

FESTIVAL DE L'OUTDOOR ET DE LA RANDO

DU 18 AU 21 SEPTEMBRE 2025

provence
alpes 

Digne-les-Bains
Moustiers-Ste-Marie
Château-Arnoux
Seyne

irresistible
ALPES DE HAUTE PROVENCE

RANDO - TREK - VTT - VÉLO - MONTGOLFIÈRE - PARAPENTE - ESCALADE - CANYONING - VIA FERRATA - CANOË - PADDLE - KAYAK...
VILLAGE OUTDOOR - CONCERTS - SPECTACLES - FILMS - FOODTRUCK

Office de Tourisme Provence Alpes Digne les Bains :
04 92 36 62 62 - www.dignelesbains-tourisme.com



provence
alpes 
DIGNE-LES-BAINS

FFRandonnée

www.ffrandonnee.fr

unesco


GÉOPARC
DE HAUTE
PROVENCE


ALPES DE HAUTE
PROVENCE


DIGNE
les-Bains


Moustiers
Ste-Marie

Office de Tourisme

Édito

Après le succès de l'édition 2024, le « Festival de l'Outdoor et de la Rando » revient avec un programme encore plus riche et varié qui s'adresse autant aux sportifs aguerris qu'aux familles, aux curieux, aux touristes ou aux enfants : 4 soirées et 4 jours de festivités, 1000 places et 80 activités Outdoor sur 35 communes de notre territoire, un village événement autour du plan d'eau ouvert à tous et gratuit tout le week-end, la journée du vendredi réservée aux scolaires, un retour de la « Rando VTT des Terres Noires » pendant le Festival, des soirées concerts, spectacle et films d'aventures, des shows et des animations gratuites pour les familles...

Cet éco-événement sportif, convivial et festif, est une formidable vitrine de notre territoire qui permet de vivre, en condensé, toute la richesse de l'offre Outdoor accessible tout au long de l'année. Vous trouverez d'ailleurs dans ce livret les événements Outdoor qui ont lieu le week-end précédent et le week-end suivant le Festival.

Si ce rendez-vous rayonne aujourd'hui bien au-delà des frontières de l'agglomération, c'est grâce à la mobilisation remarquable des 200 bénévoles, associations et partenaires, engagés aux côtés de la collectivité. Leur énergie collective rend possible une programmation ambitieuse, accessible à tous et profondément ancrée dans nos valeurs.



Patricia GRANET-BRUNELLO

Présidente de Provence
Alpes Agglomération
Maire de Digne-les-Bains



Bienvenue au
**FESTIVAL DE
L'OUTDOOR
ET DE LA RANDO**
2025



©Aéronefs & Aérostats de Provence

**ALPES DE HAUTE
PROVENCE**
LE DÉPARTEMENT

Un Grand événement sportif soutenu par le Département des Alpes de Haute-Provence

LES 12, 13 ET 14 SEPT

2 événements Outdoor avant le Festival

COUPE DE FRANCE DE RAID D'ORIENTATION DANS LA VALLEE DE LA BLANCHE

**29^e RAID
DE LA VALLÉE
DE LA BLANCHE**
13/14 Septembre 2025

UNE AVENTURE UNIQUE
DANS LES
ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE

EXPLOREZ LES MERVEILLES
DU TERRITOIRE D'AUZET!

2 JOURS EN AUTONOMIE
1 NUIT EN BIVOUAC

Raid en orientation par équipe de 2 personnes
Différents circuits, découverte ou compétition
(inscrit Coupe de France)

Informations et inscriptions :
0695656746 / louirasoleu@hotmail.fr

RANDO VTT NOCTURNE A CHATEAU-ARNOUX

CHATEAU BIKE NIGHT
Rando VTT nocturne
Vendredi 12 septembre

Château-Arnaux-Saint-Auban

2 circuits : 10 et 20 km
Départ 20h30 Office de tourisme de Château-Arnaux
Tarif unique 15€ repas inclus
Limité à 200 participants
Informations : 07 49 89 90 91

2 PARCOURS VTT
Vendredi 12 septembre

10 km et 20 km
↳ Limité à 200 personnes

Rendez-vous :
Départ 20h30 (Office de tourisme)

Inscriptions :
<https://in.njuko.com/festivaloutdoor-2025>
Informations :
EnDurance cycles : 07 49 89 90 91

PROGRAMME

Festival Outdoor et de la Rando

JEUDI 18 SEPTEMBRE

9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h	21h	22h
									Lancement Festival			20h30 : Soirée films d'aventures	

VENDREDI 19 SEPTEMBRE

9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h	21h	22h
Festiv des Minots												19h30 : Grande soirée concert	

SAMEDI 20 SEPTEMBRE

9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h	21h	22h
Village Outdoor												19h30 : Soirée spectacle «escalade et alpinisme»	
Activités Outdoor journée à 5€													
									EVO JAM VTT			Soirée concert	

DIMANCHE 21 SEPTEMBRE

9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h	21h	22h
Village Outdoor													
Activités Outdoor journée à 5€													
Rando VTT des Terres Noires													
Route des clues de Barles réservée aux vélos (jusqu'à 14h)													
		Water jump			Water jump				Water jump				Fermeture du Festival



© Mairie de Digne-les-Bains

18h : Ouverture du « Festival de l'Outdoor et de la Rando »

au pumptrack de Digne-les-Bains

18h-19h30 : show VTT animé au pumptrack - Gratuit

Pilotes professionnels, show freestyle, DJ set et animation club VTT Rando04.



20h30-22h30 : Soirée films d'aventures

au Centre Culturel René Char.

Trois documentaires sur Morgane Jonnier, championne de VTT, Lucas Silvestro, aventurier qui a réalisé le tour de la France et François Ragolski, champion du monde de parapente.

TARIF 5€



Inscription



« **NOMAD** » : Léo Gruber, jeune vidéaste professionnel Dignois passionné de VTT et de montagne a réalisé un film sur la championne de VTT Enduro Morgane Jonnier. Après plus de 10 ans d'expérience sur le circuit de la Coupe du monde d'enduro, elle prend un virage audacieux en se lançant dans un nouveau défi : réaliser une saison complète de courses d'enduro VTT sur plusieurs jours à travers le monde. Une aventure sportive et des images à couper le souffle filmés par Léo.

