

LE VERDON EN PARURE D'AUTOMNE



Un des meilleurs moments, sinon le meilleur, pour visiter cet endroit fameux... C'est ici que se trouve le plus grand canyon d'Europe, entaille impressionnante atteignant par endroits 700 m de profondeur et classée parc naturel régional.

Les envolées de falaises calcaires y surplombent une eau d'un vert turquoise inimitable ; les crêtes sauvages et panoramiques y côtoient de

petits villages au charme provençal, et lorsque ces paysages, survolés par l'incessant ballet des vautours, se parent des teintes chatoyantes de l'automne, c'est un vrai festival !

Au programme de cette semaine, des randonnées en étoile au départ du joli petit village de Rougon, très bien placé à l'entrée du canyon et récemment refait à neuf, un très bon camp de base pour explorer les alentours !

- ▶ Randonnées en étoile de niveau moyen + (niveau Semelles au Vent : 3 semelles)
- ▶ 6 jours - 5 nuits - 5 journées de marche
- ▶ 5 à 6h de marche par jour, dénivelés positifs moyens de 500 à 1000m.
- ▶ Bons sentiers et hors sentier assez facile, passages équipés de câbles ou d'échelles
- ▶ Portage : affaires pour la journée, eau, pique-nique
- ▶ Hébergement : gîte en demi-pension, en dortoir ou en chambre de 2 (éventuellement 3) personnes
- ▶ Transferts : avec nos voitures personnelles + taxi local
- ▶ Nombre de participants : 5 à 8 personnes

17 - 22 oct 2026

- **En dortoir : 880 €**
- **En chambre : 995 €**

Niveau moyen +

**Séjour encadré par
Coralie Goussot 06 74 50 26 62**

PROGRAMME

Jour 1 : samedi 17 octobre : accueil à Rougon

Accueil à 18h30 au gîte Le Mur d'Abeilles à Rougon. Installation et nuit au gîte.

Jour 2 : dimanche 18 : Rancoumas

Au départ du gîte, une boucle de toute beauté qui nous fera découvrir le joli village de Trigance, les ponts de Tusset, Sautet et Carajuan, ainsi que le point de vue imprenable sur les gorges qu'on a depuis le belvédère de Rancoumas.

+/-600 à 900m, 5 à 6h. Nuit en gîte à Rougon.

Jour 3 : lundi 19 : le Bastidon ou les Cadières de Brandis

Aujourd'hui au choix, soit en direction de La Palud, un charmant sentier dans les gorges (en aller-retour, ou en boucle plus longue, ou bien avec un transfert en taxi en supplément) ; soit, en direction de Castellane, la découverte d'un site géologique insolite, les Cadières de Brandis.

+/-300 à 1000m selon l'option choisie, 4 à 6h. Nuit en gîte à Rougon.

Jour 4 : mardi 20 : les crêtes du Mourre

Après un court transfert aux Chauvets, ambiance montagne aujourd'hui avec le sommet du secteur, le Mourre de Chanier (1930m), que l'on atteindra par l'ascension d'un couloir hors sentier puis un magnifique parcours de crête.

+/-800m, 5 à 6h. Nuit en gîte à Rougon.

