



# Club Alpin Nice-Mercantour

14 Avenue Mirabeau 06000 NICE - Tél : 04 93 62 59 99 - [www.cafnice.org]

## RANDO - MONTAGNE

Permanence Rando-Montagne : Tous les Lundis - Mardis - Jeudis - Vendredis (de 16 h à 19 h 30) >>> Tél. : **09 72 46 93 71**

**ORGANISATION** : L'activité « RANDO-MONTAGNE » du CA-NM organise chaque MERCREDI et DIMANCHE (sauf les dimanches de Août) des sorties collectives accessibles, sous réserve d'adhésion (Licence ou Carte Découverte), à un large public même débutant. Ces sorties se déroulent exclusivement en groupes d'allure différents, placés sous la responsabilité de l'encadrement.

Groupe d'allure :	G 1 : Sportif	G 2 : Soutenu	G 3 : Moyen	G 4 : Modéré	G 5 : Tranquille
Montée :	1 400 m	1 200 m	1 000 m	800 m	500 m
Distance :	22 km	20 km	18 km	14 km	11 km

**PARTICIPATION** : La marche en montagne nécessite de participer en bonne condition physique (Certificat médical en cours de validité, attestant de non contre-indication à la pratique de la randonnée montagne) ; d'autre part, un équipement convenable est impératif.

Les déplacements se font en car spécial avec redevance individuelle. Selon le programme de la sortie, les divers points de ramassage sont activés entre les Arrêts Lignes d'Azur « J. BOUIN » et « ROBINI » et selon les horaires ci-après :

**Sortie avec tous les ramassages** : [J. BOUIN : 6H 35 - LIBÉRATION : 6H 45 - BARLA - ALBERT 1<sup>er</sup> : 7H 00 - GAMBETTA - MAGNAN - FABRON - CARRAS - ROBINI (ou NIKAIÏA pour l'Ouest de Nice) : 7H 15 (Dimanche) & 7H 30 (Mercredi)]

**Sortie avec 3 ramassages** : [J. BOUIN : 6H 35 - LIBÉRATION : 6H 45 - ROBINI (ou NIKAIÏA pour l'Ouest de Nice) : 7H 00]

Le règlement de la redevance est requis à la montée dans le car.

Toute sortie non décommandée avant Lundi 19h30 pour la sortie du Mercredi, Vendredi 18h00 pour celle du Dimanche, donne lieu au règlement de cette redevance.

**INSCRIPTION** : avant Mardi 19h30 pour la sortie du Mercredi et avant Jeudi 18h00 pour la sortie du Dimanche.

Pour toute information complémentaire, se reporter au fascicule « **Le Livret du Randonneur** » disponible en ligne sur le site internet du CA-NM Randonnée Programme (ou Agenda).

## PROGRAMME : OCTOBRE 2019

### MERCREDI 2 & DIMANCHE 6 OCTOBRE 2019

**Pas de sorties : remplacées par une Sortie Spéciale le SAMEDI 5 OCTOBRE 2019 regroupant les randonneurs des Mercredi et Dimanche.**

❖ **Organisation** : Chaque Groupe effectuera le parcours programmé : Voir ci-dessous.

Arrivées de tous les groupes vers 15H 30 à BEUIL, ils seront invités à se rendre au Pré de Foire, où une collation (Gâteaux et Cidre) sera mise à leur disposition afin de fêter ce regroupement exceptionnel ainsi que les 140 ans du Club. ❖

 >>> **Toutes les ramasses sont assurées, avec les mêmes horaires.**

## **LES CLUOTS (2 106m)**

 Pré de Chaudi - Tête de Périal - **LES CLUOTS** - Tête du Pommier - Chapelle St Ginié - BEUIL   
[Fait en Oct. 14] Carte IGN Top 25 : 3640 OT « Ht Cians »

