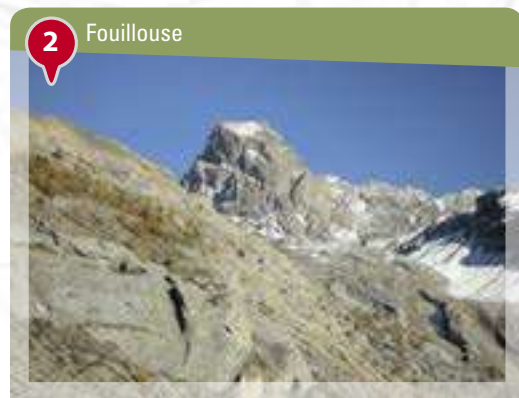
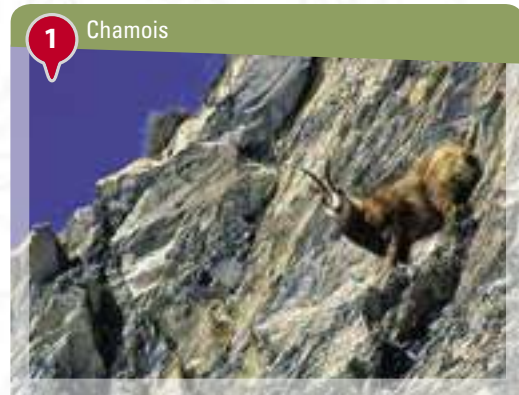
n°6 GR® de Pays *Tour du Haut-Verdon, du Verdon à l'Issole* ...  p. 14 à 15



Chambeyron et lac des Neuf Couleurs

Au départ de Meyrannes-St Ours, ce circuit vous permettra de découvrir le cirque du massif de Chambeyron et ses lacs glaciaires, notamment celui des Neuf Couleurs. De l'étage du pastoralisme, cette randonnée vous amènera au monde minéral de la haute montagne. Le deuxième jour, les plus courageux pourront gagner le col de la Gypièrre, sur la frontière italienne, à presque 3 000 mètres d'altitude, avant de revenir au refuge du Chambeyron.

Au retour, vous découvrirez également les vestiges des forts et batteries historiques de Val d'Oronaye. Bouquetins, chamois et marmottes ne sont pas rares tout au long du parcours.



FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE



Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...



...3 jours



...2 / 3 jours



...2 jours

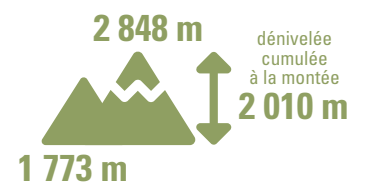
TRANSPORTS

Barcelonnette puis navette jusqu'à Saint-Paul-sur-Ubaye

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE



DISTANCE TOTALE



BALISAGE et



EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE

<https://alpes-haute-provence.ffrandonnee.fr/>

04 92 75 48 22

alpes-de-haute-provence.secretaire@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

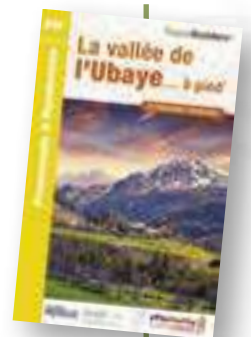
site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® PR

« La Vallée de l'Ubaye à pied »

Réf. P043 (Circuits N°39 et 45)



Meyrannes-Saint-Ours
1 774 m

Fouillouse
1 899 m

Refuge du Chambeyron
2 626 m

Lac des Neuf Couleurs
2 845 m

Col du Vallonet
2 524 m

Abri du Vallonet
2 280 m

Fort de Saint-Ours
1 872 m

Meyrannes-Saint-Ours
1 774 m



De Castellane à Digne-les-Bains

Cet itinéraire de découverte hautement historique suit une portion du chemin emprunté en 1815 par Napoléon lors de son retour de l'île d'Elbe. Le circuit passe également par l'ancienne voie romaine qui allait de Castellane à Digne, sous le règne de l'empereur Caracalla (211-217 après JC). Vous découvrirez ainsi de nombreux monuments historiques qui jalonnent cet itinéraire, villages, hameaux, etc... Le parcours traverse également de nombreux sites géologiques notables (clues, gorges et cols) et des panoramas remarquables.



FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...

...5 jours

...4 jours

...3 jours

TRANSPORTS

Ligne LER 31, Ligne LER 22

Gare de Digne-les-Bains (CP), Gare de Barrême (CP)

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

1 245 m

dénivelée cumulée à la montée 2 470 m

590 m

DISTANCE TOTALE

0 53 km

BALISAGE



EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE

<https://alpes-haute-provence.ffrandonnee.fr/>

04 92 75 48 22

alpes-de-haute-provence.secretaire@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® 4

« La Haute Provence par les Gorges du Verdon La Route Napoléon à pied » - Réf. 401





Giono-Montagne de Lure, autour de Forcalquier

En suivant cet itinéraire bucolique et paisible, au milieu des champs, des fermes, des lavandes et des forêts, imprégnez-vous de cette douce atmosphère champêtre et provençale, au pays de Jean Giono et de Pierre Magnan. Au départ de Forcalquier, découvrez son centre historique, riche d'un passé de cité comtale. Tout au long du parcours, histoire pittoresque et vieilles pierres sont présentes. Vous traverserez de superbes villages de caractère, n'hésitez pas à flâner dans leurs ruelles...



© Teddy Verneuil



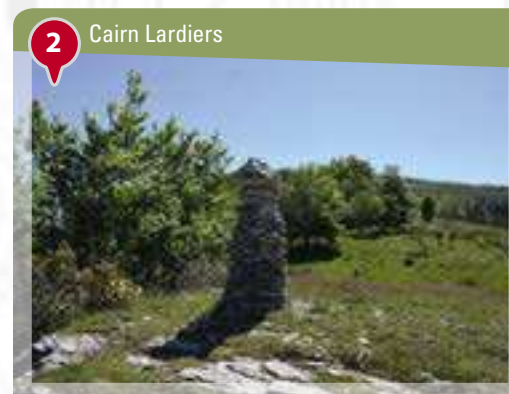
© Teddy Verneuil



© FFRandonnée 04



© Teddy Verneuil



© FFRandonnée 04

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE



Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...



...4 jours



...3 jours



...2 jours

TRANSPORTS

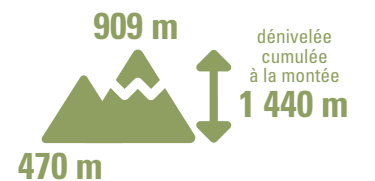
Forcalquier LER 25

Gare de Manosque - Gréoux-les-Bains (SNCF)

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE



DISTANCE TOTALE



BALISAGE et

EN SAVOIR+

FFRandonnée ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE

<https://alpes-haute-provence.ffrandonnee.fr/>

04 92 75 48 22

alpes-de-haute-provence.secretaire@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

LOGICIEL

GR@ccess





D'Entrevaux à Digne-les-Bains, le « Train des Pignes »

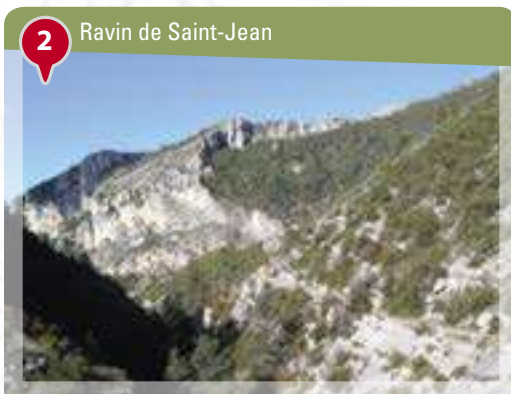
Paysages agricoles, vallons sauvages, ravins et montées en forêt, relief tourmenté du Haut-Verdon, zone humide du lac des Sagnes, puits salé de Tartonne, pentes du Cousson, centre de ski nordique de la Colle Saint-Michel, grès et marnes bleues à Annot, l'itinéraire offre un panorama varié des Alpes du Sud.

Vous y côtoierez également la voie ferrée, celle du célèbre « Train des Pignes », le chemin de fer de Provence, défi technologique du XIX^{ème} siècle et ses gares pittoresques.

Entrevaux, cité médiévale remarquable, dominée par l'impressionnante citadelle Vauban, reste le témoin incontournable d'un riche patrimoine historique et architectural.



© Teddy Verneuil



© FFRandonnée 04



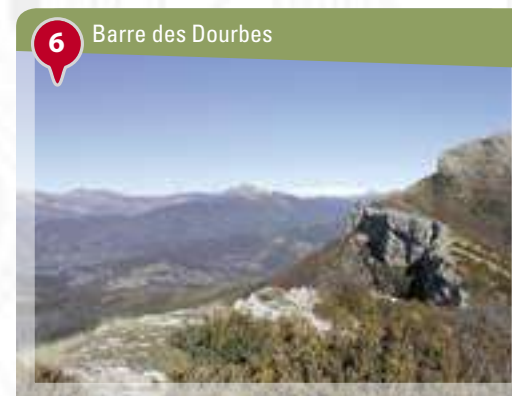
© FFRandonnée 04



© FFRandonnée04



© FFRandonnée04



© FFRandonnée04

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

Une semaine

À PARCOURIR EN...

...7 jours
...6 jours
...5 jours

TRANSPORTS

Lignes TAM 790
Gare d'Entrevaux (CP), Gare de Digne-les-Bains (CP)

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

1 673 m
508 m
dénivelée cumulée à la montée 5 515 m

DISTANCE TOTALE

0 104 km

BALISAGE et

EN SAVOIR+

FFRandonnée ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE

<https://alpes-haute-provence.ffrandonnee.fr/>
04 92 75 48 22
alpes-de-haute-provence.secretaire@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>
site Internet dédié à l'itinérance

LOGICIEL

GR@ccess





Découverte d'Allos et du lac d'Allos

Au départ de Colmars-les-Alpes et ses ouvrages fortifiés du XVII^{ème} siècle, la boucle parcourt des zones agricoles, des alpages d'altitude et des cols de haute montagne. Vous traverserez villages traditionnels et anciens hameaux et vous découvrirez un lac d'altitude, celui d'Allos.

Une partie de l'itinéraire se déroule à l'intérieur du Parc national du Mercantour, vous y retrouverez une riche faune et flore de montagne.



© FFRandonnée 04



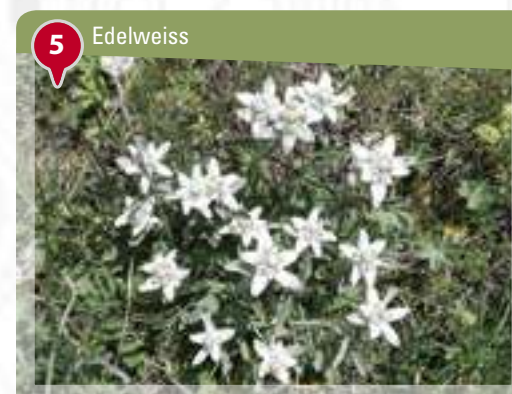
© FFRandonnée 04



© FFRandonnée 04



© FFRandonnée 04



© FFRandonnée 04

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE



Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...