Jour 5 : mercredi 21 : le sentier Blanc-Martel

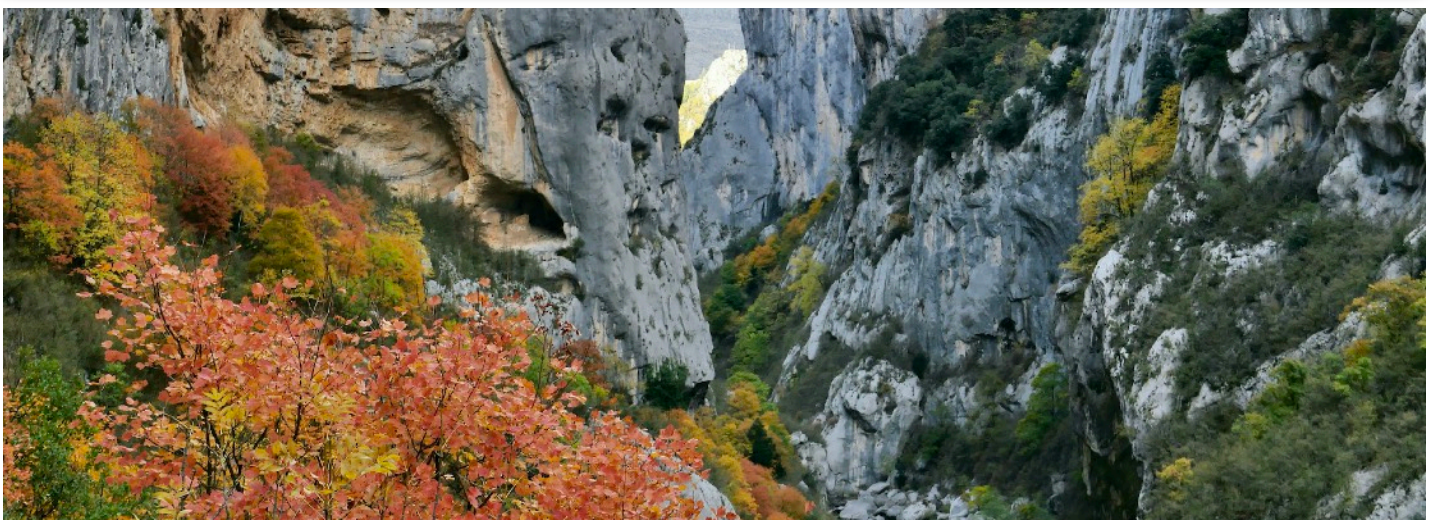
Le clou du spectacle ! Transfert en taxi jusqu'au chalet de la Maline, puis nous descendons dans le fond des gorges où nous cheminons le long du Verdon. Après le passage de la brèche Imbert et ses célèbres échelles, nous finissons ce morceau d'anthologie avec les tunnels du couloir Samson et la remontée sur le Point Sublime et Rougon.

+/-600m, 6h. Nuit en gîte à Rougon.

Jour 6 : jeudi 22 : crêtes de Plein Voir

Nous prenons nos véhicules avec toutes nos affaires et nous dirigeons vers la sortie des gorges. Après une raide montée, magnifique traversée des crêtes de Plein Voir, avec un grandiose point de vue sur le lac de Sainte-Croix. Visite du beau village de Moustiers-Sainte-Marie. Si nécessaire, transfert à Riez pour 17h.

+/-700m, 5h.



DÉPART ET ARRIVÉE

- Accueil le samedi 17 octobre à 18h30 au gîte Le Mur d'Abeilles à Rougon
- Fin du séjour le jeudi 22 à 16h30 à Moustiers-Sainte-Marie ou 17h à Riez.

Pour se rendre à Rougon :

