chilowé

6 jours dans les Gorges du Verdon

Activité: **Rando**
Lieu : **Gorges du Verdon**
Durée : **6 jours**
Groupe : **5-10**
Prix : **790€**

1. Le camp de base à la sauce chilowé et les 2 jours d'itinérance
2. Randonner et bivouaquer sur les sentiers méconnus du Canyon
3. Les panoramas sur les eaux turquoises des Gorges et les Alpes

Moins connu que son cousin américain, le Grand Canyon d'Europe situé dans le Verdon a des dimensions tout de même sacrément impressionnantes ! Et si les Gorges attirent un paquet de monde pour le canoë, les randonneurs se font beaucoup plus rares dans les sentiers hyper sauvages. Bref, un de nos endroits préférés en France pour déconnecter et faire parler ses mollets de chilowé ! Pendant 6 jours, Arnaud vous emmène explorer les plateaux, le bas et l'arrière-pays des Gorges. Grâce au camp de base, on bivouaque et randonne léger, avant de profiter des deux jours d'itinérance pour s'enfoncer dans la garrigue, son matos sur le dos à la recherche du meilleur spot pour dodo.

PROGRAMME

JOUR 1

Rendez-vous avec votre Captain et le reste de la troupe à la gare de Manosque. Rapide transfert vers les basses Gorges du Verdon et arrivée à la ferme qui sera votre camp de base pour plusieurs nuits. Première rando sur le sentier du Bastidon, au-dessus des eaux turquoises des Gorges. Retour à la ferme, préparation du repas tous ensemble et dîner. Nuit en bivouac à la ferme.

Sur la journée, 6 km avec 60m de D+ et 400m de D-

JOUR 2

Réveil et petit-déjeuner au camp. Puis départ pour la randonnée sur les hauteurs des Gorges en direction des Crêtes de l'Issioulee, un des belvédères des Gorges. Le sentier est panoramique et en haut, on profite de l'un des plus beaux points de vue sur les Gorges et sur le lac de Sainte-

Croix. Pause pique-nique devant cette vue. Puis passage par le bien nommé col de Plein Voir et observation des vautours planant dans le ciel grâce aux conseils de votre Captain. Redescente vers la ferme. Gros gueuleton pour le diner, veillée sous les étoiles et nuit en bivouac à la ferme.

Sur la journée, 13 km avec 620m de D+ et de D-

JOUR 3

Réveil et petit-déjeuner. Aujourd'hui on lève le camp pour partir en itinérance et expérimenter le bivouac sauvage (à ne pas confondre avec le camping sauvage qui lui est interdit !). Pendant 2 jours, on randonne couper du monde, en totale autonomie, en direction des vallées sauvages. Un territoire préservé et en retrait des Gorges, que peu de randonneurs arpentent. Pause pique-nique. En fin de journée, on arrive sur des pistes forestières au pied du Montdenier et du Mont Chiran. C'est le moment de chercher le spot parfait pour le bivouac, par exemple dans une clairière au bord de la rivière. Préparation du dîner tous ensemble et régalade sous les étoiles. Nuit en bivouac en pleine nature.

Sur la journée, 13 km avec 540m de D+ et 690m de D-

JOUR 4

Réveil et petit-déjeuner au bivouac. Désinstallation du bivouac, en ne laissant aucune trace. Puis rando pour retourner vers les Gorges à travers les massifs forestiers. On repasse de la garrigue rasante du Verdon reculé et peu connu aux alpages plus luxuriants. Pause pique-nique en pleine nature et magnifique vue sur les massifs alentours jusqu'aux Alpes. Retour le soir à la ferme et au camp de base Chilowé pour la nuit. Diner chaud et nuit en bivouac.

Sur la journée, 16 km avec 700m de D+ et 550m de D-

JOUR 5

Réveil et petit-déjeuner au camp, puis départ pour le célèbre sentier Martel au fond des Gorges. On découvre d'abord le superbe village perché de Rougon puis on redescend vers le lit du Verdon. Le sentier se faufile au bord de l'eau avant de traverser la roche par un tunnel souterrain qui permet de déboucher au coeur des gorges. Toute la journée, la rando passe en bordure de rivière alternant les passages en forêt et les passages plus ouverts, sans perdre de vue l'eau turquoise. Petite pause baignade et pique-nique. Après plus de 10 km en bas des gorges, remontée sur les hauteurs pour conclure cette rando avec un beau panorama. Retour à la ferme, préparation de la popote tous ensemble et dîner chaud. Nuit en bivouac à la ferme.

Sur la journée, 13 km avec 600m de D+ et 500m de D-

JOUR 6

Réveil et petit-déjeuner au camp. Puis départ vers le village de Moustiers Sainte Marie, avec ses superbes maisons en pierres nichées entre les falaises et sa chapelle perchée dominant le lac de Sainte Croix. Pause pique-nique et retour dans l'après-midi à la gare de Manosque.

LOCALISATION

Alpes-de-Haute-Provence > Sud-PACA
Un accès pratique en train ! Depuis les gares de Paris, Marseille ou Aix-en-Provence notamment. A l'aller, rendez-vous à 14h30 à la gare de Manosque. Au retour, train de 15h55 depuis Manosque pour Marseille puis Paris.

INFOS PRATIQUES

CE QUE LE PRIX COMPREND :

- L'organisation technique du trek
- La prestation du guide de moyenne montagne
- Les nuits en bivouac avec tentes fournies
- Les dîners et petit-déj avec produits locaux
- Les pique-niques
- L'observation de la faune et flore locales
- Les transferts prévus au programme
- La prise en charge à la gare de Manosque

CE QU'IL FAUT APPORTER :

- Indispensable : chaussures de rando, duvet confort 5°C, sac à dos 40-50L
- Pour le reste, la liste détaillée du petit matériel à avoir sera fournie après inscription (gourde, t-shirt, lampe frontale...)

CE QUE LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Le transport pour arriver et repartir de Manosque
- L'assurance facultative couvrant l'annulation

NIVEAU

6 jours de rando assez intensifs : vous marchez plusieurs heures en portant votre sac à dos et avec du dénivelé. Les sentiers ne sont pas très difficiles et les pauses fréquentes. Cependant, il faut être motivé pour enchainer les randos et les bivouacs.

PETIT ÉQUIPEMENT

xxxx