Circuit non adapté aux familles



...3 jours



...2 jours

TRANSPORTS

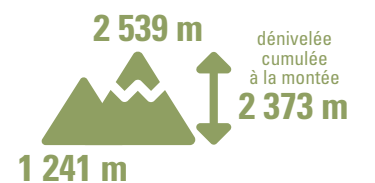
LER 31

Gare de Thorame-Haute (CP)

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE



DISTANCE TOTALE



BALISAGE et

EN SAVOIR+

FFRandonnée ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE

<https://alpes-haute-provence.ffrandonnee.fr/>

04 92 75 48 22

alpes-de-haute-provence.secretaire@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

LOGICIEL

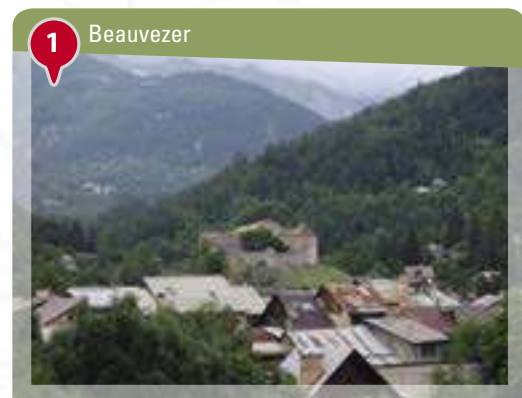
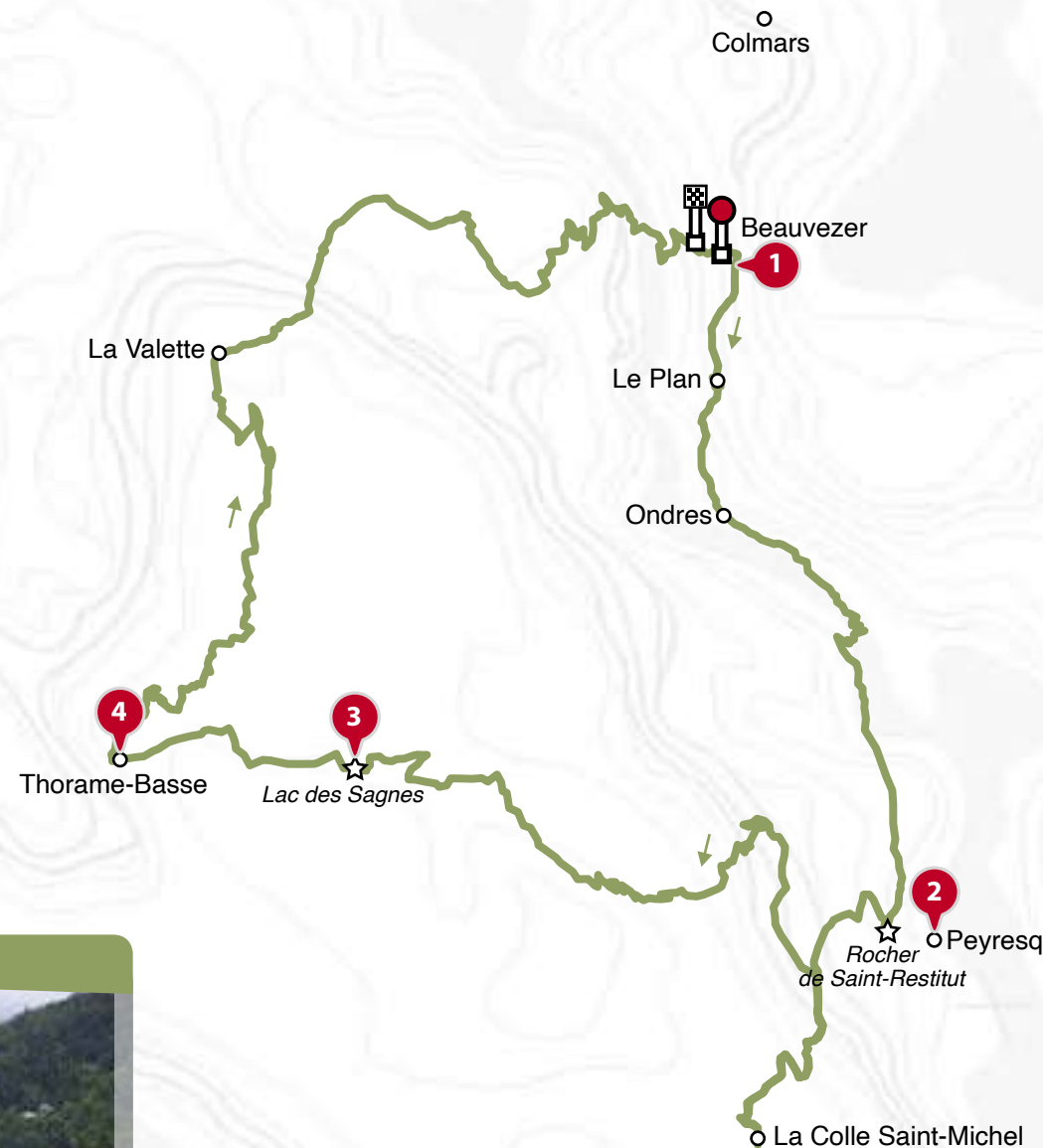
GR@ccess





Découverte de la haute vallée du Verdon

Au départ de Beauvezer, ce parcours de moyenne montagne traverse des zones de pastoralisme et de sylviculture. Cette randonnée vous amènera à la découverte du lac des Sagnes et du pittoresque village de Peyresq, fondé au XIII^{ème} au sommet d'une falaise calcaire dominant la Vaire. Vous rencontrerez le long de l'itinéraire de multiples témoins de l'activité ancestrale : villages et hameaux, oratoires et chapelles, four banal, lavoirs et fontaines.



suggestion n°6

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...

...5 jours
...4 jours
...3 jours

TRANSPORTS

LER 31 jusqu' à Barrême puis navette
Gare de Thorame-Haute (CP) puis navette

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

1 971 m
dénivelée cumulée à la montée 2 749 m
1 049 m

DISTANCE TOTALE

0 54 km

BALISAGE



EN SAVOIR+

FFRandonnée ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE

<https://alpes-haute-provence.ffrandonnee.fr/>
04 92 75 48 22
alpes-de-haute-provence.secretaire@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>
site Internet dédié à l'itinérance

LOGICIEL

GR@ccess



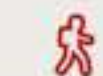
FÉDÉRATION FRANÇAISE DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE

UN CLUB,
DES RANDONNÉES

FFRandonnée 

www.ffrandonnee.fr

3 500 CLUBS - 8 500 BALISEURS-COLLECTEURS - 10 000 ANIMATEURS



RANDO PÉDESTRE



LONGE CÔTE -
MARCHE AQUATIQUE



MARCHE ENDURANCE



MARCHE NORDIQUE



RANDO CHALLENGE



RANDO SANTÉ



RAQUETTE À NEIGE



RANDO ITINÉRANTE



ffrandonnee



@ffrandonnee



ffrandonnee

HAUTES-ALPES

6 suggestions

n° de suggestion - nom du GR® Nom de l'Itinéraire - niveau d'effort n° de page

n°1 GR® 5 et 5C Grande Traversée des Alpes / Vallée de la Clarée ...  p. 18 à 19

n°2 GR® 5 et 58 Grande Traversée des Alpes / Tour du Queyras ...  p. 20 à 21

n°3 GR® 54 Tour de l'Oisans et des Écrins ...  p. 22 à 23

n°4 GR® 94 Tours dans les Hautes-Alpes (Dévoluy/Buëch) ...  p. 24 à 25

n°5 GR® de Pays Tour du Dévoluy / Entre Cèise et Durance ...  p. 26 à 27

n°6 GR® de Pays Tour du Val de Méouge ...  p. 28 à 29



Découverte alpine et historique de la basse vallée de la Clarée

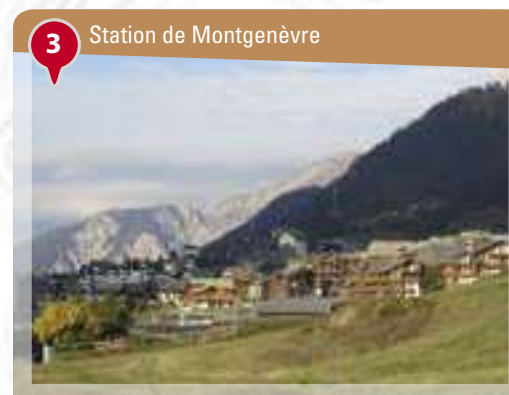
Tout commence dans la vallée de la Clarée sur la très réputée « grande traversée des Alpes ». Côtant les hauts sommets alpins, l'itinéraire remonte la vallée des Acles et le vallon de l'Opon pour passer plusieurs cols d'altitude avant de redescendre jusqu'à Montgenèvre, berceau historique du ski. Le sentier part vers la ville voisine, Briançon, historique elle aussi avec ses fortifications de Vauban classées au patrimoine mondial de l'UNESCO. Le retour à Névache s'effectue dans un univers alpin en passant par le col de Barteaux, le col de Granon et la porte de Cristol.



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...

...hébergement non disponible pour parcourir l'itinéraire en plus de 4 jours

...4 jours

...3 jours

TRANSPORTS

Montgenèvre ou Briançon (ligne Oulx - Serre Chevalier), Névache et vallée de la Clarée

Briançon (gare SNCF)

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

2 511 m
1 273 m
dénivelée cumulée à la montée 4 562 m

DISTANCE TOTALE

0 71 km

BALISAGE



EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée HAUTES-ALPES

<https://hautes-alpes.ffrandonnee.fr>

04 92 53 65 11

hautes-alpes@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® 5

« La Traversée des Alpes - De la Maurienne à l'Ubaye » - Réf. 531

TopoGuide® GR® 653D

« Sentier vers Saint-Jacques-de-Compostelle via Arles > Montgenèvre - Arles » - Réf. 6531



Roubion
(1 624 m)

Plampinet
(1 490 m)

Chalet des Acles
(1 814 m)

Col de la Lauze
(2 529 m)

Montgenèvre
(1 841 m)

Briançon
(1 328 m)