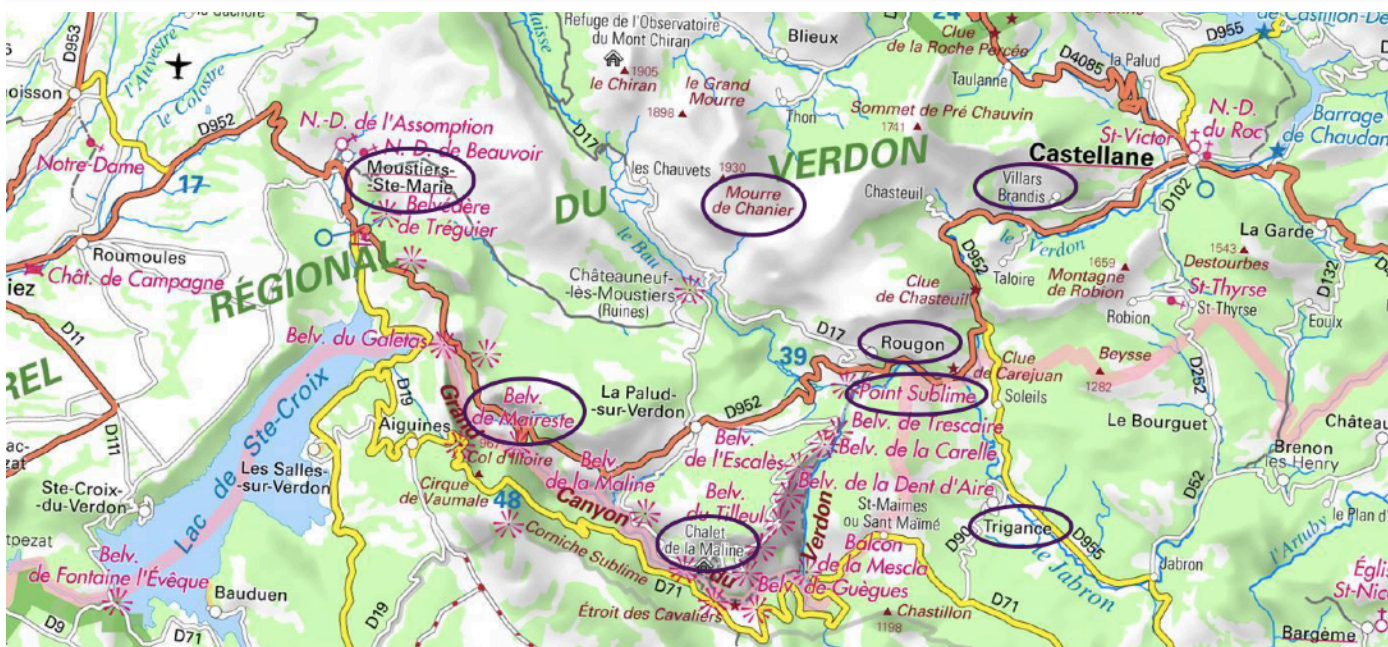
- En train : pour Marseille puis bus pour Riez (arrive à 16h10, horaires [ici](#)). Ou train pour Manosque puis bus pour Riez, arrive à 17h17, horaires [ici](#). Je peux vous récupérer à Riez à 17h20, sinon l'un des participants le fera (possible également de se faire récupérer à Manosque, Château-Arnoux ou Sisteron puis covoiturage ; je vous enverrai la liste des autres participants au circuit.). Pour le retour : le bus Riez-Marseille est trop tôt, bus Riez-Manosque 17h50, arrivée 19h05. Avant de prendre des billets non remboursables, assurez-vous que le circuit est confirmé.
- En voiture : par l'A51 puis Moustiers (attention si vous comptez prendre le col d'Allos, il est

souvent fermé). À Rougon vous pourrez vous garer sur le parking à l'entrée du village.

HÉBERGEMENT & RESTAURATION

- Gîte Le Mur d'Abeilles à Rougon : auberge de montagne, simple et décontractée. Site [ici](#).
 - Dortoirs de 8, sanitaires communs.
 - Chambres sous réserve de disponibilité : le gîte en a 5, si vous souhaitez y dormir il faut réserver le plus tôt possible.
 - Supplément chambre seul(e) : +40€/pers/nuit par rapport au tarif en chambre, soit +200€ pour la semaine
 - Si vous avez demandé une chambre de 2 et que vous êtes seul(e), il est éventuellement possible que l'on vous place dans une chambre de 3 avec 2 autres participants.
- Draps et couvertures fournis, apportez serviette, savon/shampooing + vos chaussons ou chaussures d'intérieur.
- Pique-niques (salades et spécialités) préparés sous ma houlette, aide bienvenue !

Le programme indiqué ci-dessus est indicatif. Il peut être adapté et modifié par votre encadrante, en fonction de différents aléas : condition physique du groupe, disponibilité des hébergements, état de certains sentiers, conditions météo, nivologiques, sanitaires, etc... sans pour autant nuire à votre séjour.