En présence de Léo Gruber



« **LE TOUR DE LA FRANCE** » : Lucas Silvestro, éco-aventurier, est parti de Hendaye pour faire le tour de la France à pied, en kayak et à vélo. Après avoir traversé les Pyrénées à pied, longé les côtes méditerranéennes en kayak, traversé les Alpes, le Jura et les Vosges à pied, longé les frontières et la côte de la Manche à vélo jusqu'au Mont-Saint-Michel, fait le tour de Bretagne à pied et enfin longé la côte ouest à vélo, il est retourné à Hendaye après 251 jours et près de 7000km d'aventure à travers la France. Une expérience de bout du monde en étant tout près de la maison !

En présence de Lucas Silvestro



« **CROSSING DREAMS** » : Le champion du monde Dignois François Ragolski se lance dans un audacieux voyage en parapente solo à travers le Tadjikistan, le Pakistan, l'Inde et le Népal. Pendant 60 jours, il navigue dans des paysages à couper le souffle, connaissant des hauts et des bas. Avec sa résilience, François brave les conditions météorologiques imprévisibles et les terrains accidentés. Il en retire des souvenirs inoubliables et une profonde appréciation de la beauté du monde vu d'en haut.

En présence de François Ragolski et du club de parapente Bléon'ailes

VENDREDI 19 Septembre



JOURNÉE « FESTIV DES MINOTS »

(9h-17h)

Toute la journée plus de 200 enfants des écoles de Provence Alpes Agglomération participeront à une journée Outdoor organisée par l'USEP 04 autour du plan d'eau de Digne-les-Bains : escalade, slackline, canoé, paddle, vélo, course d'orientation, minigolf...



GRANDE SOIRÉE CONCERT

(19h30 - 1h)

Soirée concert gratuite dans une ambiance conviviale et festive (groupes, DJ set, buvette, foodtruck...).

Groupes : TimTim BaoBao - Golden groove - Massilia Brass Bounce - DJ Deniamoro



Rendez-vous : Digne-les-Bains - Au pôle animation du plan d'eau.

GRATUIT

SAMEDI 20 Septembre

© Lenaturographe

ACTIVITÉS OUTDOOR JOURNÉE (DÉTAIL DES 80 SORTIES DANS LE PROGRAMME)

TARIF
5€



↳ Inscription

6h-14h : **accueil des inscrits Randos et sorties Outdoor**
(pôle animation du plan d'eau ou offices de tourisme selon les sorties).
Collation matinale locale offerte. Départ en covoiturage avec les animateurs.

Journée : **Sorties sur le territoire de Provence Alpes Agglomération**

17h - 19h : **Plan d'eau pôle animation : Tombola, ambiance musicale (Julie Coccoluto et On R) et apéritif convivial « Tourtons party » offerts.**



19h30:

Soirée « escalade et alpinisme »

Digne-les-Bains au Centre Culturel René Char

Lancement soirée par Lucie Loy



TARIF
5€

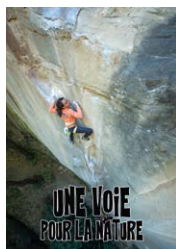
↳ Inscription

NOLWEN BERTHIER – CHAMPIONNE D'ESCALADE PROFESSIONNELLE

Après 10 ans au sein de l'équipe de France d'escalade, en 2020 Nolwen marque l'histoire en devenant la 6^e femme au monde à réussir une voie cotée 9a+. Aujourd'hui ingénieure et animée par l'urgence écologique, elle part à la rencontre de biologistes, activistes, philosophes et présente « Une voie pour la nature », une projection entre escalade, rencontres et réflexions, pour des pratiques et des modèles plus respectueux du vivant.

COLLATION CONVIVIALE ET MUSICALE

Collation offerte par PAA dans une ambiance conviviale et musicale avec « Jazzual suspects », un Big Band de poche, un jazz band maximaliste au minimum. Munis d'un tuba de deux guitares d'un banjo d'une grosse caisse d'une washboard et d'une trompette ce duo en impose sans se la raconter. Venez découvrir le plus petit jazz band du monde !



SAMEDI 20 Septembre



DIGNE-LES-BAINS : JOURNÉE ET SOIRÉE VTT

  **EVO BIKE PARK**
DIGNE LES BAINS - D900

ÉVÈNEMENT GRATUIT
PLUS D'INFOS DANS LA BIO

EVO BIKE PARK JAM 25



SAMEDI 20 SEPTEMBRE

**NAVETTES
GRATUITES**

**BUVETTE
ANIMATIONS**

**AMBIANCE
DE FOLIE**

12H30 BURGER PARTY
AU PIED DE LA GRIFFUS LINE

14H30 - 19H SHOW VTT
AVEC LES MEILLEURS FREERIDERS
INTERNATIONAUX

19H - 23H CONCERT + DJ SET
FOODTRUCK + BIÈRES FRAICHES

SPECIALIZED


 **Reverse**

SASANTOUR

Muc-Off



ION

 **BLUEGRASS**

SMITH

**TRAIL
TOOL**

 **protect**

Gallardini

**Auto
Évasion**

**CB8DESIGN
METALLERIE**

DIMANCHE 21 Septembre



ACTIVITÉS OUTDOOR JOURNÉE (DÉTAIL DES 80 SORTIES DANS LE PROGRAMME)

TARIF
5€



▼ Inscription



6h-14h : **accueil des inscrits Randos et sorties Outdoor**
(pôle animation du plan d'eau ou offices de tourisme selon les sorties).
Collation matinale locale offerte. Départ en covoiturage avec les animateurs.

Journée : **Sorties sur le territoire de Provence Alpes Agglomération**

17h - 19h : **Plan d'eau pôle animation : Tombola et apéritif en produits locaux offerts, ambiance musicale et discours de clôture.**



Cette année la « **Fête du vélo** » de Provence Alpes Agglomération intègre le Festival de l'Outdoor avec pour ambition de célébrer le vélo dans toute sa diversité : sportif, touristique, mais aussi quotidien. Elle s'inscrit aussi dans la Semaine européenne de la mobilité, avec de nombreuses animations : village avec stands VTT et vélo au quotidien, manège à vélo, vélos rigolos, parcours draisienné, sorties vélos et VTT accompagnées, pumprack, EVO BIKE PARK...

Animations spécifiques le dimanche : Big Air VTT et show waterjump VTT au plan d'eau, « Rando VTT des Terres Noires », Routes des clues de Barles réservée aux cyclistes, joyau naturel à redécouvrir à vélo.