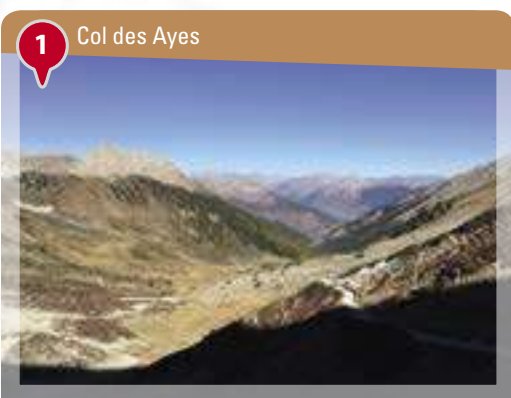
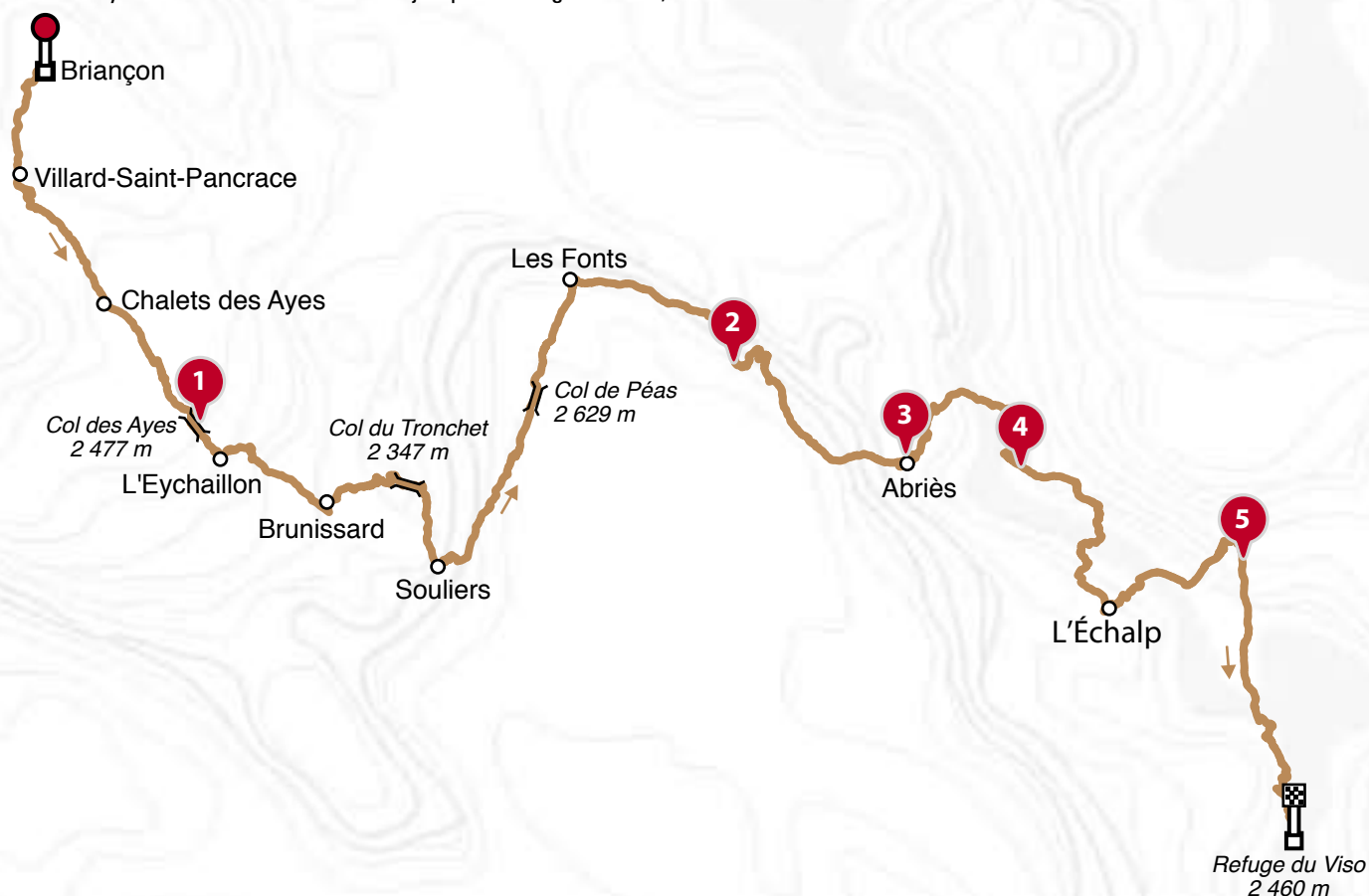
Croix de Toulouse
(1 935 m)

Col de Granon
(2 404 m)

Porte de Cristol
(2 469 m)

Traversée mythique de Briançon aux sources du Guil

En haute montagne, ce parcours pour randonneurs avertis propose une découverte originale du nord du Parc naturel régional du Queyras, en passant par des hameaux et villages authentiques : Brunissard, Souliers, Abriès, La Monta... L'itinéraire offre également des panoramas sur plusieurs sommets impressionnants du secteur : le pic de Rochebrune, le Grand Claiza et le mont Viso... il termine sa course à la frontière italienne, à l'Échalp. Possibilité de poursuivre sur le GR® de Pays « Tour du Pain de Sucre » jusqu'au refuge du Viso, au cœur de la réserve naturelle de Ristolas-Mont-Viso.



© FFRandonnée Hautes-Alpes



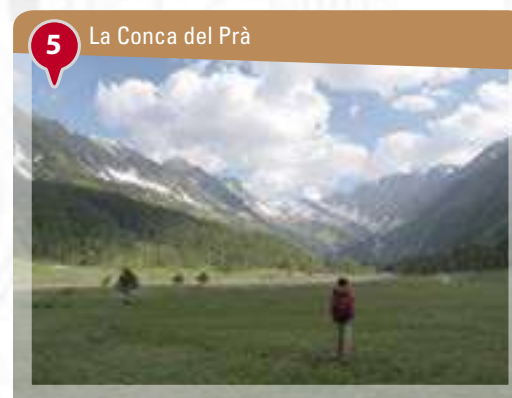
© FFRandonnée Hautes-Alpes



© Office de Tourisme d'Abriès - Ristolas



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...

...hébergement non disponible pour parcourir l'itinéraire en plus de 6 jours

...6 jours

...4 jours

TRANSPORTS

Briançon (ligne Briançon - Gap, Marseille, Nice) (ligne Briançon - Grenoble)

Briançon (gare SNCF)

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

2 821 m
dénivelée cumulée à la montée 6 894 m

1 207 m

DISTANCE TOTALE

0 85 km

BALISAGE et

EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée HAUTES-ALPES

<https://hautes-alpes.ffrandonnee.fr>

04 92 53 65 11

hautes-alpes@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® 58

« Tour du Queyras - Parc naturel régional du Queyras » - Réf. 505

TopoGuide® GR® 5

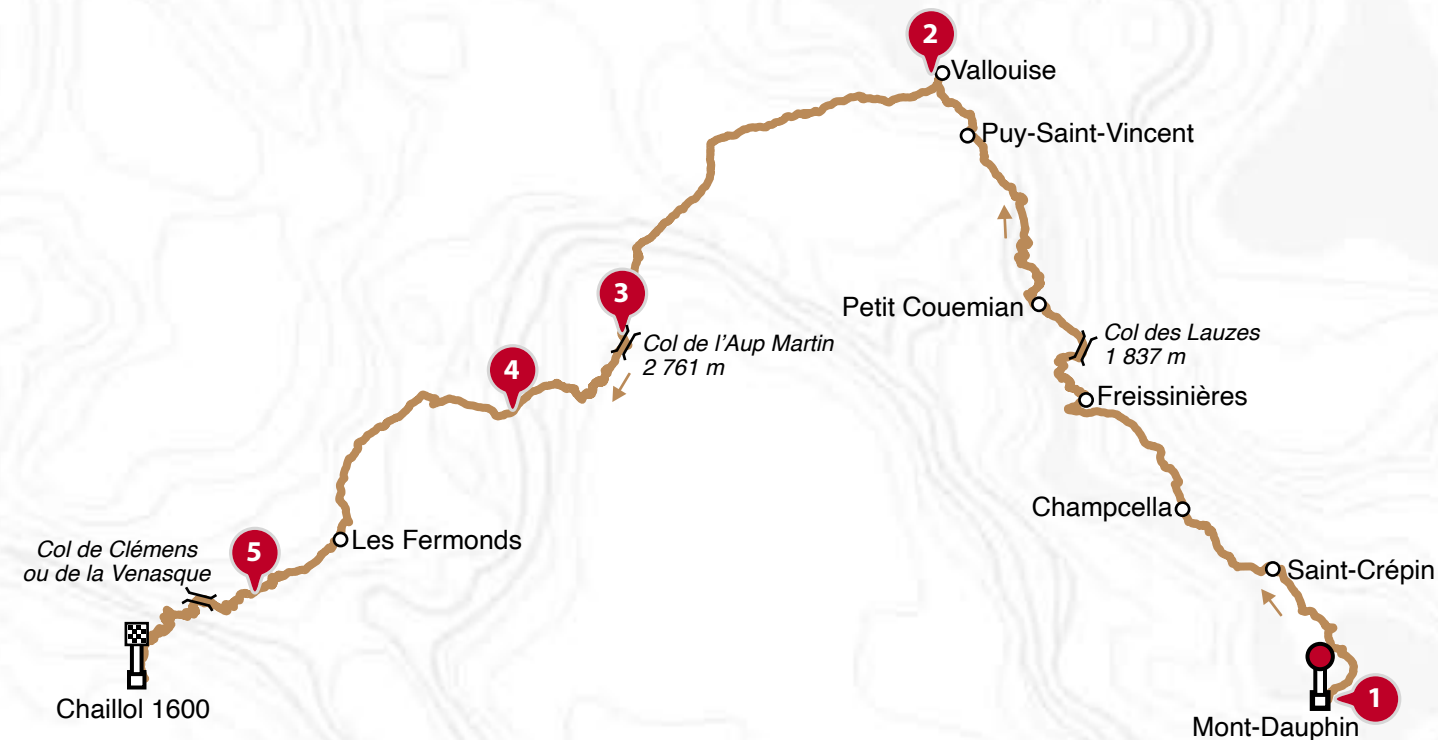
« La Traversée des Alpes - De la Maurienne à l'Ubaye » - Réf. 531





Au cœur du Parc national des Écrins, de la Durance à la vallée du Drac

L'itinéraire débute à Mont-Dauphin et sa place forte Vauban, inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Il se poursuit au fil de la Durance, par des traversées de villages jusqu'au Pays des Écrins. Vallouise, village à l'architecture traditionnelle, marque l'entrée dans le Parc national des Écrins. Les 3 journées suivantes se déroulent ainsi en haute montagne, sur le célèbre GR® 54 (Tour de l'Oisans et des Écrins), à la découverte de cols et vallées mythiques.



© FFRandonnée Hautes-Alpes



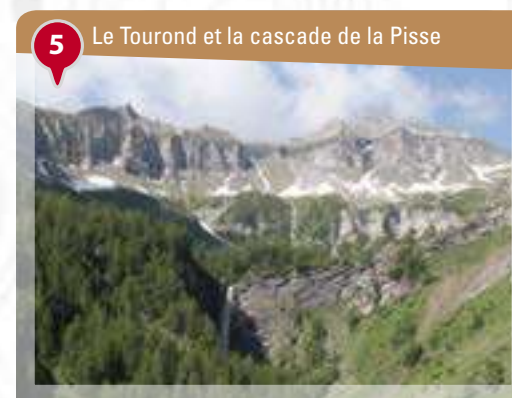
© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...