Le prix comprend :

- L'hébergement et la restauration durant le séjour du dîner du J1 au déjeuner du J6, en formule dortoir ou chambre selon le tarif choisi
- L'encadrement par une accompagnatrice en montagne diplômée d'Etat

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons
- Le transfert A/R chez vous-Rougon
- Le supplément chambre seul(e)
- L'assurance annulation (virement conseillée) et l'assistance rapatriement (obligatoire)
- Tout ce qui n'est pas dans « Le prix comprend »

ÉQUIPEMENT À EMPORTER

Vous allez porter : vos affaires pour la journée + l'eau, le pique-nique et les en-cas du jour.

Pour la journée :

- Un sac à dos de 30 litres environ, avec un sursac protecteur imperméable
- De bonnes chaussures de rando : bon maintien de la cheville, bonne adhérence de la semelle, étanches, ni trop usées, ni trop neuves !
- T-shirts + hauts à manches longues
- 1 pantacourt ou 1 pantalon de marche léger et qui sèche vite (pas de coton)
- 1 pantalon plus épais s'il fait froid ou un collant
- 1 micro polaire ou équivalent
- 1 doudoune chaude
- 1 veste type Gore-tex légère à portée de main dans le sac (obligatoire) et 1 surpantalon léger et imperméable (vivement recommandé)
- Bonnet et gants obligatoires, à portée de main dans le sac
- Casquette ou chapeau, lunettes de soleil protection 3, crème solaire
- Gourde(s) ou camel-back : de quoi avoir 1,5 litres d'eau (un Thermos peut être une bonne idée selon les températures annoncées)
- 1 couteau de poche et une cuillère
- Pas besoin d'autre vaisselle pour le pique-nique, je la fournis
- Bâtons recommandés
- Lampe frontale pour les tunnels du sentier Martel
- Sacs plastiques et/ou sacs étanches : pour emballer la nourriture et vos affaires pendant la marche + des petits pour servir de poubelles
- Couverture de survie si vous en avez une

Pour les nuits en gîte :

- Draps fournis
- Serviette, savon et affaires de toilette
- Boules Quiès...
- Lampe frontale pour le dortoir
- Sandales ou chaussons d'intérieur

Pharmacie :

- Inutile de vous surcharger car j'ai une pharmacie, mais prenez de quoi soigner les ampoules (compresses + désinfectant, pansements double peau + Elastoplast), et vos médicaments personnels (ordonnance obligatoire).
- Il est de la responsabilité de chacun d'entre vous de m'avertir de tout problème médical.
- N'oubliez pas non plus de me signaler à l'avance une éventuelle allergie alimentaire ou régime particulier.

Et aussi :

- Peut être utile : une multiprise pour charger vos appareils dans le dortoir
- Couverture réseau limitée en montagne et dans les gorges, wifi gratuit au gîte
- Une petite spécialité chez vous sera plus que bienvenue!!

FORMALITÉS ET ASSURANCES

- Veillez à avoir sur vous papier d'identité + carte Vitale + carte d'assurance(s), le tout dans une pochette étanche.
- Conformément à la législation, Semelles au Vent est doté d'une assurance Responsabilité civile professionnelle. Chaque participant au séjour doit également être titulaire d'une Responsabilité civile individuelle.
- Pour vous protéger en cas d'incident ou d'accident pouvant survenir avant et au cours de votre séjour, il est indispensable de posséder une garantie multirisque couvrant les frais d'annulation, d'assistance et de rapatriement. Semelles au Vent vous propose une formule d'assurance : Assurance voyage multirisques Europ Assistance (6,5% du montant du séjour). Elle est facultative et doit être souscrite, s'il y a lieu, lors de l'inscription. Si vous êtes assuré par ailleurs, nous vous demandons, avant votre départ, de nous adresser une attestation mentionnant les garanties, le n° de contrat et coordonnées de votre assurance personnelle.