DIMANCHE 21 Septembre

FESTIVAL DE L'OUTDOOR ET DE LA RANDO

Les Terres Noires



©TDC PHOTOGRAPHIE

• DIMANCHE 21 SEPTEMBRE RANDO DES TERRES NOIRES

4 parcours rando

- Rando familiale
- All-Mountain des Terres Noires
- Randuro des Terres Noires
- Raid des Terres Noires



Inscriptions : www.uttrando04.com



provence
alpes

ALPES DE HAUTE
DIGNE
les-Bains

ALPES DE HAUTE
PROVENCE

VILLAGE OUTDOOR

Samedi et dimanche



PLAN D'EAU DE DIGNE-LES-BAINS (9h-17h)

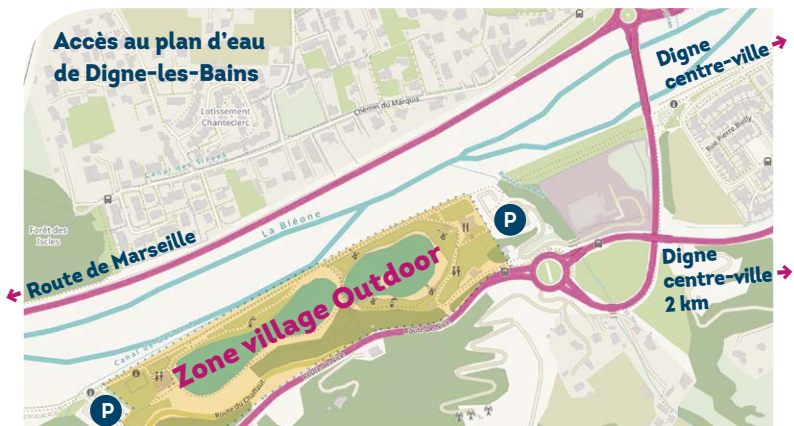
Gratuit et ouvert à tous, près d'une vingtaine d'animations :

- Tour d'escalade de 8 m
- Slackline
- Tyrolienne
- Draisienne
- Canoë
- Paddle
- Défis sportifs
- Minigolf
- Manège à vélos
- Vélos rigolos
- Atelier réparation
- Vélo smoothie
- Test de vélo cargo
- Espace Foodtruck - restauration
- Découverte de l'arbre, balade et grimpe (dimanche à 10h)
- Cross fit (gratuit sur inscription* à 10h et 15h)
- Yoga (gratuit sur inscription* à 10h et 15h)

* : inscription sur : <https://in.njuko.com/festivaloutdoor-2025>

Animations spécifiques dimanche :

- Départ et arrivée « Rando VTT des Terres Noires »
- Parcours maniabilité VTT et prêt de draisienne
- Big air VTT gratuit
- Show VTT water jump à 11h, 14h et 16h



Accès village outdoor : pour venir au plan d'eau privilégiez la marche à pied ou le vélo depuis le centre-ville (1,5 km).

Bus : Samedi : ligne de bus TUD n°5 entre le centre-ville et le plan d'eau.
Dimanche (9h - 17h) : navette gratuite toutes les 30 min au départ du centre-ville (gare routière).

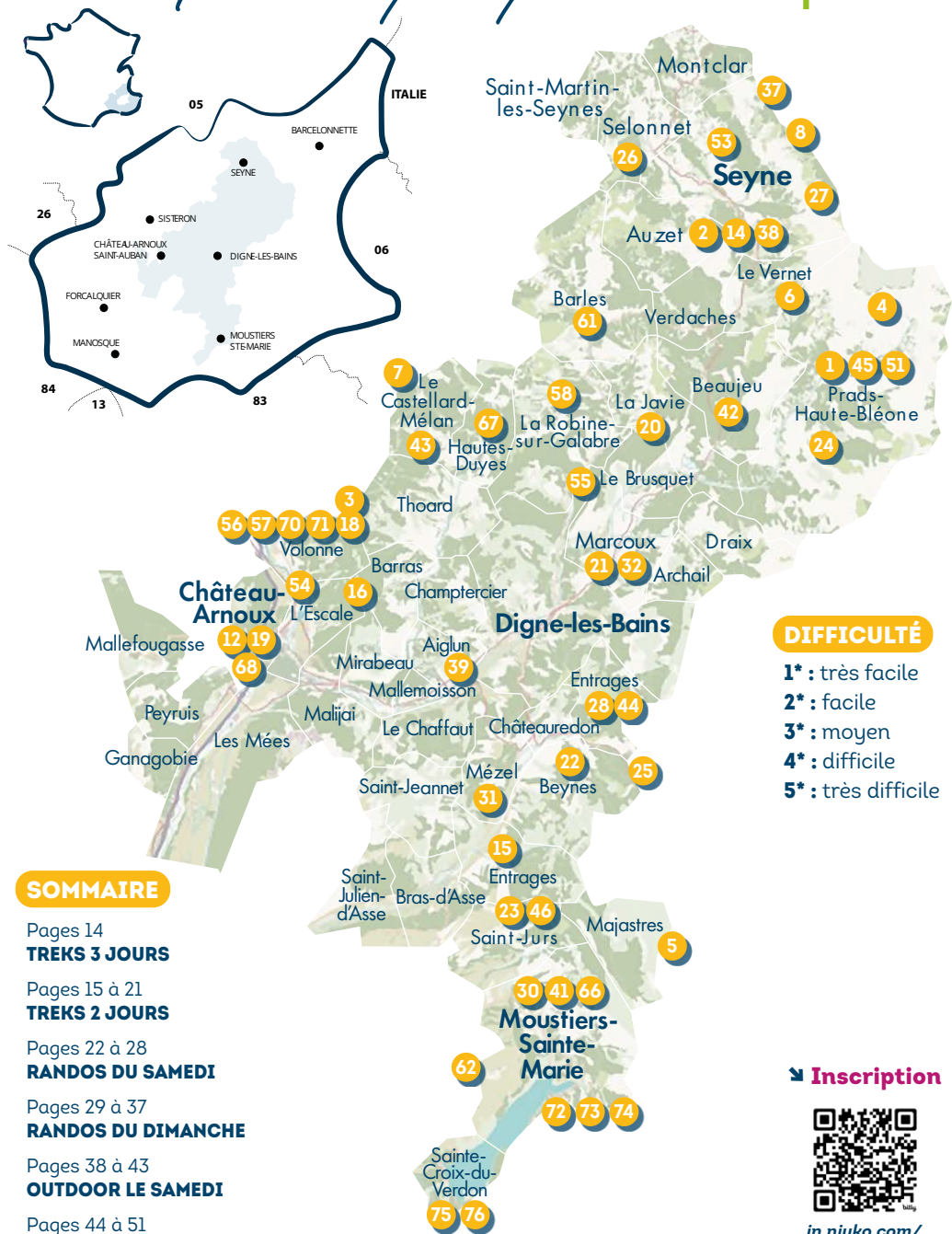
Covoiturage : utilisez l'application Karos pour covoiturer et venir à l'évènement.