...hébergement non disponible pour parcourir l'itinéraire en plus de 5 jours

...5 jours

...4 jours

TRANSPORTS

Mont-Dauphin (ligne aéroport Marseille Provence - Briançon)

Mont-Dauphin - Guillestre (gare SNCF)

NIVEAU D'EFFORT



Attention : passage difficile du pas de la Cavale

DÉNIVELLÉE

2 758 m
dénivellée cumulée à la montée 5 162 m

DISTANCE TOTALE

0 86 km

BALISAGE

EN SAVOIR+ / TOPO-GUIDE®

FFRandonnée HAUTES-ALPES

<https://hautes-alpes.ffrandonnee.fr>

04 92 53 65 11

hautes-alpes@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® 653D

« Sentier vers Saint-Jacques-de-Compostelle via Arles > Montgenèvre - Arles » - Réf. 6531

TopoGuide® GR® 54

« Tour de l'Oisans et des Écrins » - Réf. 508



Mont-Dauphin
(1 041 m)

Saint-Crépin
(902 m)

Champcellao
(1 207 m)

Freissinières
(1 211 m)

Col des Lauzes
(1 837 m)

Petit Couemian
(1 748 m)

Puy-Saint-Vincent
(1 380 m)

Vallouise
(1 167 m)

Col de l'Aup Martin
(2 761 m)

Les Fermonds
(1 382 m)

Col de Clémens
ou de la Venasque
(2 450 m)

Chaillol
1600
(1 614 m)

Paysages sauvages et reculés du Haut-Buëch

Loin des importants flux touristiques, cette boucle entre Provence et montagnes traverse le Haut-Buëch pour partir explorer l'ouest du Dévoluy. Dans le département des Hautes-Alpes et parfois dans la Drôme, cet itinéraire au cœur de la nature passe le col des Aiguilles (2 009 m), point culminant du circuit, et parcourt le vallon de la Jarjatte, site classé pour la beauté de ses cimes acérées. Il traverse également des hameaux et villages de moyenne montagne (La Jarjatte, Lus-La-Croix-Haute, Vaunières, La Cluse, Glaïse...).



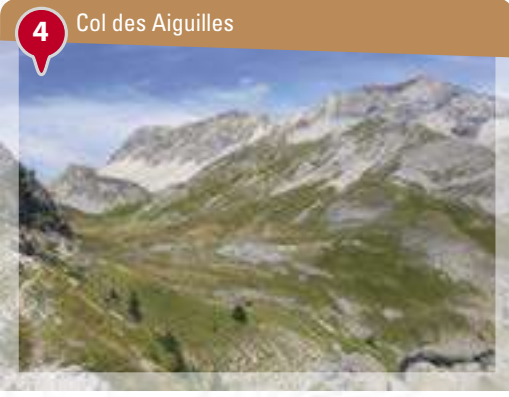
© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© Office de tourisme du Dévoluy



© FFRandonnée Hautes-Alpes

📍

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

🕒

DURÉE TOTALE

🕒

Moins d'une semaine

👣

À PARCOURIR EN...

👣

...hébergement non disponible pour parcourir l'itinéraire en plus de 7 jours

👣

...5 jours

👣

...4 jours

🚗

TRANSPORTS

🚗

Veynes (ligne Marseille - Briançon)

🚗

Veynes (gare SNCF)

🏔️

NIVEAU D'EFFORT

🏔️

DÉNIVELLÉE

🏔️

DISTANCE TOTALE

🏔️

BALISAGE

🏔️

2 076 m

🏔️

823 m

🏔️

0

🏔️

88 km

🏔️

dénivelée cumulée à la montée

🏔️

5 522 m

🏔️

et

📖

EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

🌐

FFRandonnée HAUTES-ALPES

🌐

<https://hautes-alpes.ffrandonnee.fr>

📞

04 92 53 65 11

📧

hautes-alpes@ffrandonnee.fr

🌐

FFRandonnée

🌐

<https://www.mongr.fr/>

🌐

site Internet dédié à l'itinérance

📖

TOPOGUIDE®

📖

TopoGuide® GR® 93, GR® 94

📖

« Tours dans les Hautes-Alpes » - Réf. 940

24

25



Entre le massif du Dévoluy et la montagne de Cèüse

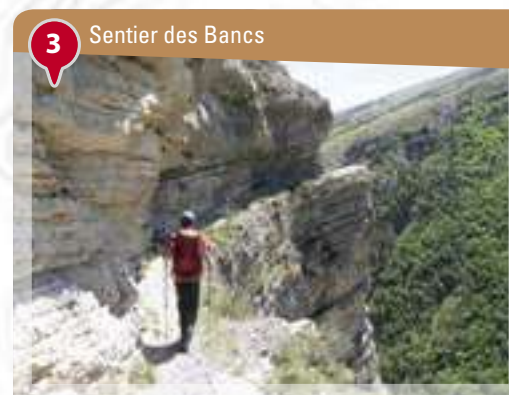
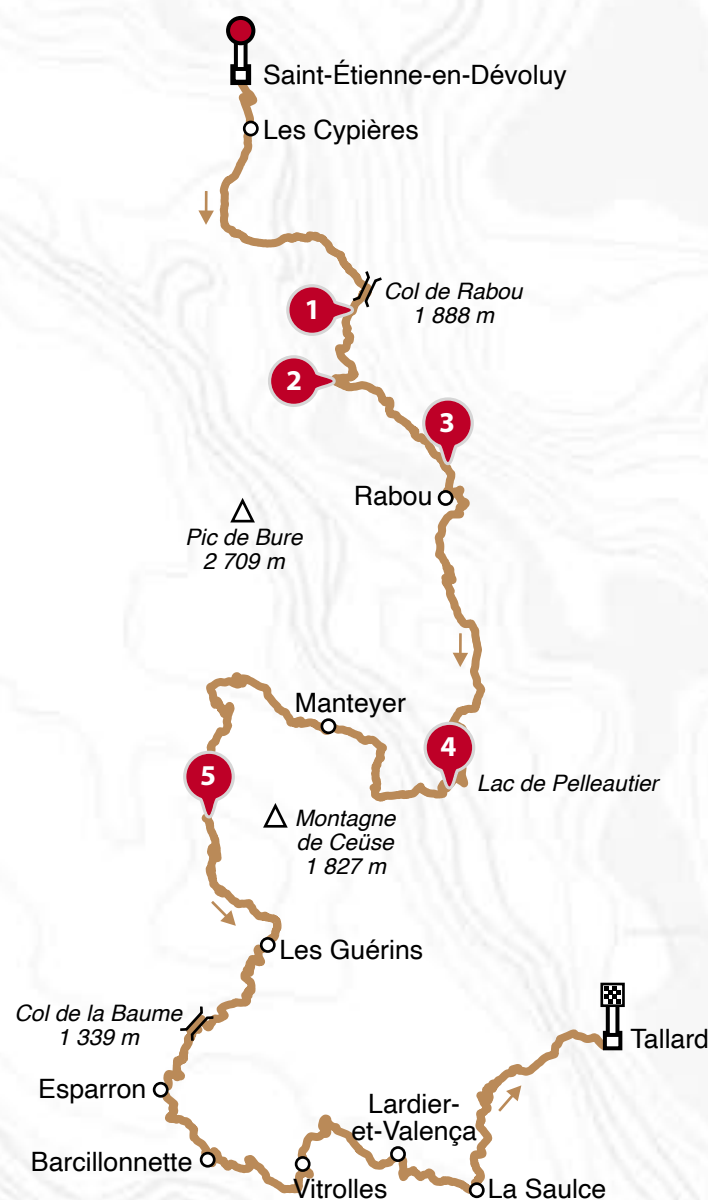
Une traversée pleine de diversité entre paysages montagnards du Dévoluy, vallées secrètes, bassins agricoles aux portes de la Provence, falaises et denses forêts sauvages. L'itinéraire débute à Saint-Étienne-en-Dévoluy, dans une ambiance alpine. Après avoir franchi le col de Rabou et sa vire très aérienne, il faut continuer sur le célèbre et impressionnant sentier des Bancs (portion délicate) jusqu'au village de Rabou. S'ensuit une traversée en direction du lac de Pelleautier, au pied de la montagne de Cèüse et ses falaises imposantes. Ce site a une renommée internationale pour les grimpeurs. Le parcours se termine à Tallard, réputé pour son aéroport.



© FFRandonnée Hautes-Alpes



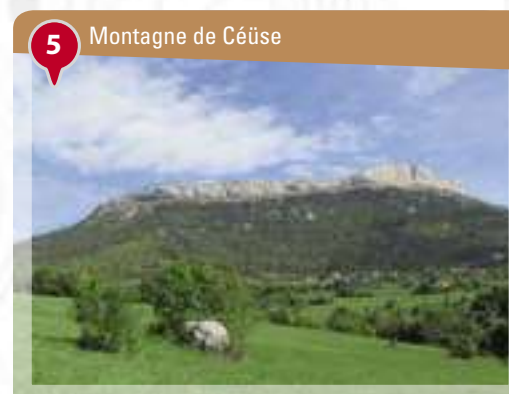
© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

Une semaine

À PARCOURIR EN...

...7 jours
...5 jours
...3 / 4 jours

TRANSPORTS

Le Dévoluy (ligne Le Dévoluy - Veynes)
Veynes (gare SNCF)

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

1 890 m
dénivelée cumulée à la montée 3 942 m
597 m

DISTANCE TOTALE

0 86 km

BALISAGE et

EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée HAUTES-ALPES

<https://hautes-alpes.ffrandonnee.fr>
04 92 53 65 11
hautes-alpes@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>
site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® 93, GR® 94
« Tours dans les Hautes-Alpes » - Réf. 940



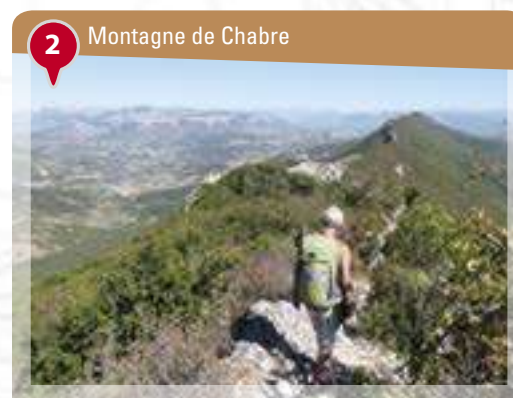


À la découverte de la Méouge

Aux allures aussi bien alpines que méditerranéennes, cette boucle peu fréquentée offre beaucoup de belles surprises dans un environnement assez sauvage. L'itinéraire traverse notamment les sublimes gorges de la Méouge, site classé Natura 2000, la fameuse montagne de Chabre et sa longue crête rocheuse, Éourres, le village d'initiatives ou bien même Orpierre, le village qui grimpe...



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



© FFRandonnée Hautes-Alpes



FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE



Plus d'une semaine

À PARCOURIR EN...



