

Décembre 2011



Programme

des

Randonnées

Encadrés par des Professionnels
ACCOMPAGNATEUR
MONTAGNE
de la Montagne diplômés d'Etat



Promenade Nature : Les Mardis - 5€/pers. Sans inscription.

Rando Découverte : Les Jeudis - 12€/pers. Sur inscription uniquement.

Office de Tourisme de Gréoux-les-Bains au 04 92 78 01 08

Règlement des randonnées à l'inscription.



La veille au plus tard, minimum 6 participants.

Rassemblement devant l'Office de Tourisme

Départ, parking des Aires, en véhicule personnel ou en Bus avec 4 € /pers en sus
Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans accompagnés.



GRÉOUX LES BAINS

— Ben-vivre en Provence —

SECURITE : prévoyez avant votre départ

Matériel obligatoire : chaussures de marche, minimum 1 litre d'Eau / pers

Matériel conseillé : Vêtement de pluie, chapeau et barres céréales

JEUDI 1^{er} DECEMBRE :

Les Mourres et le cimetière classé de Forcalquier

Randonnée au cœur d'un site géologique unique, composé d'étranges concrétions calcaires, en forme de têtes, qui se dressent sur un plateau très panoramique avec vue imprenable sur les Alpes. Nous visiterons au passage le cimetière classé de Forcalquier, site remarquable composé d'un impressionnant labyrinthe d'ifs centenaires, dans lesquels les tombes disposent de petites alcôves individuelles. Randonnée de 2h30 de marche. Dénivelé positif : 250 m. Départ 14h. Retour vers 19h.

MARDI 6 DECEMBRE :

Histoires de charbonniers : un travail de galérien fait par des hommes libres.

Cette très belle randonnée autour de Gréoux nous mènera sur les traces des maîtres du feu, à la découverte de leurs rudes conditions de vie, en empruntant des sentiers jalonnés de magnifiques points de vue. Promenade nature de 3 h de marche. Départ 14h. Retour vers 18h.

JEUDI 8 DECEMBRE :

Balade gourmande au pays des 13 desserts

Cette très belle boucle autour de St. Michel l'Observatoire, ponctuée de chapelles romanes, offre de vastes panoramas sur les montagnes environnantes. Nous y trouverons aussi, tout le long du chemin, les ingrédients du « Gros Souper » et des 13 desserts, occasion d'évoquer une tradition ancestrale: le Noël provençal, avec ses rites et ses recettes, si simples et pourtant uniques. Pause gourmande et recettes. Nous terminerons la balade à la miellerie de Christian, l'apiculteur du village. Bienvenue aux gourmands! Randonnée de 3h de marche. Dénivelé positif : 250m. Départ à 13h30. Retour vers 19h30.

MARDI 13 DECEMBRE :

A la découverte de l'olivier

Cette belle balade nous permettra de découvrir l'olivier, arbre fondateur de la civilisation méditerranéenne. Promenade nature autour de Gréoux de 2 h de marche. Départ 14h. Retour vers 17h.

JEUDI 15 DECEMBRE :

Lurs et ses olivettes

A partir d'un des plus jolis villages de Haute Provence, une randonnée à deux visages: balade sur un chemin de crêtes qui nous offre un panorama aérien sur la région, avant de visiter un moulin à huile qui fonctionne depuis près de 3 siècles, avec les meules en granit et les courtins...le dernier de la région à faire ce travail à l'ancienne. Randonnée de 2h30 de marche. Dénivelé positif : 200 m. Départ 14h. Retour vers 19h.