### **Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 150 m - 1 000 m Distance : 17 km**

Départ de la D 28 / B 69 (Sud du Pré Chaudi) (1 290m) - Passerelle / Sentier S. / Est de la Barre de la Ablé / P.C. 1 543m / Giarons (ruines) / B 74 (1 645m) - Sentier E. / Oratoire / B 73 (1 653m) - Sentier S. / Carref. Sentiers / B 76 / P.C. 1 950m - Sentier S.O. / **Tête de Périal / Point de Vue** / P.C. 2 016m - [en A/R] - Sentier S.E. / Sentiers / B 121 (1 941m) - Sentier S. / P.C. 1 999m / **LES CLUOTS / Borne 2 106m** - [en A/R] - Sentier N.E. / Le Cros / **Baisse de Clari** / B 122 / P.C. 1 869m - Sentier N.E. / **Tête du Pommier** / P.C. 1 913m - Direct. N.O. / B 62 (1 870m) - Sentier N.O. / P.C. 1 766m / **Le Pommier** / B 61a / P.C. 1 545m - Sentier N. / Rau le Chaudan / P.C. 1 405m - St Pierre / B 61 / P.C. 1 491m - Sentier N. / P.C. 1 449m / La Moute / B 60 / P.C. 1 399m - Sentier N. / **Chapelle St Ginié** / GR 52 A / Rte / B 59 (1 360m) - GR-Rte N. / Pont sur le Cians / B 58 / P.C. 1 359m - Carref. Rtes / D 28 / B 52 (1 418m) - Arrivée à la B 30 / BEUIL / P.C. 1 442m.

### **Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1 000 m - 850 m Distance : 14,500 km**

Départ de la D 28 / B 69 (Sud du Pré Chaudi) (1 290m) - Passerelle / Sentier S. / Est de la Barre de la Ablé / P.C. 1 543m / Giarons (ruines) / B 74 (1 645m) - Sentier E. / Oratoire / B 73 (1 653m) - Sentier S. / Carref. Sentiers / B 76 / P.C. 1 950m - Sentier S.O. / **TÊTE DU PÉRIAL / Point de Vue** / P.C. 2 016m - [en A/R] - Sentier S.E. / Sentiers / B 121 (1 941m) - Sentier N.E. / Le Cros / **Baisse de Clari** / B 122 / P.C. 1 869m - Sentier N.E. / **Tête du Pommier** / P.C. 1 913m - Direct. N.O. / B 62 (1 870m) - Sentier N.O. / P.C. 1 766m / **Le Pommier** / B 61a / P.C. 1 545m - Sentier N. / Rau le Chaudan / P.C. 1 405m - St Pierre / B 61 / P.C. 1 491m - Sentier N. / P.C. 1 449m / La Moute / B 60 / P.C. 1 399m - Sentier N. / **Chapelle St Ginié** / GR 52 A / Rte / B 59 (1 360m) - GR-Rte N. / Pont sur le Cians / B 58 / P.C. 1 359m - Carref. Rtes / D 28 / B 52 (1 418m) - Arrivée à la B 30 / BEUIL / P.C. 1 442m.

### **Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 900 m - 750 m Distance : 13,500 km**

Départ de la D 28 / B 69 (Sud du Pré Chaudi) (1 290m) - Passerelle / Sentier S. / Est de la Barre de la Ablé / P.C. 1 543m / Giarons (ruines) / B 74 (1 645m) - Sentier E. / Oratoire / B 73 (1 653m) - Sentier S. / Carref. Sentiers / **B 76 / P.C. 1 950m** - Sentier S.E. / Sentiers / B 121 (1 941m) - Sentier N.E. / Le Cros / **Baisse de Clari** / B 122 / P.C. 1 869m - Sentier N.E. / **Tête du Pommier** / P.C. 1 913m - Direct. N.O. / B 62 (1 870m) - Sentier N.O. / P.C. 1 766m / **Le Pommier** / B 61a / P.C. 1 545m - Sentier N. / Rau le Chaudan / P.C. 1 405m - St Pierre / B 61 / P.C. 1 491m - Sentier N. / P.C. 1 449m / La Moute / B 60 / P.C. 1 399m - Sentier N. / **Chapelle St Ginié** / GR 52 A / Rte / B 59 (1 360m) - GR-Rte N. / Pont sur le Cians / B 58 / P.C. 1 359m - Carref. Rtes / D 28 / B 52 (1 418m) - Arrivée à la B 30 / BEUIL / P.C. 1 442m.