...8 jours



...5 jours



...4 jours

TRANSPORTS

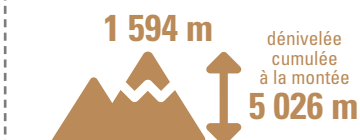


Laragne (gare SNCF)

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE



570 m

DISTANCE TOTALE



BALISAGE et



EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée HAUTES-ALPES

<https://hautes-alpes.ffrandonnee.fr>

04 92 53 65 11

hautes-alpes@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® 93, GR® 94

« Tours dans les Hautes-Alpes » - Réf. 940

TopoGuide® PR

« Le Parc naturel régional des Baronnies provençales... à pied » - Réf. PN19





Comme Antoine,
choisissez et
organisez votre
randonnée
itinérante en ligne
avec GR @ccess.

Facilitez-vous la rando !

- Plus de 70 000 km de GR® décrits,
- Cartographie 1/25 000,
- Plus de 450 suggestions de randonnée itinérante de 2 à 6 jours,
- Abonnement numérique, à partir de 12€.



Abonnez-vous sur www.MonGR.fr

FFRandonnée

ALPES-MARITIMES VAR

2 suggestions

n° de suggestion - nom du GR® *Nom de l'Itinéraire* - niveau d'effort n° de page

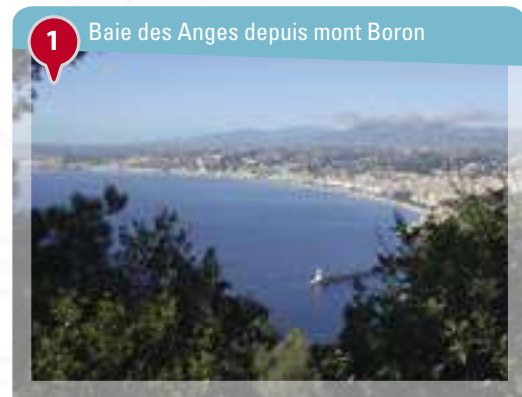
n°1 GR® de Pays *Les Collines de Nice « Lou Camin Nissart »* ...  p. 32 à 33

n°2 GR® de Pays *Villages perchés de Haute-Siagne* ...  p. 34 à 35



Le tour de la ville par les collines niçoises

Une balade entre caroubiers, pins, oliviers, lentisques, vignes, chênes... Qui démarre place Garibaldi, serpente ou file droit entre mont Boron, Gairaut, Saint-Pancrace, Saint-Roman-de-Bellet, et rejoint, par la promenade des Anglais, le point de départ.



© Philippe Tort



© Philippe Tort



© Philippe Tort



© Christian Chizat

suggestion **n°1**

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...

...4 jours
 ...3 jours
 ...2 jours

TRANSPORTS

Gare de Nice
 Ligne 1

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

667 m
 dénivellée cumulée à la montée 1 462 m
2 m

DISTANCE TOTALE

0 43 km

BALISAGE

EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée ALPES-MARITIMES

<https://alpes-maritimes.ffrandonnee.fr/>
 09 51 05 19 23 Uniquement sur rendez-vous
alpes-maritimes@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>
 site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® de Pays
 « Nice à pied » En cours d'édition

Rando fiche®

Les Collines de Nice « Lou Camin Nissart »
<https://alpes-maritimes.ffrandonnee.fr>



Nice -
Place Garibaldi
(13 m)

Mont Boron
(191 m)

Mont Vinaigrier
(352 m)

Rimiez
(242 m)

Gairaut
(308 m)

Mont Chauve
d'Aspremont
(746 m)

Saint-Pancrace
(300 m)

Saint-Roman-
de-Bellet
(223 m)

Promenade
des Anglais
(6 m)

Nice -
Place
Garibaldi
(13 m)

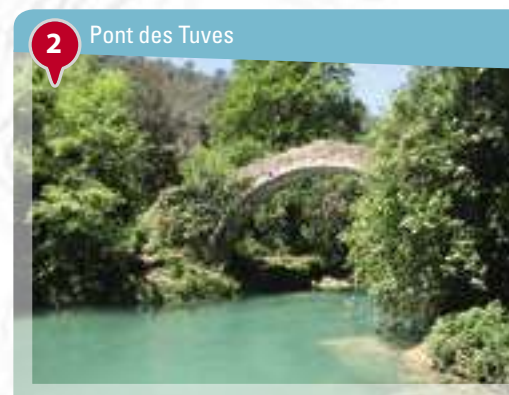


Découverte des sept villages perchés et d'une nature profonde

Chaque village a son caractère. Les vieilles pierres racontent mille histoires, les ruelles abritent des ateliers d'artistes, la pétanque à l'ombre des platanes anime les places, les fontaines sont des points de rendez-vous... De collines en gorges, l'itinéraire descend et monte tranquillement jusqu'à des panoramas avec vue sur mer. Il traverse la forêt méditerranéenne, le maquis parfumé, des oliveraies argentées et le fleuve La Siagne, source de vie !



© Jean Bernard Riedi - CDRP83



© Lionel Conflant - OTI du pays de Fayence



© Ludovic Gondino - CC du pays de Fayence



© Nico Gomez - OTI du pays de Fayence

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...

...5 jours
...3 jours
...2 jours

TRANSPORTS

Pas de train
n°3002 (Seillans - Cannes) ;
n° 3601 (Seillans - St-Raphaël)

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

812 m
201 m
dénivelée cumulée à la montée 1 907 m

DISTANCE TOTALE

0 50 km

BALISAGE

EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée VAR

<https://var.ffrandonnee.fr/>
04 94 42 15 01
var@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>
site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® de Pays
« Le pays de Fayence à pied ® » - Réf. P832



Seillans (410 m)

Fayence (365 m)

Montauroux (361 m)

Saint-Cézaire-sur-Siagne (460 m)

Mons (804 m)

Seillans (410 m)



Comme Aurélia et ses amis,
choisissez un hébergement
Compagnon de Route®
qui soutient les baliseurs
et bénévoles pour votre
randonnée itinérante !

paca.ffrandonnee.fr

Partez bien équipé avec

Rando
Pass

VOS AVANTAGES

- ✓ Assurance et assistance
- ✓ Informations exclusives
- ✓ Bons plans et réductions



BOUCHES-DU-RHÔNE

6

suggestions

n° de suggestion - nom du GR® Nom de l'Itinéraire - niveau d'effort n° de page

n°1 GR® 653D *Sentier vers Saint-Jacques de Compostelle :
Montgenèvre-Arles ...*  p. 38 à 39

n°2 Boucle locale PR *Le Grand Sentier de la Côte Bleue ...*  p. 40 à 41

n°3 GR® 9 et 653 A *Le Grand Tour de la Montagne Sainte-Victoire ...*  p. 42 à 43

n°4 GR® de Pays *Sentier Provence Mines d'énergies ...*  p. 44 à 45

n°5 GR® de Pays GR® 2013 *Marseille-Provence ...*  p. 46 à 47

n°6 GR® 51 *Les Balcons de la Méditerranée ...*  p. 48 à 49



La traversée du Parc naturel régional des Alpilles

Chaîne de montagne calcaire emblématique de la Provence, les Alpilles offrent une grande diversité de paysages ! Entre garrigue, forêts de chênes, falaises calcaires, villages authentiques provençaux, vestiges datant de l'époque romaine et champs de vignes ou d'oliviers, partez à la découverte de ce Parc naturel régional en le parcourant d'est en ouest pour finir à Arles et profiter de son riche patrimoine historique.



1 Le Parc naturel régional des Alpilles



© FFRandonnée 13

2 Le rocher des Deux Trous



© FFRandonnée 13

3 Glanum de Saint-Rémy-de-Provence



© FFRandonnée 13

4 Château des Baux-de-Provence



© FFRandonnée 13

5 Les Arènes d'Arles



© (WT-fr) OT Arles

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE



Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...



...4 jours



...3 jours



...2 jours

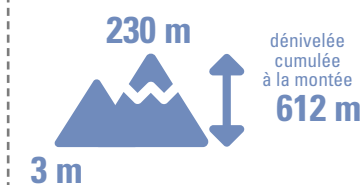
TRANSPORTS

Départ : Gare d'Orgon (ligne Avignon-Marseille)
Arrivée : Gare d'Arles (retour en train possible vers Orgon en 1h00)

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE



DISTANCE TOTALE



BALISAGE



EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée BOUCHES-DU-RHÔNE

<https://bouches-du-rhone.ffrandonnee.fr/>

04 91 32 17 10

bouches-du-rhone.sentiers-itineraires@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® 653D

« Sentier vers Saint-Jacques-de-Compostelle via Arles > Montgenèvre - Arles » - Réf. 6531





La Côte Bleue de gare en gare

La Côte Bleue, à l'instar des Cinque Terre, est desservie par une voie ferrée reliant 6 gares. Ainsi, les randonneurs ont la possibilité de parcourir les sentiers du littoral par étapes successives, de gare en gare, en utilisant le train pour s'y rendre ou en revenir. Venez découvrir cette belle partie de la côte méditerranéenne épargnée par l'urbanisation qui a bien souvent dénaturé nos côtes.



© FFRandonnée 13



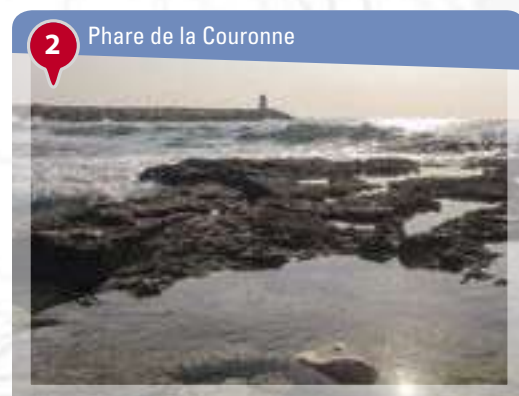
© FFRandonnée 13



© FFRandonnée 13



© FFRandonnée 13



© FFRandonnée 13

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE



Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...



