



HAUT VERDON – VAL D'ALLOS PROGRAMME RANDONNÉES PÉDESTRES ÉTÉ 2018



Christiane Ray Anezin

Accompagnateur en Montagne

Membre de l'association Mercantour écotourisme

Ex-international de l'équipe de France de ski

Mail : christiane.ray.anezin@gmail.com - Tel : 06 15 31 49 57

Sorties agréées Marque «Esprit parc national»

www.randonneesmoutagne.fr



Pour plus d'informations concernant d'autres randonnées à la demande consultez mon site :

www.randonneesmontagne.fr

Info et inscriptions au 06 15 31 49 57 au plus tard la veille de la randonnée



Lundi 16,23 et 30 juillet – 6,13, 20 et 27 août – 8 et 15 sept :

« Rando découverte géologue au Mont Pelat »

Sortie agréée marque « Esprit parc national »

Randonnée journée – Bon marcheur- 6h de marche

RDV à 8h00 devant le supermarché d'Allos - Prévoir une voiture

Cette randonnée au Mont Pelat vous fera remonter dans le temps à la découverte de la formation: des paysages de montagne du Haut Verdon Mercantour, du cirque glaciaire du lac d'Allos, des grès d'Annot...

De son sommet le remarquable panorama sur les Alpes et le Parc national du Mercantour permet aussi de raconter l'histoire géologique de certaines montagnes - Dégustation de produit de pays offerte

Tarif : 27€

lever de soleil au Mont Pelat sur demande - Tarif 230€



Tous les mardis (durant les vacances scolaires d'été) :

« Découverte géologique au lac d'Allos »

Sortie marque « Esprit parc national »

Journée – Niveau facile à moyen – 4h30 de marche – RDV devant l'office de tourisme d'Allos (village)

Cette randonnée au lac d'Allos vous fera remonter dans le temps à la découverte de la formation du cirque glaciaire du lac d'Allos et de l'Encombrette . Vous aurez peut être la surprise de voir aussi des bouquets dont les milieux de prédilection sont les falaises.

Tarifs : 22€ adulte – 12€ enfant (-12 ans)



Tous les mercredis:

Matin => « Le Monde des Papillons »

Sortie agréée marque « Esprit Parc national »

Demi-journée – Niveau facile – RDV devant l'office de tourisme d'Allos à 9h

Tarifs : 15€/pers – 10€ enfant (- 12 ans)



Après-midi => « Les Gorges de Saint Pierre »

Sortie journée – Niveau moyen - 5h de marche - RDV à 9h sur le parking de la maison de pays à Beauvezer

Superbe paysage à ne pas manquer lors de votre venue dans le Haut Verdon. Une des plus belles sorties des Alpes de Haute Provence. Sur un chemin pittoresque , aérien mais large, je vous ferai découvrir l'histoire des gorges de Saint Pierre mais aussi sa flore endémique, ses papillons et sa géologie. Tarifs : 15 €/pers

Sur demande pour particuliers, groupes ou scolaires
printemps, été, automne

Tous les jeudis (durant les vacances scolaire d'été) :

randonnée botanique

« La flore du Mercantour »

Sortie agréée marque « Esprit parc national »

Randonnée Journée – Niveau moyen – 5h de marche – RDV à 9h devant l'office de tourisme de la Foux station ou 8h à Allos - Prévoir une voiture

Histoire de la flore du Mercantour : sa provenance à travers le temps , son adaptation et son évolution en fonction des milieux et des prédateurs ainsi que son lien avec les insectes. Découverte de certaines fleurs endémiques de la région et aussi d'edelweiss Dégustation de produit de pays offerte

Tarifs : 22€ adulte – 12€ enfant (-12 ans)



Attention le RDV de cette sortie un jeudi sur deux à lieu à 8h à Allos village car le lieu de la sortie change et se fait dans le secteur du lac d'Allos.

Tous les vendredis (durant les vacances scolaires d'été):

Les lacs de Lignon

Niveau moyen marcheur (ayant une activité régulière) à bon marcheur 6h de marche – RDV à 8h30 au parking sous le fort de Savoie- Prévoir nue voiture (covoiturage depuis le lieu du rdv)

Torrent avec très belles vasques dites « marmite de géants » . Présence de nombreuses bergeries . Beau paysage de montagne .Lacs de surcreusement à l'amont d'un verrou glaciaire et tourbière. Tarif : 27€ /pers



Recommandations

Équipement : chaussures adaptées à la randonnée en montagne

vêtements chauds et imperméables Casquette, lunette de soleil, crème solaire

Ravitaillement : prévoir pour toutes les sorties en-cas (fruits secs, biscuits...) + eau (au moins un litre) + pique-nique pour les sorties à la journée

Mesures de sécurité : me prévenir en cas de problème de santé et ne pas oublier d'apporter votre traitement médical. Les enfant de moins de 14 ans doivent être accompagnés. L'accompagnateur est seul juge des mesures à prendre pour garantir la sécurité du groupe (modification de l'itinéraire , annulation de la randonnée.