**KAROS**



Parkings de délestage : si les parkings du plan d'eau sont complets stationnez aux parkings de la Halle des sports, du stade Jean Rolland, des Ferréols ou de l'avenue Georges Pompidou.
Parking camping-car à la Halle des sports.

CARTE des activités



DIFFICULTÉ

- 1* : très facile
- 2* : facile
- 3* : moyen
- 4* : difficile
- 5* : très difficile

SOMMAIRE

- Pages 14
TREKS 3 JOURS
- Pages 15 à 21
TREKS 2 JOURS
- Pages 22 à 28
RANDOS DU SAMEDI
- Pages 29 à 37
RANDOS DU DIMANCHE
- Pages 38 à 43
OUTDOOR LE SAMEDI
- Pages 44 à 51
OUTDOOR LE DIMANCHE

↳ Inscription



in.njuko.com/festivaloutdoor-2025

Digne-les-Bains : 9 - 10 - 11 - 13 - 17 - 29 - 33 - 34 - 35 - 36 - 40 - 47 - 48 - 49 - 50 - 52 - 59 - 60 - 63 - 64 - 65 - 69

TREK

3 jours



01

LA ROUTO® : TROIS JOURS EN ITINERANCE SUR LES CHEMINS DE TRANSHUMANANCE

➤ 13 personnes max

Cette randonnée accompagnée par Claire, chargée de mission à la Maison de la transhumance, emprunte une partie du GR®69 La Routo® sur les anciennes drailles, entre villages et alpages. Au départ de Prads-Haute-Bléone, le parcours alterne entre zones boisées, zones minérales et traversées d'alpages avant de gagner les sommets du massif montagneux de la vallée de la Haute-Bléone.

Prads-Haute-Bléone - La Javie Le Vernet

Niveau	Dénivelé	Durée
4*	2770 m	3 jours

VENDREDI

Dénivelé	Durée	Distance
1055 m	6h45	17 km

Au départ de Prads-Haute-Bléone, après une première ascension matinale vous rejoindrez la vallée du Galebre, le hameau de St-Pierre, Cériège avant de gagner la Javie. **Hébergement à l'écologie la Pastoulière**

SAMEDI

Dénivelé	Durée	Distance
860 m	6h	19 km

Sur les traces du GR®69 La Routo® vous découvrirez d'anciens hameaux du Blayoul et rejoindrez Le Vernet, haut lieu du pastoralisme.

Hébergement à l'Asinerie Tis'Anes

DIMANCHE

Dénivelé	Durée	Distance
855 m	5h45	16 km

Une dernière traversée, parmi les grands espaces et les alpages, vous ramènera à Prads-Haute-Bléone.

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 7h

Animateur : Claire DALLEMAGNE (Maison de la transhumance)

Sur ce séjour : Repas du vendredi soir et samedi soir, nuitées, petits déjeuners et pique-nique pour l'ensemble du week-end compris.

➤ Prévoir le pique-nique du vendredi midi - Affaires acheminées aux gîtes par l'organisation.

TARIF
70 €

TREK 2 jours



02

WEEK-END RANDO DECOUVERTE AU FANGET

↘ 8 personnes max

Guidés par Louis, accompagnateur en montagne de l'auberge du Fanget, et par des naturalistes, venez découvrir en famille ou entre amis les paysages, la faune, la flore et l'histoire du massif des Monges (site classé Natura 2000).

Auzet, Seyne

Niveau	Dénivelé	Durée
3*	700 m	2 jours

SAMEDI

Dénivelé	Durée	Distance
350 m	5h	10 km

Depuis le col du Fanget, rejoignez les alpages du massif des Monges et partez à la rencontre du lieu de vie du Tétrás lyre (espèce protégée présente dans ces montagnes).

Hébergement à l'auberge montagnarde du Fanget

DIMANCHE

Dénivelé	Durée	Distance
350 m	5h	10 km

Randonnée à 1500 m d'altitude et grands panoramas, face à la chaîne de la Blanche, au cœur des Alpes du Sud.

TARIF
45 €

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h

Louis TEYSSIER et Sidonie BOURDEL (Accompagnateur en montagne du Fanget et chargée de mission sensibilisation Tétrás lyre)

Sur ce séjour : Repas du samedi soir, nuitée, petit déjeuner et pique-nique du dimanche compris.

↘ Prévoir le pique-nique du samedi midi. Affaires acheminées au gîte avec les participants.

TREK 2 jours



03

CRÊTES DE HAUTE PROVENCE

➤ 18 personnes max

Un week-end en itinérance sur les crêtes de Haute Provence, c'est randonner par les montagnes à la confluence de plusieurs vallées (Vançon, Duyes, Bléone, Durance), découvrir des panoramas sur tous les massifs environnants (Dévoluy, Blanche, Ecrins, Ste Victoire...) ainsi qu'une flore remarquable et des espaces préservés !

Castellard-Mélan, Thoard, Volonne, L'Escale

Niveau	Dénivelé	Durée
4*	1000 m	2 jours

SAMEDI

Dénivelé	Durée	Distance
300 m	5h	10 km

Après une dépose navette au col de Mounis, vous randonnerez sur la crête de Vaumuse sur plusieurs kilomètres avant de plonger sur la vallée de la Durance et le lac de l'Escale (site Natura 2000).

Hébergement au Camping de l'Hippocampe à Volonne

DIMANCHE

Dénivelé	Durée	Distance
700 m	6h	13 km

La randonnée emprunte le chemin du tour du lac avant de gagner la colline et le sommet du Ruth, pour un nouveau sentier de crête sauvage et dépayçant.

Rendez-vous : Château-Arnoux - Office de tourisme à 7h

Animateurs : Denis et Viviane MADELEINE (Association La Cistude)

Sur ce séjour : Repas du samedi soir, nuitée, petit déjeuner et pique-nique du dimanche compris.

➤ Prévoir le pique-nique du samedi midi et un drap de couchage et serviette pour le gîte. Affaires acheminées au camping avec les participants.