...3 / 4 jours



...2 jours



...1 / 2 jours

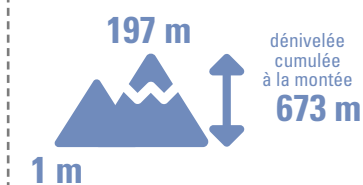
TRANSPORTS

Départ : Gare de Martigues
Arrivée : Gare de Niolon
Villes desservies par le train :
La Couronne, Sausset-les-Pins,
Carry-le-Rouet, La Redonne

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE



DISTANCE TOTALE

BALISAGE  et 

EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée BOUCHES-DU-RHÔNES

<https://bouches-du-rhone.ffrandonnee.fr/>
04 91 32 17 10
bouches-du-rhone.sentiers-itineraires@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>
site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

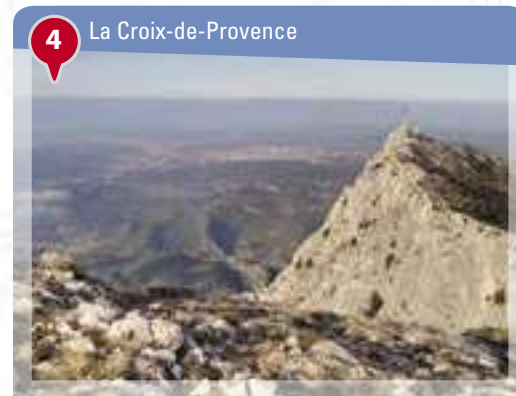
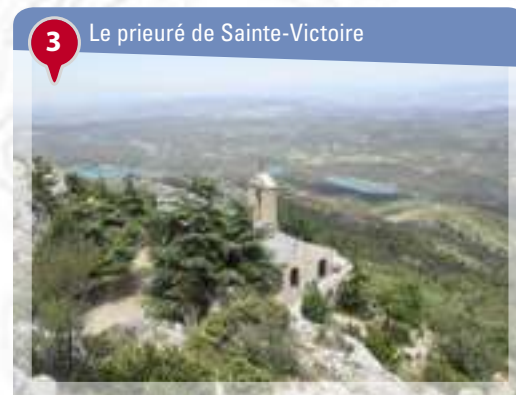
TopoGuide® PR
« Les Bouches-du-Rhône... à pied® » - Réf. D013





À la découverte du signal du Pays d'Aix

Symbole de la Provence, massif grandiose célébré par Cézanne, la montagne Sainte-Victoire culmine à 1 011 mètres et offre des panoramas sublimes de la région. Parcourez ce Grand Site de France®, espace naturel protégé, où se côtoient falaises acérées, pelouses sèches, garrigue et forêt de chênes. Pour admirer les deux visages de Sainte-Victoire, suivez cet itinéraire qui en fait le tour.



© FFRandonnée 13

© FFRandonnée 13

© FFRandonnée 13

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE



Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...



...Circuit non adapté aux familles



...4 / 5 jours



...2 / 3 jours

TRANSPORTS

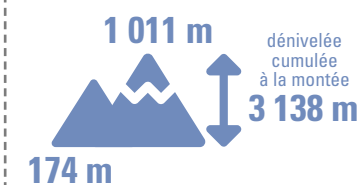


Gare d'Aix-en-Provence

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE



DISTANCE TOTALE



BALISAGE  et 
et 

EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée BOUCHES-DU-RHÔNES

<https://bouches-du-rhone.ffrandonnee.fr/>

04 91 32 17 10

bouches-du-rhone.sentiers-itineraires@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® PR

« La Montagne Sainte-Victoire... à pied® »

- Réf. P131

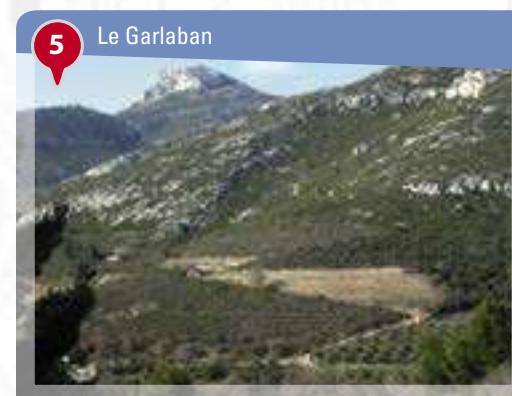
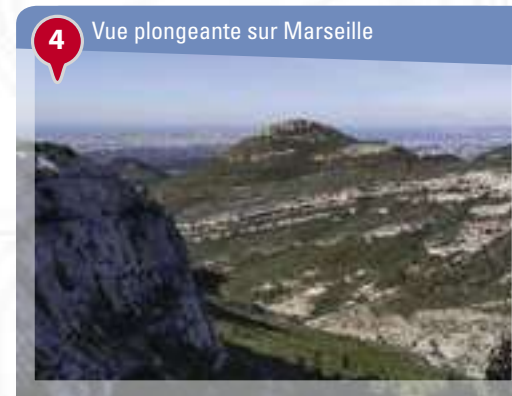
TopoGuide® GR® 2013

« Marseille-Provence » - Réf. 2013

Aix-en-Provence
(175 m)Barrage de Bimont
(249 m)Croix-de-Provence
(950 m)Vauvenargues
(400 m)Pic des Mouches
(1 011 m)Puylobier
(363 m)Refuge Cézanne
(500 m)Barrage Zola
(236 m)Aix-en-Provence
(175 m)

 Le tour du Pays Minier

Les espaces naturels tels que la Sainte-Victoire, le Parc naturel régional de la Sainte-Baume, la montagne de Regagnas et la chaîne de l'Étoile offrent un cadre grandiose au bassin minier de Provence. Des hauteurs de ces massifs se dévoilent des vues inoubliables à la fois sur les paysages agricoles et viticoles, et sur les bassins de vie du Pays d'Aix et du Pays d'Aubagne et de l'Étoile.



FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

 Une semaine

À PARCOURIR EN...

 ...7 jours
 ...5 jours
 ...3 / 4 jours

TRANSPORTS

 Gare de Gardanne

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

651 m
 178 m
 dénivelée cumulée à la montée 3 178 m

DISTANCE TOTALE

0 106 km

BALISAGE 

EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée BOUCHES-DU-RHÔNES

<https://bouches-du-rhone.ffrandonnee.fr/>

04 91 32 17 10

bouches-du-rhone.sentiers-itineraires@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® de Pays
 « Entre Sainte-Victoire et Sainte-Baume,
 Sentier Provence Mines d'Énergies » - Réf. 1300





Le tour de la mer de Berre

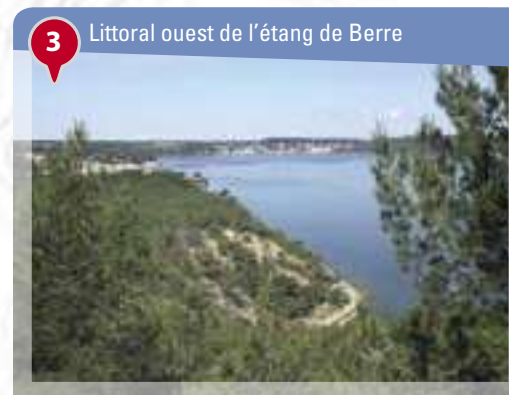
Cette randonnée autour de la mer de Berre est intéressante, tant au point de vue historique et pittoresque que pour l'étude de la géologie et de la région des étangs. Venez vivre l'émotion de ce paysage culturel, évolutif et vivant, candidat à l'inscription au patrimoine mondial de l'Unesco.



© FFRandonnée 13



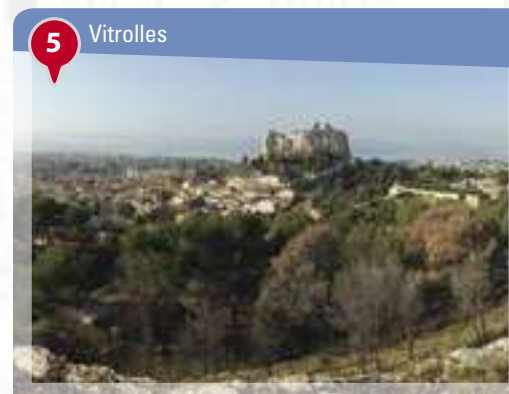
© FFRandonnée 13



© FFRandonnée 13



© FFRandonnée 13



© FFRandonnée 13



FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE



Plus d'une semaine

À PARCOURIR EN...



...11 jours



...7 jours



...5 jours

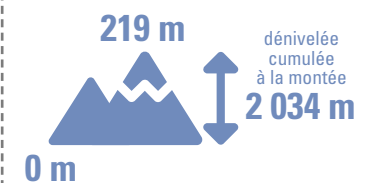
TRANSPORTS

Gare d'Aix TGV

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE



DISTANCE TOTALE



BALISAGE



EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée BOUCHES-DU-RHÔNES

<https://bouches-du-rhone.ffrandonnee.fr/>

04 91 32 17 10

bouches-du-rhone.sentiers-itineraires@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® de Pays

« GR® 2013 Marseille-Provence » - Réf. 2013



Gare d'Aix-TGV (190 m)

Marignane (13 m)

Martigues (11 m)

Port-de-Bouc (2 m)

Istres (18 m)

Miramas (49 m)

Grans (51 m)

Salon-de-Provence (80 m)

Péliganne (61 m)

La Fare-les-Oliviers (58 m)

Velaux (190 m)

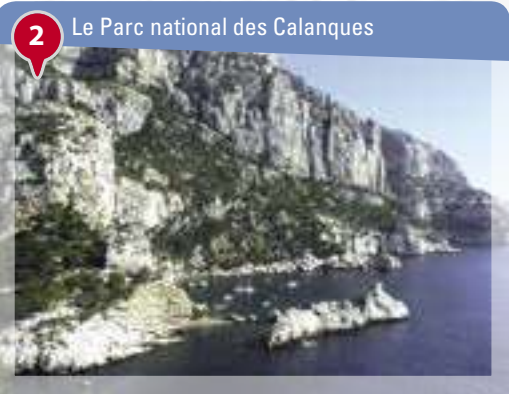
Gare d'Aix-TGV (190 m)

De la Méditerranée à la montagne Sainte-Baume

La traversée du Parc national des Calanques et du Parc naturel régional de la Sainte-Baume est une randonnée sportive inoubliable. Sauvages et préservées, les Calanques étirent leur puzzle de falaises blanches et d'échancrures rocheuses sur le littoral méditerranéen. L'aventure dans le massif de la Sainte-Baume est une étape indispensable pour découvrir les secrets du patrimoine naturel et culturel du massif.



© FFRandonnée 13



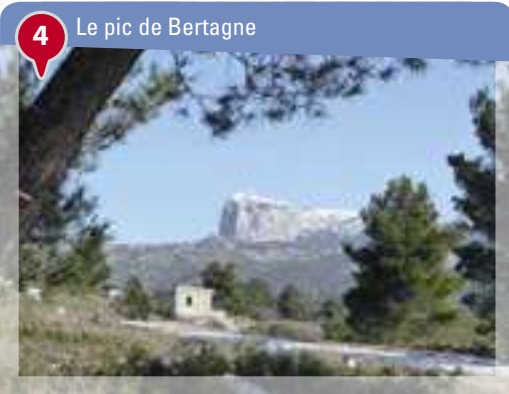
© FFRandonnée 13



© FFRandonnée 13



© FFRandonnée 13



© FFRandonnée 13

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE
Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...
...5 / 6 jours
...3 / 4 jours
...2 / 3 jours

TRANSPORTS
Ligne 19 (Marseille)
Gare de Marseille Saint-Charles

NIVEAU D'EFFORT
DÉNIVELLÉE
1 033 m
dénivelée cumulée à la montée 3 408 m
DISTANCE TOTALE
71 km
BALISAGE

EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée BOUCHES-DU-RHÔNES
<https://bouches-du-rhone.ffrandonnee.fr/>
04 91 32 17 10
bouches-du-rhone.sentiers-itineraires@ffrandonnee.fr

FFRandonnée
<https://www.mongr.fr/>
site Internet dédié à l'itinérance
TOPOGUIDE®
TopoGuide® PR
« Les Calanques... à pied® » - Réf. P132