### **Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 700 m - 550 m Distance : 11 km**

Départ de la D 28 / B 69 (Sud du Pré Chaudi) (1 290m) - Passerelle / Sentier S. / Est de la Barre de la Ablé / P.C. 1 543m / Giarons (ruines) / B 74 (1 645m) - Sentier E. / **Oratoire / B 73 (1 653m)** - Sentier N.E. / La Vallière / Vallon du Sap (1 645m) - **Le Pommier** / B 61a / P.C. 1 545m - Sentier N. / Rau le Chaudan / P.C. 1 405m - St Pierre / B 61 / P.C. 1 491m - Sentier N.E. / P.C. 1 555m / Carref. Sentiers / B 63 (1 610m) - Sentier N. / Mantélé / P.C. 1 587m - Sentier N. / P.C. 1 449m / La Moute / B 60 / P.C. 1 399m - Sentier N. / **Chapelle St Ginié** / GR 52 A / Rte / B 59 (1 360m) - GR-Rte N. / Pont sur le Cians / B 58 / P.C. 1 359m - Carref. Rtes / D 28 / B 52 (1 418m) - Arrivée à la B 30 / BEUIL / P.C. 1 442m.

### **Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 550 m - 400 m Distance : 9,500 km**

Départ de la D 28 / B 69 (Sud du Pré Chaudi) (1 290m) - Passerelle / Sentier S. / Est de la Barre de la Ablé / P.C. 1 543m / Giarons (ruines) / B 74 (1 645m) - Sentier E. / **Oratoire / B 73 (1 653m)** - Sentier N.E. / La Vallière / Vallon du Sap (1 645m) - **Le Pommier** / B 61a / P.C. 1 545m - Sentier N. / Rau le Chaudan / P.C. 1 405m - St Pierre / B 61 / P.C. 1 491m - Sentier N. / P.C. 1 449m / La Moute / B 60 / P.C. 1 399m - Sentier N. / **Chapelle St Ginié** / GR 52 A / Rte / B 59 (1 360m) - GR-Rte N. / Pont sur le Cians / B 58 / P.C. 1 359m - Carref. Rtes / D 28 / B 52 (1 418m) - Arrivée à la B 30 / BEUIL / P.C. 1 442m.

## **MERCREDI 9 & DIMANCHE 13 OCTOBRE 2019**

 >>> **ATTENTION : Seules 3 ramasses sont assurées.**

## **LE MOURE FREY (2 282m)**

 CHÂTEAU-GARNIER - Col du Talon - **LE MOURE FREY** - Montagne de Lachen - THORAME-BASSE   
[Fait en Juin 04] Cartes IGN Top 25 : 3541 OT « Annot » - 3440 ET « Digne »

### **Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 250 m - 1 250 m Distance : 25 km**

Départ de la D 2 / CHÂTEAU-GARNIER / Rtes / P.C. 1 095m - Rte Forestière N.O. / L'Adrechon / Piste / Torrent l'Estelle / Pont du Vallon de Favier (1 218m) - Rte Forestière N.E. / Champ Gras / Carref. Piste (1 430m) - Rte Forestière N.E. / P.C. 1 473m - P.C. 1 530m / P.C. 1 527m - Sentier O. / P.C. 1 550m - P.C. 1 719m / **Cabane du Col du Talon** (1 770m) - **Col de Talon** / P.C. 1 869m - Direct. N.E. / **Montagne de Lachen** / Intersection de Crêtes (2 100m) - Crête S. / P.C. 2 114m / P.C. 2 144m / P.C. 2 215m - **LE MOURE FREY** / P.C. 2 282m - Retour par le même itinéraire - Arrivée à CHÂTEAU-GARNIER / P.C. 1 095m.