TARIF
45 €

TREK *2 jours*



04

LE REFUGE DE L'ESTROP

↘ 20 personnes max

Venez vivre une expérience unique en montagne en montant au refuge de l'Estrop (2000 m) avec Noémie, la gardienne du refuge. Prolongez la soirée avec une nuit au refuge, au milieu des sommets culminants à presque 3000 m !

Prads-Haute-Bléone

Niveau	Dénivelé	Durée
4*	1170 m	2 jours

SAMEDI

Dénivelé	Durée	Distance
950 m	5h	9 km

Depuis le petit lac des Eaux Chaudes, montée en sous-bois puis au milieu des alpages, des marmottes et des cascades jusqu'au refuge.

Hébergement au refuge de l'Estrop

DIMANCHE

Dénivelé	Durée	Distance
220 m	5h30	11 km

Petite randonnée sur le plateau du Ceï (tourbières, chamois...), au cœur du cirque de l'Estrop, puis redescende dans la vallée de la Bléone.

TARIF
45 €

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h

Animateur : Noémie LAFOND (gardienne du refuge)

Sur ce séjour : Repas du samedi soir, nuitée, petit déjeuner et pique-nique du dimanche compris.

↘ Prévoir le pique-nique du samedi midi et un duvet - Affaires acheminées à pied par les participants.

TREK 2 jours

©Tourisme Alpes-haute Provence

05

DU REFUGE ÉTOILE DU MONT CHIRAN AU VILLAGE DU POIL

↘ 12 personnes max

Ce trek de 2 jours vous conduira à la découverte des grands espaces du Parc naturel régional du Verdon, loin des zones touristiques. Vous gagnerez au milieu des alpages le refuge du Mont Chiran, équipé d'un observatoire astronomique, pour une soirée inoubliable sous les étoiles !

Majastres, Blioux, Senez

Niveau	Dénielé	Durée
4*	1250 m	2 jours

SAMEDI

Dénielé	Durée	Distance
950 m	7h	12 km

Départ de Majastres direction le sommet du Mont Chiran et son refuge (1905 m). Observation des étoiles en soirée depuis l'observatoire astronomique (animation offerte par Provence Alpes Agglomération).

Hébergement au refuge de l'observatoire

DIMANCHE

Dénielé	Durée	Distance
300 m	7h	12 km

Descente dans les alpages par la crête du Chiran, passage par le hameau du Poil et retour sur Majastres.

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h

Animateurs : Roger MONY et Patricia MONY (Club rando Les Marche Pieds)

Sur ce séjour : Repas du samedi soir, nuitée, petit déjeuner et pique-nique du dimanche compris.

↘ Prévoir le pique-nique du samedi midi et un drap de couchage pour le gîte. Affaires acheminées au gîte par l'organisation.

TARIF
45 €

TREK 2 jours



06

TREK DANS LES ALPES : DE LA HAUTE BLEONE A LA MONTAGNE DES TETES

➤ 14 personnes max

Ce trek entre Haute-Bléone, alpages, cabanes pastorales, hameaux désertés de l'ancienne commune de Mariaud et découverte de l'Art en montagne, est une invitation au voyage dans nos vallées préservées.

Prads-Haute-Bléone – Le Vernet

Niveau	Dénivelé	Durée
4*	1490 m	2 jours

SAMEDI

Dénivelé	Durée	Distance
720 m	5h30	15 km

Sous les sommets du massif de l'Estrop, découvrez le Bois de la Julie, les hameaux accessibles uniquement à pied de Vière (œuvre de Richard Nonas), de Pié Fourcha, le col de Mariaud et le village de Le Vernet.

Hébergement à l'Asinerie Tis'Anes

DIMANCHE

Dénivelé	Durée	Distance
770 m	5h	13 km

Depuis Le Vernet, vous gagnerez la cabane pastorale des Têtes et ses alpages, l'ancien hameau de l'Immerée et le petit village de Saume Longe.

TARIF
45 €

Rendez-vous : Digne-les-Bains – Plan d'eau à 7h30

Animateurs : Michel PRATS et Bernard ROSI (Club rando ASMEL)

Sur ce séjour : Repas du samedi soir, nuitée, petit déjeuner et pique-nique du dimanche compris.

➤ Prévoir le pique-nique du samedi midi et un duvet. Affaires acheminées au gîte par l'organisation.

TREK 2 jours

© Jérémie SUBIAS

07

SOMMETS DU GEOPARC DE GERUEN AU MASSIF DES MONGES

↘ 20 personnes max

Hervé et Claude vous emmènent à la découverte de 2 sommets emblématiques du GEOPARC de Haute-Provence : la crête de Gérüen et le sommet des Monges, entre trek sauvage, alpages, grands espaces et vues panoramiques ! **Randonnée sportive pour bons marcheurs.**

Authon, Castellard-Mélan

Niveau	Déniélé	Durée
4*	1650 m	2 jours

SAMEDI

Déniélé	Durée	Distance
700 m	6h	15 km

Depuis la vallée du Vançon, l'itinéraire monte jusqu'à la crête de Gérüen (1797 m; vue panoramique), avant de revenir par Font Belle, la dalle à ammonites et le GR® 6 jusqu'à Authon.

Hébergement au gîte d'étape d'Authon

DIMANCHE

Déniélé	Durée	Distance
950 m	6h	14 km

Après avoir rejoint la crête de Pierre Mont, l'itinéraire monte dans les alpages jusqu'au sommet des Monges (2115 m) et revient par la crête de Raus et le col de la Sapie à Authon.

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 7h30

Animateurs : Claude JUHAN et Hervé HEURTAUD (Club Rando ASMEL)

Sur ce séjour : Repas du samedi soir, nuitée, petit déjeuner et pique-nique du dimanche compris.

➤ Prévoir le pique-nique du samedi midi et pour le gîte serviette et contenant pour le pique-nique (draps fournis). Affaires acheminées au gîte avec les participants.

TARIF
45 €



08

LE VALLON DU LAVERQ, UN COIN DE PARADIS

➤ 15 personnes max

Derrière la ligne de crête de la Blanche se cache le vallon du Laverq où coule la rivière du Riou de la Blanche. Ce vallon alpin est entouré de sommets emblématiques : Petite et Grande Séolane, Tête de l'Estrop... Son isolement et sa topographie en font un coin de paradis pour les randonneurs aguerris !