Découvrez
la région

Provence-Alpes-Côte d'Azur

avec les **TopoGuides®** de la FFRandonnée



36 titres

pour partir à la découverte
des paysages de votre région à pied

Retrouvez toute la collection
des TopoGuides® sur
<https://boutique.ffrandonnee.fr>

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Provence-Alpes-Côte d'Azur

Mon GR

VAUCLUSE

6 suggestions

n° de suggestion - nom du GR® *Nom de l'Itinéraire* - niveau d'effort n° de page

n°1 GR® de Pays *Tour du massif du Ventoux :
Tour du Ventoux par le Piémont...*  p. 52 à 53

n°2 GR® de Pays *Tour du massif du Ventoux :
Gorges de la Nesque et Mur de la Peste...*  p. 54 à 55

n°3 GR® de Pays *Tour des Dentelles de Montmirail...*  p. 56 à 57

n°4 GR® 4 *De Lagarde-d'Apt à Pont-Saint-Esprit...*  p. 58 à 59

n°5 GR® 653D *Sentier vers Saint-Jacques de Compostelle :
De Céraste à Cavaillon...*  p. 60 à 61

n°6 GR® de Pays *Luberon - Monts de Vaucluse :
Tour du Grand Luberon...*  p. 62 à 63



À la découverte du Géant de Provence

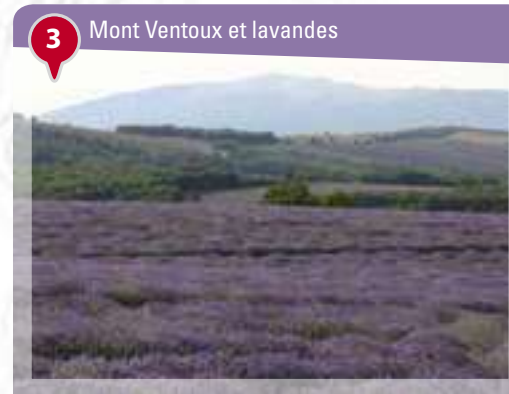
Cet itinéraire propose de découvrir les différentes facettes du mont Ventoux en dégagant de nombreuses vues sur son sommet. En parcourant les 100 kilomètres de cette itinérance, villages, paysages et cultures défilent tout au long du sentier, en mêlant une grande diversité naturelle.



© FFRandonnée 84



© Monique Fatato



© Jean-Marc Rosier



© FFRandonnée 84



© Philippe Denizé

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

Une à deux semaines

À PARCOURIR EN...

...9 jours
...6 jours
...5 jours

TRANSPORTS

Bus au départ de Malaucène, Bédoin ou Sault

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

865 m
307 m
dénivelée cumulée à la montée 3 688 m

DISTANCE TOTALE

0 101 km

BALISAGE et

EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée VAUCLUSE

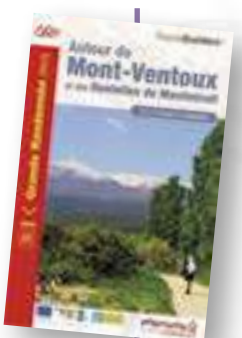
<http://www.rando84.fr/>
04 28 70 27 29
vaocluse@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>
site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® de Pays
« Autour du Mont-Ventoux et des Dentelles de Montmirail » - Réf. 8400



Chapelle de Piaud (690 m)
Malaucène (330 m)

Flassan (438 m)

Villes-sur-Auzon (322 m)

Saint-Hubert (831 m)

Monieux (689 m)

Sault (758 m)

Aurel (797 m)

Montbrun-les-Bains (615 m)

Savoillan (524 m)

Brantes (581 m)

Saint-Léger-du-Ventoux (417 m)

Malaucène (330 m)



Le Vaucluse, des paysages façonnés par les hommes et le temps

La Nesque est un cours d'eau qui vient façonner des gorges étroites entre le mont Ventoux et les monts de Vaucluse. Cet itinéraire propose de suivre ce torrent jusqu'à rencontrer le fameux mur de la Peste vauclusien. À l'heure de la grande peste de 1720, un mur en pierre sèche est construit sur 25 kilomètres pour protéger les terres pontificales. Suivre cet itinéraire est un voyage associant espaces naturels remarquables et passé historique singulier.



© FFRandonnée 84

© Laurent Desseigne

© FFRandonnée 84

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

Une semaine

À PARCOURIR EN...

...6 jours
...4 jours
...3 jours

TRANSPORTS

Bus au départ de Pernes-les-Fontaines, Venasque ou Méthamis

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

869 m
95 m
dénivelée cumulée à la montée 2 142 m

DISTANCE TOTALE

0 63 km

BALISAGE



EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée VAUCLUSE

<http://www.rando84.fr/>
04 28 70 27 29
vaocluse@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>
site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® de Pays
« Autour du Mont-Ventoux et des Dentelles de Montmirail » - Réf. 8400



© Monique Fatato



© FFRandonnée 84

Pernes-les-Fontaines (95 m)

La Roque-sur-Pernes (293 m)

Le Beaucet (236 m)

Venasque (261 m)

Méthamis (298 m)

Saint-Hubert (831 m)

Col de la Ligne 755 m

Pernes-les-Fontaines (95 m)

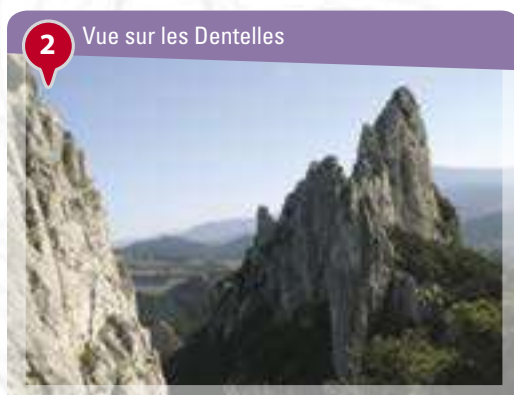


À la découverte d'un massif aux courbes surprenantes...

Cet itinéraire propose de nombreuses vues sur ces formations géologiques imposantes, et offre des expériences au travers des multiples villages blottis au bas de ce relief vigoureux. Trois alignements rocheux composent le massif des Dentelles de Montmirail, drainé par plusieurs « vallats » (ruisseaux) qui viennent alimenter des terrasses de cultures, plantés de vignes et d'oliviers.



© Mairie de Vaison-la-Romaine



© FFRandonnée 84



© Monique Fatato



© Association Cimes & Sentiers



© OT Beaumes-de-Venise



© Paul Lozano

FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE

Une semaine

À PARCOURIR EN...

...6 jours
...4 jours
...3 jours

TRANSPORTS

Bus au départ de Vaison-la-Romaine, Le Barroux, Gigondas

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

597 m
77 m
dénivelée cumulée à la montée 2 093 m

DISTANCE TOTALE

0 56 km

BALISAGE et

EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée VAUCLUSE

<http://www.rando84.fr/>
04 28 70 27 29
vaocluse@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>
site Internet dédié à l'itinérance

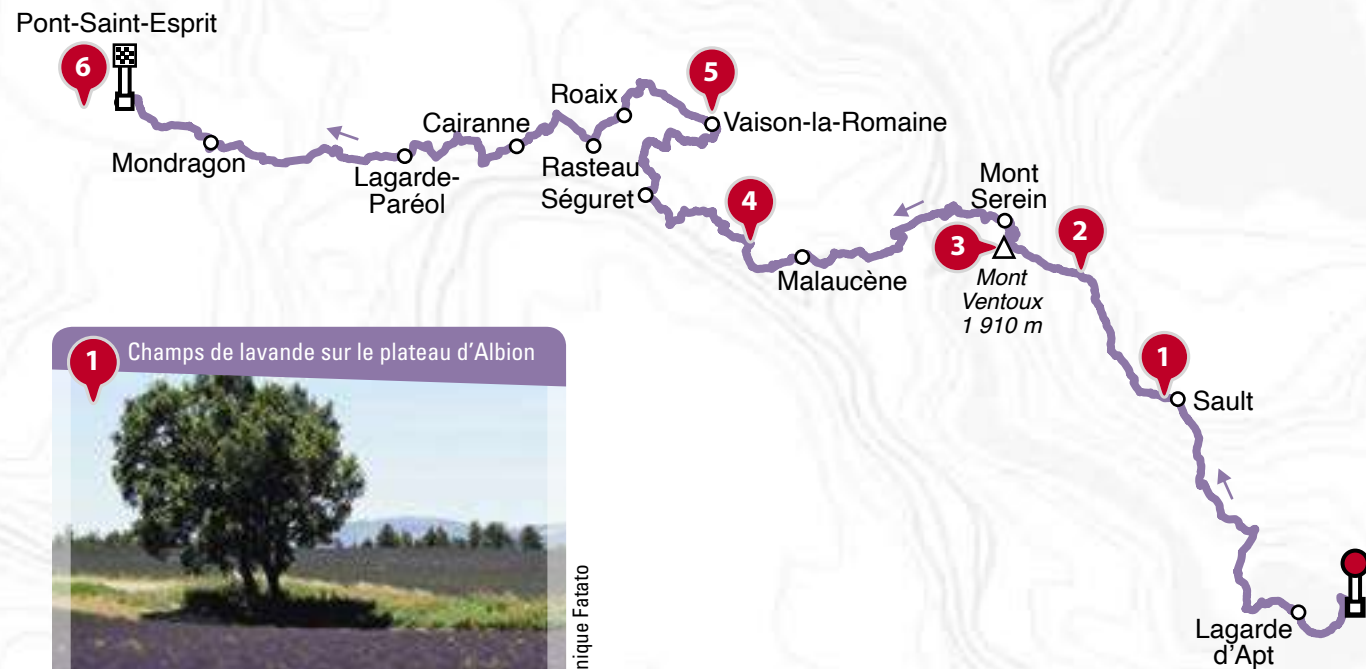
TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® de Pays
« Autour du Mont-Ventoux et des Dentelles de Montmirail » - Réf. 8400



Traversée du nord Vaucluse

Du plateau d'Albion, en passant par l'emblématique sommet du mont Ventoux, pour traverser les surprenantes Dentelles de Montmirail, et finir par la découverte du massif d'Uchaux... Cet itinéraire cumule des paysages illustres du Vaucluse : des hauts-plateaux plantés de lavande, une flore alpine à 1 910 mètres d'altitude puis des massifs rocheux aux courbes inhabituelles s'épanouissant sous un climat méditerranéen qui donne toute sa saveur à la Provence ! Un coup de cœur à ne pas manquer !



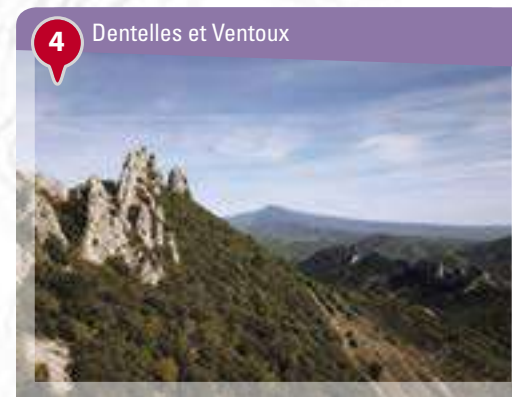
© Monique Fatato



© Sophie Daudibertières



© Alain Hocquel VPA



© Michel Tarsac



© FFRandonnée 84



FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE



Une ou deux semaines

À PARCOURIR EN...