### **Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 950 m - 950 m Distance : 20 km**

Départ de la D 2 / CHÂTEAU-GARNIER / Rtes / P.C. 1 095m - Rte Forestière N.O. / L'Adrechon / Piste / Torrent l'Estelle / Pont du Vallon de Favier (1 218m) - Rte Forestière N.E. / Champ Gras / Carref. Piste (1 430m) - Rte Forestière N.E. / P.C. 1 473m - P.C. 1 530m / P.C. 1 527m - Sentier O. / P.C. 1 550m - P.C. 1 719m / **Cabane du Col du Talon** (1 770m) - **Col de Talon** /

P.C. 1 869m - Direct. N.E. / **MONTAGNE DE LACHEN / Intersection de Crêtes (2 100m)** - *Retour par le même itinéraire* - Arrivée à CHÂTEAU-GARNIER / P.C. 1 095m.

### Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 750 m - 750 m Distance : 19 km

Départ de la D 2 / CHÂTEAU-GARNIER / Rtes / P.C. 1 095m - Rte Forestière N.O. / Lardrechon / Piste / Torrent l'Estelle / Pont du Vallon de Favier (1 218m) - Rte Forestière N.E. / Champ Gras / Carref. Piste (1 430m) - Rte Forestière N.E. / P.C. 1 473m - P.C. 1 530m / P.C. 1 527m - Sentier O. / P.C. 1 550m - P.C. 1 719m / **CABANE DU COL DU TALON (1 770m)** - *Retour par le même itinéraire* - Arrivée à CHÂTEAU-GARNIER / P.C. 1 095m.

### Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 650 m - 650 m Distance : 16,500 km

Départ de la D 2 / THORAME-BASSE / D 752 / P.C. 1 162m - D 752 N. / GR de Pays / P.C. 1 140m - GR N.E. / Chastel / St Pierre / P.C. 1 266m - GR N. / P.C. 1 319m / Ravin du Clot d'asnard / P.C. 1 412m - Source (1 470m) - Ravin de la Bonne Eau (1 433m) - Pt Ht (1 469m) - Pt Bas (1 442m) - P.C. 1 484m - **Pt Ht (1 529m)** - P.C. 1 413m - Sentier S.E. (1 330m) - GR N. / Les Villars / Pt Bas (1 261m) - D 752 / **Oratoire / LA VALETTE / P.C. 1 306m** - Retour D 752 / GR S. / **Oratoire** / D 752 (1 270m) - GR S. / Pt Bas (1 261m) - Les Villars / Sentier (1 330m) - Sentier S.O. / Torrent l'Assole / P.C. 1 227m - Sentier S. / Torrent l'Assole / Ravin du Clot d'asnard / P.C. 1 174m - GR de Pays (1 162m) - GR S. / D 752 / P.C. 1 140m - D-GR S. / D 2 - Arrivée à THORAME-BASSE / P.C. 1 162m.

### Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 450 m - 450 m Distance : 14,500 km

Départ de la D 2 / THORAME-BASSE / D 752 / P.C. 1 162m - D 752 N. / GR de Pays E. / **Le Moustier** / Oratoire (1 175m) - Rte S.E. / Carref. Rte / Piste N.E. / Les Combes / Fin piste / **Sentier (1 375m)** - Sentier E. / Les Clots / Ravin du Périer / P.C. 1 245m - Sentier N.E. / Piste / Le Riou / Gué / Réservoir / P.C. 1 189m - Piste S. / Le Périer / **THORAME-HAUTE** / D 2 (1 145m) - D 2 S.O. / Rte / P.C. 1 163m / Pra Jourdane / P.C. 1 120m - Torrent le Riou / P.C. 1 122m - Sentier O. / GR de Pays / Piste / **Lac des Sagnes (Bassin de loisirs)** / P.C. 1 156m - Piste S. / P.C. 1 195m - Sentier O. / Ravin du Clouvas / Pt Ht (1 272m) - Piste / P.C. 1 160m - Piste N. / P.C. 1 136m - Piste N.O. / D 2 O. / Oratoire / P.C. 1 119m - D N. - Arrivée à THORAME-BASSE / P.C. 1 162m.