Méolans-Revel

Niveau	Dénivelé	Durée
5*	2100 m	2 jours

SAMEDI

Dénivelé	Durée	Distance
1280 m	5h	11 km

Depuis le vallon du Laverq vous irez faire l'ascension de la Petite Séolane (2846 m) dominant la vallée.

Hébergement au refuge du Laverq

DIMANCHE

Dénivelé	Durée	Distance
820 m	6h	18 km

Au pied de l'ancien glacier de l'Estrop, cette randonnée présente une grande variété de paysages et permet d'accéder à une zone humide protégée où s'entrelacent une multitude de petits ruisseaux : les eaux tortes du Laverq (2278 m).

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 7h30

TARIF
45 €

Animateurs : Richard BONNET et Jean-Michel PHILLIP (Club ADRI Rando 04)

Sur ce séjour : Repas du samedi soir, nuitée, petit déjeuner et pique-nique du dimanche compris.

➤ Prévoir le pique-nique du samedi midi et un drap sac ou duvet pour le refuge - Affaires acheminées au refuge avec les participants (accès voiture).

RANDOS *Samedi*

09

BALADE BOTANIQUE

Balade accompagnée par Emelyne, botaniste et cueilleuse professionnelle, pour découvrir la flore locale et médicinale de notre région. En cueillant à la main les plantes en montagne, nous allons chercher l'essence d'une nature sauvage intacte et puissante.

↘ 12 personnes max

Digne-les-Bains

Niveau	Déniélé	Durée	Distance
1*	10 m	1h30	2 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 14h

Animateur : Emelyne AUPY (SARL Milefolia - Herboristerie et cosmétiques)

TARIF
5€

10

RANDONNEE GOURMANDE AVEC UN CHEF CUISINIER

Au cours du sentier de découverte de Caguerenard vous allez découvrir, en compagnie du Chef Frédéric PAYAN, les différentes variétés végétales comestibles et au terme de la randonnée aura lieu une dégustation gourmande au Musée Promenade (centre d'interprétation du Géoparc Mondial UNESCO de Haute-Provence). Visite gratuite du musée et retour libre au centre-ville.

↘ 15 personnes max

Digne-les-Bains

Niveau	Déniélé	Durée	Distance
2*	100 m	2h	5 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 14h30

Animateur : Frédéric PAYAN (Chef cuisinier des Alpes de Haute-Provence)

TARIF
5€

RANDOS *Samedi*

11 **DECOUVERTE DE LA BIODIVERSITE DES ZONES HUMIDES**

↘ **16 personnes max**

Digne-les-Bains			
Niveau	Déniélé	Durée	Distance
2*	50 m	6h	7 km

En compagnie de naturalistes de la Ligue de Protection des Oiseaux, venez observer et découvrir les milieux humides et leur faune spécifique (oiseaux, mammifères, insectes...). Balade découverte entre le lac de Gaubert et le golf de Digne-les-Bains. **Prévoir un pique-nique.**

Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 7h30

TARIF
5€

Animateurs : Philippe NAWAL et Agnès DE PINHO
(LPO-PACA groupe Bléone-Durance)

12 **DECOUVERTE DE LA RESERVE ORNITHOLOGIQUE DE HAUTE-PROVENCE**

↘ **15 personnes max**

Château-Arnoux, l'Escale, Volonne			
Niveau	Déniélé	Durée	Distance
2*	50 m	5h	10 km

Sortie familiale sans déniélé avec Jo et Nelly autour de la retenue de l'Escale pour découvrir la biodiversité de cette partie de la Durance et ses divers enjeux (site Natura 2000). Nombreux sites de découverte et d'observation naturaliste.

Prévoir un pique-nique.

Rendez-vous : Château-Arnoux
Office du Tourisme à 9h

TARIF
5€

Animateurs : Jo GRACI et Nelly TOSEL
(Association La Cistude)

13

BALADE GEOLOGIQUE SUR LE SENTIER DE LA CHAPELLE DE SAINT-PANCRACE

↘ **20 personnes max**

Afin de célébrer la randonnée et ses activités de pleine nature, les équipes du Géoparc mondial UNESCO de Haute-Provence vous invitent à une balade sur le sentier de la chapelle de Saint-Pancrace. Au programme, château de la Reine Jeanne, refuge d'art des bains thermaux d'Andy Goldsworthy, chapelle de Saint-Pancrace, panorama sur Digne-les-Bains, mais aussi lecture du paysage et observation des roches.

Prévoir un pique-nique

Digne-les-Bains			
Niveau	Déniélé	Durée	Distance
3*	200 m	3h	5 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 9h

TARIF
5€

Animateurs : Maëla LEVIGNE et Marie-Jo SONCINI (PAA - Géoparc mondial UNESCO de Haute-Provence)



14

RANDO DECOUVERTE DU TETRAS-LYRE

Sortie découverte avec Louis (accompagnateur au Fanget) et Sidonie (spécialiste du Tétras lyre) depuis le col du Fanget en direction du plateau d'Iroire et du massif des Monges. Découvrez le lieu de vie du Tétras lyre, oiseau emblématique de l'étage alpin, entre alpages et sous-bois, à la recherche des indices de sa présence... **Prévoir un pique-nique.**

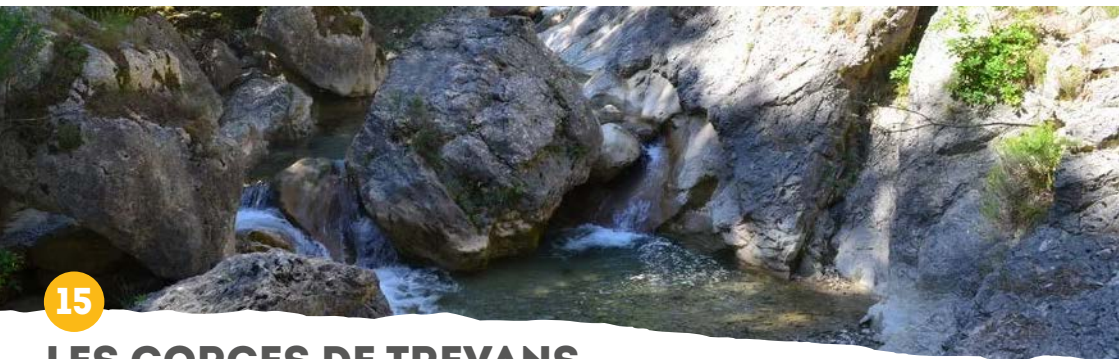
↳ 17 personnes max

Auzet			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	200 m	5h	10 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h

Animateurs : Louis TEYSSIER et Sidonie BOURDEL (Accompagnateur en montagne du Fanget et chargée de mission sensibilisation Tétras lyre)

TARIF
5€



15

LES GORGES DE TREVANS

Au cœur des gorges de Trévans (site Natura 2000, Réserve Biologique) pénétrez dans ce site remarquable préservé (passage sous roche, traversée de l'Estoublaisse, torrent du Pas de l'Escale..) et gagnez la chapelle Saint-André, ruine d'un ancien monastère datant du XII^e siècle.