...10 jours



...8 jours



...6 jours

TRANSPORTS

Bus au départ de Vaison-la-Romaine, Malaucène, Sault

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

1 872 m
38 m
dénivelée cumulée à la montée 5 092 m

DISTANCE TOTALE

0 128 km

BALISAGE



EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée VAUCLUSE

<http://www.rando84.fr/>

04 28 70 27 29

vauclyse@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® 4

« La Haute Provence par les Gorges du Verdon - La Route Napoléon à pied » - Réf. 401



Lagarde d'Apt
(1 055 m)

Sault (682 m)

Mont Ventoux
(1 909 m)

Mont Serein
(1 354 m)

Malaucène
(331 m)

Séguret
(240 m)

Vaison-
la-Romaine
(200 m)

Roaix
(197 m)

Rasteau
(230 m)

Cairanne
(161 m)

Lagarde-Paréol
(142 m)

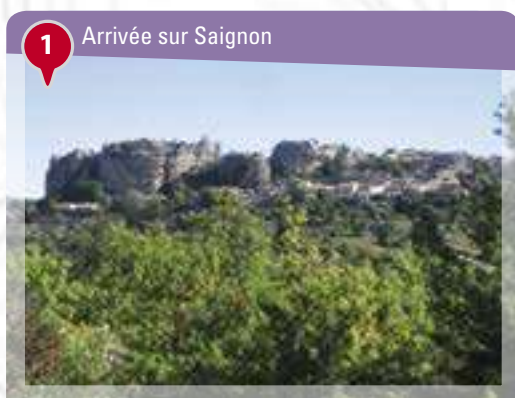
Mondragon
(50 m)

Pont-
Saint-Esprit
(39 m)



Entre Luberon et monts de Vaucluse

Cette partie vauclusienne du sentier de Saint-Jacques de Compostelle, entre Montgenèvre et Arles, vous fera découvrir les principaux lieux parcourus de tous temps par les pèlerins sur la Via Domitia. Elle emprunte principalement la vallée du Calavon entre Céreste et Cavaillon. Elle est le trait d'union, en Provence, entre les Alpes et le Rhône. Encadré par les monts de Vaucluse avec ses villages perchés, et par le versant nord du Luberon, vous passerez à Saignon, à l'abri de ses rochers, pour rejoindre Apt. C'est maintenant le versant nord du Petit Luberon que vous longerez jusqu'à Cavaillon avec vue sur les villages de Ménerbes et d'Oppède le Vieux. Vignes, arbres fruitiers et oliviers constituent l'essentiel du décor.



© Pierre Cûrez



© Pierre Cûrez



© Jean-Marc Rosier



© Pierre Cûrez



© Jean-Marc Rosier



FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE



Moins d'une semaine

À PARCOURIR EN...



...5 jours



...3 jours



...2 jours

TRANSPORTS

Bus au départ de Cavaillon, d'Apt

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

484 m

dénivelée cumulée à la montée 766 m

66 m

DISTANCE TOTALE

0 55 km

BALISAGE



EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée VAUCLUSE

<http://www.rando84.fr/>

04 28 70 27 29

vaocluse@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® de Pays

« Sentier vers Saint-Jacques-de-Compostelle via Arles > Montgenèvre - Arles » - Réf. 401



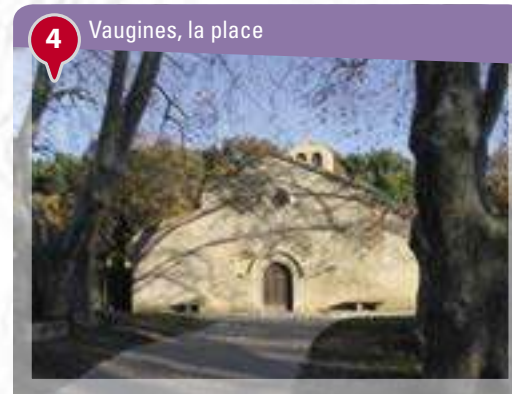


À la rencontre des montagnes provençales

Cette randonnée vous fera parcourir une grande variété de paysages et découvrir quelques petits villages caractéristiques. Depuis Apt, c'est par le village perché de Saignon que vous arriverez sur le plateau des Claparèdes avec ses champs de lavande parsemés de nombreuses bories. Le passage sur le versant sud du massif vous fera découvrir la vallée de la Durance et traverser les villages de Vaugines et Cucuron, pays de vignes et d'oliviers. Après la remontée sur les crêtes, vous apprécierez le formidable tour d'horizon sur le mont Ventoux, les Alpes, la montagne Sainte-Victoire, le massif de l'Étoile et les Alpilles.



© Pierre Cûrez



© Pierre Cûrez



© Pierre Cûrez



© Pierre Cûrez



© Pierre Cûrez



© Pierre Cûrez



FICHE PRATIQUE DE L'ITINÉRAIRE

DURÉE TOTALE



Une semaine

À PARCOURIR EN...



...7 jours



...4 jours



...3 jours

TRANSPORTS

Bus au départ d'Apt et Céreste

NIVEAU D'EFFORT



DÉNIVELLÉE

1 058 m
dénivelée cumulée à la montée
2 931 m
225 m

DISTANCE TOTALE

0 81 km

BALISAGE et



EN SAVOIR+ / TOPOGUIDE®

FFRandonnée VAUCLUSE

<http://www.rando84.fr/>

04 28 70 27 29

vaocluse@ffrandonnee.fr

FFRandonnée

<https://www.mongr.fr/>

site Internet dédié à l'itinérance

TOPOGUIDE®

TopoGuide® GR® de Pays

« Tours dans le Luberon et les Monts de Vaucluse »

Réf. 8401


Apt (225 m)
Saignon (481 m)

Vaugines (384 m)

Cucuron (351 m)

la basse
de Cabrières
(1 027 m)

Vitrolles-en-Luberon
(505 m)

Montjustin
(545 m)

Géreste
(395 m)

Saignon
(480 m)

Apt
(225 m)

CONSTATER
CONNECTER
SIGNALER



FLASHÉZ
ET DEVENEZ
UNE SENTINELLE

sentinelles.sportsdenature.fr

3 GESTES SIMPLES POUR SIGNALER
UN PROBLÈME ET DEVENIR UNE
SENTINELLE DES SPORTS DE NATURE



**ENTRER SUR UN SITE
INTERDIT, C'EST PRENDRE
LE RISQUE DE NE JAMAIS
EN RESSORTIR.**

Chaque semaine en France, un accident mortel a pour origine un comportement à risque. Informations et conseils sur prevention-ferroviaire.fr

Pénétrer sans autorisation dans les parties de la voie ferrée ou de ses dépendances constitue un délit.

#RestonsVigilants


RÉSEAU

Un panel de **26** suggestions de randonnées itinérantes dans la région Provence-Alpes-Côte d'Azur

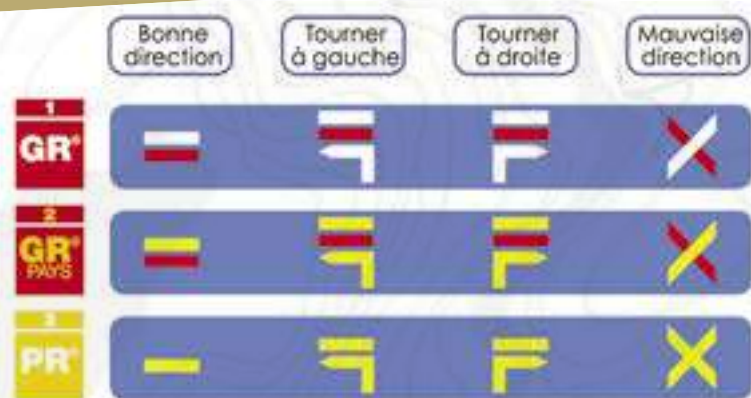
Cette brochure a été réalisée par la FFRandonnée Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur en collaboration avec ses 6 Comités Départementaux de la Randonnée Pédestre.

Elle présente un panel de 26 suggestions de randonnées itinérantes GR® et GR® de Pays sélectionnées parmi 10 000 km de sentiers balisés de la région.

Un large choix de niveaux et de durées des itinéraires vous permettra de trouver votre randonnée idéale.

Le pas-à-pas, ainsi que la carte détaillée de chaque randonnée proposée sont disponibles dans nos TopoGuides® et sur le site dédié à l'itinérance « MonGR.fr ».

Venez vivre une expérience unique de randonnée itinérante, seul ou à plusieurs. Faites le plein d'émotions en découvrant les splendides paysages de notre région, équipé de vos chaussures de randonnée et d'un sac à dos.



Code de balisage © Fédération française de la Randonnée pédestre

Sentiers de Grande Randonnée®, GR®, GR® de Pays sont des marques déposées. Nul ne peut les utiliser sans autorisation de la FFRandonnée.

Un **GR®** est un sentier de Grande Randonnée®. C'est un itinéraire linéaire de plusieurs jours.

Un **GR® de Pays** est un sentier de Grande Randonnée® de pays. Il forme une boucle de plusieurs jours.

Un **PR** est un sentier de Promenade et Randonnée. C'est le plus souvent une boucle d'une durée maximale d'une journée.

La FFRandonnée

Créée en 1978, la Fédération française de la Randonnée pédestre est une association loi 1901 reconnue d'utilité publique. Elle est délégataire du ministère des Sports pour la pratique de la randonnée pédestre et du Longe côte®.

Dans le cadre de sa mission, elle développe la vie associative, encourage la pratique sportive, de tourisme et de loisirs, la découverte

et la sauvegarde de la biodiversité ainsi que de l'environnement, le développement des territoires et propose des activités préservant le bien-être et la santé.

Elle organise le «stade» des GR®, GR® de Pays et PR par la création, le balisage, l'entretien, la numérisation et la promotion des itinéraires de randonnée.

Elle permet, grâce aux chemins, l'accès à la nature, à la culture, aux territoires et favorise les rencontres et les échanges entre personnes.

Nous remercions : les Comités Départementaux de la Randonnée Pédestre qui ont travaillé sur cette brochure ; et tous les bénévoles de la FFRandonnée qui oeuvrent depuis des années à rendre ces itinéraires praticables.

Photo couverture : Sentier des Bans - FFRandonnée 05

Vignettes couverture (de gauche à droite) : Col de l'Aup Martin, FFRandonnée 05 - Crête de l'Âne, FFRandonnée 05 - Christiane CHIZAT, FFRandonnée 06 - Lac des Neuf Couleurs, FFRandonnée 04 - FFRandonnée 13

Textes et conception : FFRandonnée SUD PACA. Graphisme : EdiCarto

Ne pas jeter sur la voie publique.
 © FFRandonnée SUD PACA 2022.

FFRandonnée Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur

@ paca@ffrandonnee.fr

<https://paca.ffrandonnee.fr/>