## **MERCREDI 16 & DIMANCHE 20 OCTOBRE 2019**

 >>> **Toutes les ramasses sont assurées.**

## **TÊTE DE TRAVERS (2 161m)**



SAUSSES - Col de St Pons - Pas de Belon - **TÊTE DE TRAVERS** - Cabane de Sausses - SAUSSES



[Fait en Juin 2015 (en partie)]

Cartes IGN : 3540 ET «Ht Var» - 3541 OT «Annot»

### Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 500 m - 1 500 m Distance : 18 km

Départ de la D 410 / SAUSSES / Pont du Ravin du Riou (680m) - D E. / **Village / Oratoire** / Rte (715m) - Rte N. / P.C. 806m / Paresa / P.C. 845m - Ravin de la Combe / **Col de St Pons** / B 46 (1 070m) - Sentier N. / Carref. Sentier / B 47 (1 110m) - Sentier O. / Carref. Sentier / B 59 (1 210m) - Sentier S. / **Pas de Belon** / B 58 / P.C. 1 263m - Crête de Belon N.O. / Carref. Sentier (1 285m) - Crête N.O. / P.C. 1 562m - **TÊTE DE TRAVERS / P.C. 2 161m** - Crête S.O. / P.C. 2 123m - Sentier S. / **Cabane de Sausses** (1 920m) - Direct. S.E. / P.C. 1 898m / P.C. 1 882m / P.C. 1 903m - Direct. S.E. / Sentier (1 590m) - Sentier S.E. / Piste / Cabane (1 420m) - Piste S.O. / Le Chabanal / Sentier (1 295m) - Sentier S.E. / Carref. Sentier (905m) - Sentier S.E. / Rte - Arrivée à la D 410 / SAUSSES / Pont du Ravin du Riou (680m).

### Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1 250 m - 1 250 m Distance : 15,500 km

Départ de la D 410 / SAUSSES / Pont du Ravin du Riou (680m) - D E. / **Village / Oratoire** / Rte (715m) - Rte N. / P.C. 806m / Paresa / P.C. 845m - Ravin de la Combe / **Col de St Pons** / B 46 (1 070m) - Sentier N. / Carref. Sentier / B 47 (1 110m) - Sentier O. Carref. Sentier / B 59 (1 210m) - Sentier S. / **Pas de Belon** / B 58 / P.C. 1 263m - Crête de Belon N.O. / Carref. Sentier (1 285m) - Sentier O. / Ravin des Belons (1 590m) - Direct. N.O. / **PETIT MONT / P.C. 1 903m** - [en A/R] - Sentier S.E. / Piste / Cabane (1 420m) - Piste S.O. / Le Chabanal / Sentier (1 295m) - Sentier S.E. / Carref. Sentier (905m) - Sentier S.E. / Rte - Arrivée à la D 410 / SAUSSES / Pont du Ravin du Riou (680m).

### Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 1 000 m - 1 000 m Distance : 14 km

Départ de la D 410 / SAUSSES / Pont du Ravin du Riou (680m) - *Même parcours que celui du G 2, à l'exception du Petit Mont / P.C. 1 903m* - Arrivée à la D 410 / SAUSSES / Pont du Ravin du Riou (680m).

### Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 800 m - 800 m Distance : 14 km

Départ de la D 410 / SAUSSES / Pont du Ravin du Riou (680m) - Rte S.O. / **Oratoires** / Cimetière / Sentier O. / Carref. Sentiers (905m) - Sentier N. / P.C. 1 030m / P.C. 1 036m - Sentier O. / Le Chabanal / Piste / P.C. 1 322m - Piste N.O. / **Cabane / P.C. 1 436m** - [en A/R] - Piste N.O. / Ravin des Pourchiers / Les Larettes / Ravin de la Gourre / P.C. 1 269m - Piste S.E. / P.C. 1 254m / P.C. 1 116m / 1<sup>er</sup> sentier à main gauche (1 110m) - Sentier N.E. / Lacets / Les Selves / Sentier balisé / Piste (950m) - Sentier N.O. / Ravin de la Gourre / P.C. 981m - P.C. 926m - Sentier S.E. / Rte / Cimetière / **Oratoires** - Arrivée à la D 410 / SAUSSES / Pont du Ravin du Riou (680m).

### Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 550 m - 550 m Distance : 9 km

Départ de la D 410 / SAUSSES / Pont du Ravin du Riou (680m) - D E. / **Village / Oratoire** / Rte (715m) - Rte N. / P.C. 806m / Paresa / P.C. 845m - Ravin de la Combe / **Col de St Pons** / B 46 (1 070m) - Sentier S.E. / P.C. 1 115m - P.C. 1 088m - Sous les Barres de **MARTIGNAC / P.C. 1 120m** - *Retour par le même itinéraire que celui de l'aller* - Arrivée à la D 410 / SAUSSES / Pont du Ravin du Riou (680m).

## MERCREDI 23 OCTOBRE 2019

 >>> Toutes les ramasses sont assurées.

### MONTAGNE DE LACHENS (1 685m)



LA BASTIDE - Château Ste Magdeleine - MONTAGNE DE LACHENS - Château d'Esclapon - MONS



[Fait en Juin 08 - Avril 12]

Cartes IGN : 3542 ET «Ht Estéron» - 3543 ET « Hte Siagne »

**Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 850 m - 1 050 m Distance : 21 km**

Départ de la D 21 / LA BASTIDE / GR 49 / P.C. 974m - GR S. / Chemin de l'aire / **Village** / Réservoir (993m) - Sentier E. / Sce / **Château Ste Magdeleine** (ruiné) / P.C. 1 235m - Sentier S. / Piste / Sentier / **Belvédère** / Rte / P.C. 1 435m - Rte S. / Citerne / **Aire de Pique-nique** / Rte (1 460m) - Sentier S.E. / MONTAGNE DE LACHENS / Pylône / Table d'Orientation / P.C. 1 685m - Sentier E. / Rte / Parking / P.C. 1 626m - Piste S.O. / P.C. 1 589m / P.C. 1 554m / A l'ouest du P.C. 1 505m - Sentier S.O. / Piste / Ruines / GR 49 (1 400m) - GR N.E. / Forêt Domaniale d'Esclapon / L'Adrech d'Esclapon / Piste / **Chapelle** (1 080m) - Piste-GR S. / **Le Château d'Esclapon** / P.C. 1 089m - Piste-GR S.O. / P.C. 1 088m (1) / P.C. 1 088m (2) . Piste-GR S. / Verdillon / P.C. 1 069m - Piste-GR S. / P.C. 1 027m / P.C. 1 006m - Piste-GR N.E. / P.C. 995m / Citerne (990m) - Sentier-GR N.E. / Piste / D 563 / P.C. 832m - D-GR S. / Le Fil / P.C. 823m - D-GR S. / Baume Dinde / Piste / P.C. 905m - Piste-GR S. / Chemin des Costes / Piste N.E. / Réservoir / Pylône / D 563 / P.C. 808m - GR-D S. (Rte de Castellane) / D 56 / **MONS** / P.C. 803m - **Village** / Table d'Orientation (800m) - Arrivée au Carref. D 563-D56 / P.C. 803m.

**Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 600 m - 700 m Distance : 18,500 km**

Départ de la D 21 / LA BASTIDE / GR 49 / P.C. 974m - GR S. / Chemin de l'aire / **Village** / Réservoir (993m) - GR S.E. / Piste (1 029m) - Piste-GR E. / Réservoir / Piste / Rte / P.C. 1 098m - Piste-GR / Sce / Le Bas Varuins / Vallon de Varuins / Citerne / Piste (1 340m) - Piste-GR N.E. / Carref. Sentier (1 400m) - *Même itinéraire que celui du G 2* - Arrivée au Carref. D 563-D56 / P.C. 803m.

**Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 750 m - 750 m Distance : 13 km**

Départ de la D 21 / LA BASTIDE / GR 49 / P.C. 974m - GR S. / Chemin de l'aire / **Village** / Réservoir (993m) - Sentier E. / Sce / **Château Ste Magdeleine** (ruiné) / P.C. 1 235m - Sentier S. / Piste / Sentier / **Belvédère** / Rte / P.C. 1 435m - Rte S. / Citerne / **Aire de Pique-nique** / Rte (1 460m) - Sentier S.E. / MONTAGNE DE LACHENS / Pylône / Table d'Orientation / P.C. 1 685m - Sentier E. / Rte / Parking / P.C. 1 626m - Rte S.O. / P.C. 1 589m / P.C. 1 554m / A l'ouest du P.C. 1 505m - Sentier S.O. / Piste / Ruines / GR 49 (1 400m) - Piste-GR S.O. / Citerne / Piste (1 340m) - Piste-GR S.O. / Vallon de Varuins / Le Bas Varuins / Carrière / P.C. 1 098m - Piste-GR S.E. / Réservoir / Chemin de l'aire (993m) - GR N.O. - Arrivée à la D 21 / LA BASTIDE / P.C. 974m.

**Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 500 m - 600 m Distance : 8 km**

Départ de la D 6085 / VILLAUTE (à 400m Sud-Est) / B 204 (1 049m) - Piste S. / Lachens / B 215 / P.C. 1 206m - Sentier S.O. / Piste / P.C. 1 432m - **P.C. 1 501m** - Carref. Piste / Forêt Communale de La Bastide / **Aire de Pique-nique** / P.C. 1 413m - Carref. Piste / P.C. 1 435m - Sentier N.O. / Piste / **Belvédère** / **Château Ste Magdeleine** (ruiné) / P.C. 1 235m - Sentier S. / Réservoir / GR 49 / Chemin de l'aire (993m) - GR N.O. - Arrivée à la D 21 / LA BASTIDE / P.C. 974m.

## DIMANCHE 27 & MERCREDI 30 OCTOBRE 2019

 >>> Toutes les ramasses sont assurées.

### PUY DE TOURRETTES (1 268m) - PIC DE COURMETTES (1 248m)



Bramafan - Village Nègre - PUY DE TOURRETTES - Pic de Courmettes - Domaine des Courmettes - TOURRETTES/LOUP



[Fait en Fév. 14]

Cartes IGN : 3642 ET « Estéron » - 3643 ET « Cannes 0 »

**Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1 000 m - 1 050 m Distance : 17,500 km**

Départ de la D 3 / Bramafan / GR 51 / B 260 (475m) - Rte-GR S.E. / Aqueduc du Loup / B 259 (525m) - Sentier N. / La Frénoux / B 258 / P.C. 881m - Sentier S. / Pré Royer / B 257 / P.C. 850m / B 256 / Oratoire / GR 51 / B 255 (954m) - Sentier-GR E. / Piste / P.C. 941m - Piste S.O. / **Village Nègre** (ruines) / GR 51 / B 254 / P.C. 948m - Sentier S. / Clapière Rousse / Ruines (1 100m) - **PUY DE TOURRETTES** / P.C. 1 268m - Sentier S. / P.C. 1 166m - **Pic de Courmettes** / P.C. 1 248m - Retour sur 200m / Sentier E. / Le Jas de l'Éouvière (ruines) / Chemin des Courmettes / B 187bis (845m) - Chemin des Courmettes N.E. / B 185 / Vallon de Courmettes / B 186 / P.C. 809m - Piste N.E. / Vallon des Bouirades / B 179 / P.C. 827m - Sentier S.E. / P.C. 775m / Rte du Caire / B 174 (610m) - Rte S.E. / B 173 / Lou Rouréou / P.C. 476m / D 2210 - Arrivée à TOURRETTES / LOUP (410m).

**Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 1 000 m - 1 050 m Distance : 16 km**

Départ de la D 3 / Bramafan / GR 51 / B 260 (475m) - Rte-GR S.E. / Aqueduc du Loup / B 259 (525m) - Sentier N. / La Frénoux / B 258 / P.C. 881m - Sentier S. / Pré Royer / B 257 / P.C. 850m / B 256 / Oratoire / GR 51 / B 255 (954m) - Sentier-GR S.O. / La Baisse / B 254 / P.C. 948m - Sentier S. / Clapière Rousse / Ruines (1 100m) - **PUY DE TOURRETTES** / P.C. 1 268m - Sentier S. / P.C. 1 166m - **Pic de Courmettes** / P.C. 1 248m - Retour sur 200m / Sentier E. / Le Jas de l'Éouvière (ruines) / Chemin des Courmettes / B 187bis (845m) - Chemin des Courmettes N.E. / B 185 / Vallon de Courmettes / B 186 / P.C. 809m - Sentier S.E.

/ Pié Martin / St Martin / B 182 / Chemin du Villars / B 181 / Chemin de St Martin (515m) - Chemin de St Martin E. / P.C. 499m / B 180 / P.C. 442m - Rte de St St Jean N.E. / B 161 / D 2210 - Arrivée à TOURRETTES / LOUP (410m).

**Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 800 m - 850 m Distance : 15,500 km**

Départ de la D 3 / Bramafan / GR 51 / B 260 (475m) - GR S.E. / Aqueduc du Loup / B 259 (525m) - Sentier-GR S.E. / P.C. 568 / D 503 (550m) - D-GR E. / La Fous / Vallon des Combes (595m) - B 250 / **COURMES** / P.C. 629m - Sentier-GR S.E. / Piste / B 252 (720m) - Sentier-GR S.E. / Vallon du Bès / Piste / Citerne / B 190 (880m) - Piste S.E. / B 189 / P.C. 940m - Sentier S.E. / **PIC DE COURMETTES** / P.C. 1 248m - Retour sur 200m / Sentier S.E. / Le Jas de l'Éouvière (*ruines*) / Chemin des Courmettes / B 187bis (845m) - Chemin des Courmettes N.E. / B 185 / Vallon de Courmettes / B 186 / P.C. 809m - Sentier S.E. / Pié Martin / St Martin / B 182 / Chemin du Villars / B 181 / Chemin de St Martin (515m) - Chemin de St Martin E. / P.C. 499m / B 180 / P.C. 442m - Rte de St St Jean N.E. / B 161 / D 2210 - Arrivée à TOURRETTES / LOUP (410m).

**Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 450 m - 450 m Distance : 11 km**

Départ de la D 2210 / TOURRETTES / LOUP (410m) - Rte de St Jean / Chemin St Martin / Chemin St Martin / P.C. 442m - Chemin St Martin / Chemin du Villars / B 181 (515m) - Rte O. / B 183 (530m) - Sentier N.O. / P.C. 575m / B 184bis / B 184 (740m) - Sentier S. / Piste / Antennes / Chemin des Courmettes / B 187 / **P.C. 855m** - Sentier E. / **DOMAINE DES COURMETTES** (830m) - Piste E. / B 187bis (845m) - Chemin des Courmettes N.E. / B 185 / Vallon de Courmettes / B 186 / P.C. 809m - Sentier S.E. / Pié Martin / St Martin / B 182 / Chemin du Villars / B 181 / Chemin de St Martin (515m) - Chemin de St Martin E. / P.C. 499m / B 180 / P.C. 442m - Rte de St St Jean N.E. / B 161 / D 2210 - Arrivée à TOURRETTES / LOUP (410m).

**Pour le Dimanche 27 >>> Visite du « Domaine des COURMETTES »**

Tous les groupes se retrouveront vers **14H** au Domaine pour y découvrir sa Forêt exceptionnelle.

[ Les parcours des **G 2 - G 3 - G 4** seront légèrement modifiés en conséquence. ]

◆ *Visite commentée par M. Vincent KULESZA* ◆

« LES JEUDIS DE LA RANDONNÉE 2019 »

**« LES ARBRES REMARQUABLES »**

Animateur : Vincent KULESZA

**Judi 17 Octobre 2019 : Soirée à 19H. au Club**