Prévoir un pique-nique.

↳ 20 personnes max

Estoublon			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	500 m	4h	8 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h30

Animateurs : Jean-Pierre LECOMTE et Virginie DORFMANN (Club ADRI Rando 04)

TARIF
5€

16 LE TOUR DU LAC DE L'ESCALE AVEC JOELETTE

↘ 25 personnes max

Au départ de l'Office du tourisme de Château-Arnoux, les bénévoles de l'association Handi Cap Evasion vous emmèneront découvrir le château du village, le circuit « au fil de l'eau » et le « tour du lac ». De nombreux panneaux d'interprétation vous présenteront la faune et la flore de cet environnement exceptionnel : roselières, ripisylve, castors, oiseaux sauvages... Le parcours traversera également la Durance par la passerelle « himalayenne » de Haute-Provence. Il s'agit d'une sortie patrimoniale sans difficulté, mais c'est également une randonnée

Château-Arnoux, Volonne			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	50 m	4h	10 km

joëlette (fauteuil roulant tout terrain adapté à la randonnée), donc partagée avec des personnes en situation de handicap. Richesse des échanges assurée ! Possibilité de s'initier au maniement de ce fauteuil mono-roue aux capacités de franchissement impressionnantes !

Prévoir un pique-nique.

Rendez-vous : Château-Arnoux - Office du Tourisme à 9h

TARIF
5€

Animateur : Bernard BARATELLI (Association Handi Cap Evasion 04)

17 LES CASCADES DES RAVINS DE BANASTIER ET DE L'ESCURÉ

↘ 15 personnes max

Digne-les-Bains			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	500 m	4h30	10 km

Dans les paysages magiques des terres noires, Bernard vous emmènera remonter le ravin du Banastier en admirant au passage ses cascades, puis vous descendrez le ravin sauvage de l'Escure. Après plusieurs passages à gué, vous rejoindrez les ravins de Côte Chaude et de Flambart pour terminer cette belle randonnée. **Prévoir un pique-nique.**

**Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 9h30**

TARIF
5€

Animateur : Bernard CANO
(Club rando ASMEL)

18 LES BALCONS DE LA DURANCE

↘ 15 personnes max

L'Escalé, Volonne			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	500 m	5h30	14 km

Au départ de l'Escalé, parcours alternant de nombreux passages en sous-bois sur sentiers et plusieurs petites ascensions (montagnes russes). Belles vues dégagées sur la vallée de la Durance. Itinéraire en boucle avec retour par le village de Volonne.

Prévoir un pique-nique.

**Rendez-vous : Château-Arnoux
Office du Tourisme à 8h**

TARIF
5€

Animateur : Ghislaine RENARD
(Club Sisteron Rando)

19 LES CRETES DE CHATEAU-ARNOUX

➤ 20 personnes max

Château-Arnoux			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	550 m	5h30	13 km

Une boucle sur les crêtes de Château-Arnoux par des sentiers balisés ou non, avec des panorama à 360° sur la vallée de la Durance et la montagne de Lure. Elle emprunte le GR® 653D (sentier de St-Jacques de Compostelle) en passant au Vieux Châteauneuf puis retour par la forêt. **Prévoir un pique-nique.**

Rendez-vous : Château-Arnoux Office du Tourisme à 8h30

Animateurs : Bernadette GUILHAUMON et Gérard COURAUD (Club Maljajai Rando)

TARIF 5€

20 LE TOUR DES BLACHES RANDONNEE AVEC LES FORESTIERS DE L'ONF

➤ 18 personnes max

La Javie, Le Brusquet, Draix			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	530 m	5h	14 km

Depuis la place du village de la Javie, Sébastien et Maxime (techniciens ONF) vous emmèneront randonner en forêt domaniale de Haute-Bléone pour découvrir le RTM (Restauration des Terrains en Montagne). Après un passage au parc forestier Lucien Auzet sur le secteur du Brusquet, vous découvrirez le rôle de l'ONF, la filière bois et les enjeux environnementaux de ces milieux. Pique-nique au refuge d'art de Belon. En fin de sortie visite gratuite de l'écomusée de La Javie. **Prévoir un pique-nique.**

Rendez-vous : Digne-les-Bains Plan d'eau à 8h

Animateurs : Sébastien SERRANO et Maxime SORANZO (ONF/RTM)

TARIF 5€



21 DES TERRES NOIRES AUX PIERRES BLANCHES

Cette randonnée au départ de Marcoux vous conduira sur le site des Terres Noires, mondialement connu des vététistes. Après quelques passages en sous-bois, par l'Escure et le Bois de Latty, vous découvrirez ces paysages lunaires dans lesquels des pierres blanches jalonnent l'itinéraire. Des paysages spectaculaires à découvrir ! **Prévoir un pique-nique.**

➤ 16 personnes max

Marcoux			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	600 m	6h	13 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h30

Animateurs : Jean-Pierre SUAU, Jean François TERMONIA (Commune de Marcoux)

TARIF 5€

RANDOS

Samedi

22

LA MONTAGNE DE BEYNES

Une belle boucle qui nous fera partir du col de la Croix vers 900 m d'altitude pour arriver au sommet à 1600 m. Le parcours est varié (forêt de pins, crête rocailleuse, pâturages, tantôt piste ou sentier). Au sommet, une lecture du paysage s'impose. La nature nous donnera matière à apprécier notre belle région. **Prévoir un pique-nique.**

↘ **20 personnes max**

Beynes

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	750 m	6h	13 km

TARIF
5€

Rendez-vous : Digne-les-Bains – Plan d'eau à 8h

Animateurs : Enzo GHIRARDINI et Anne SUFFIT (Club Randurance)

23 SAINT-JURS ET SOMMET DE L'AGRA

↘ **15 personnes max**

Saint-Jurs

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	780 m	6h	14 km

Départ du village de Saint-Jurs, montée progressive jusqu'au sommet de l'Agra, d'où l'on peut apercevoir la Montagne de Lure, le Ventoux, la Sainte Victoire... Le retour s'effectue par les ruines de Mouresse, le bord de la rivière du Coloste. Itinéraire avec une grande variété de paysages dans le Parc naturel régional du Verdon.

Prévoir un pique-nique.

**Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 7h**

TARIF
5€

Animateurs : Simone BLANC et Luisa VAZQUEZ
(Club rando Les Godillots Fleuris)

24 LES CRETES DU CARTON DEPUIS TERCIER

↘ **15 personnes max**

Prads Haute-Bléone

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	840 m	6h	12 km

Au départ de Tercier, Marie-Joëlle et Jean-Pierre vous emmènent faire une boucle qui suit la crête du Carton (2100 m) entre le massif de l'Estrop et celui du Cheval Blanc. Cette crête est au départ légèrement aérienne, avec quelques passages où il faut mettre les mains, puis elle se poursuit dans les alpages pour redescendre au col de la Baisse. De là un sentier balisé passant par des cabanes pastorales nous ramène au charmant hameau de Tercier. **Prévoir un pique-nique.**

**Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 8h**

TARIF
5€

Animateurs : Marie-Joëlle ALLARD
et Jean-Pierre MARY (Club ADRI Rando 04)

25

LE HAMEAU DE CREISSET ET LA CHAPELLE SAINT ETIENNE

↘ 20 personnes max

Depuis la passerelle de Creisset, franchissant la rivière de l'Asse, vous monterez par un vieux sentier au village en ruine de Creisset. Passé ce site chargé d'histoires, vous gagnerez la cabane forestière du Haut Villard, le Clôt Danougou et la chapelle Saint-Etienne dominant la vallée. Une dernière descente au col des Chandres vous permettra de rejoindre la passerelle. **Prévoir un pique-nique.**

Chabrières - Beynes

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	840 m	6h30	18 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h

Animateurs : Gilbert HENRY, Reina BOMAS et Jacky LETELLIER (Club Rando Evasion Verdon)

TARIF
5€

26 LA ROCHETTE - LES CLOS

↘ 12 personnes max

Selonnet

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	550 m	4h	12 km

Au départ de la place de Selonnet, montée dans une robine puis dans les bois pour finir dans des sentiers rocailleux. La suite se déroule en faux plat depuis La Rochette jusqu'au ravin des Ganiayes, qui sera suivi par la descente parfois raide. Depuis le hameau du Haut Chardavon, l'itinéraire suit le GR®6 jusqu'au retour à Selonnet par une petite route puis une large piste. **Prévoir un pique-nique.**

**Rendez-vous : Seyne
Office de tourisme à 8h30**

TARIF
5€

Animateurs : Christian DUVAS
et Pierre DAUTREMER (Club Encoungoura)

27 LE SOMMET DU DOS DE CHAMEAU

↘ 15 personnes max

Seyne

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
5*	1100 m	7h	10 km

Ce superbe sommet de la Montagne de la Blanche et d'accès facile, nommé La Moutière ou le Dos de Chameau (2596 m), peut s'atteindre par les deux côtés du col la Pierre. Eric et Evelyne emprunteront le côté cabane des mulets pour vous faire découvrir des paysages alpins exceptionnels !

Prévoir un pique-nique.

**Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 6h30**

TARIF
5€

Animateurs : Eric SENEQUIER
et Evelyne DEAMBRI (Club rando Les Gauvts)

RANDOS

Dimanche



28

BALADE BOTANIQUE

Balade accompagnée par Emelyne, botaniste et cueilleuse professionnelle, pour découvrir la flore locale et médicinale de notre région. En cueillant à la main les plantes en montagne, nous allons chercher l'essence d'une nature sauvage intacte et puissante.

Prévoir un pique-nique.

↳ 12 personnes max

Entrées

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
1*	10 m	1h30	2 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains – Plan d'eau à 9h

TARIF
5€

Animateur : Emelyne AUPY (SARL Milefolia - Herboristerie et cosmétiques)

29

BALADE DESSIN SUR LE SENTIER DE CAGUERENARD

Randonnée découverte et initiation au dessin en plein air avec un enseignant de l'école d'art intercommunale de Digne-les-Bains. Florent vous guidera dans le travail du dessin sur le sentier de Caguerenard et au Musée Promenade (entrée gratuite). **Prévoir matériel de croquis (carnet, crayons, gomme...)** et un pique-nique.

Du matériel complémentaire sera prêté par l'enseignant.

↳ 12 personnes max

Digne-les-Bains

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	50 m	6h	5 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains – Plan d'eau à 9h

TARIF
5€

Animateur : Florent CONTIN-ROUX (Enseignant PAA à Ecole d'art IDBL)

RANDOS

Dimanche

30

VISITE GUIDÉE DE MOUSTIERS-SAINTE-MARIE

Visite guidée de Moustiers-Sainte-Marie et de sa chapelle. Après un tour de découverte du village de Moustiers, pour s'enivrer de son identité provençale encore très présente, nous entamerons l'ascension vers la chapelle N-D de Beauvoir. Les oratoires, les différents points de vue sur Moustiers et les environs ainsi que son

↗ 50 personnes max

Moustiers-Sainte-Marie			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	150 m	2h	2 km

étoile suspendue sont à découvrir pendant la montée. La visite se termine par la chapelle, ancien lieu de pèlerinage réputé.

Rendez-vous : Moustiers-Ste-Marie - Office de tourisme à 10h

GRATUIT - Animateur : Lucas DAELMAN (Office de tourisme Moustiers-Sainte-Marie)

31 DÉCOUVERTE DU VIVANT EN ZONE HUMIDE

↗ 16 personnes max

Mézel			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	10 m	5h	3 km

En compagnie de naturalistes de la Ligue de Protection des Oiseaux, découverte de milieux humides et de leur faune spécifique (oiseaux, mammifères, insectes...). Balade autour de la petite zone humide, du village de Mezel et le long de la rivière de l'Asse. **Prévoir un pique-nique et appareils photos conseillés.**

**Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 9h**

**TARIF
5€**

Animateurs : Agnès DE PINHO et Maxime VASSEUR
(LPO-PACA groupe Bléone-Durance)

32 SENTIER DE DÉCOUVERTE DE MARCoux

↗ 25 personnes max

Marcoux			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	100 m	2h	3 km

Après-midi, possibilité de monter au sommet de Saint-Michel (Niveau 3 - 1 km - Dénivelé 150 m).

Sortie familiale à la découverte de Marcoux et de son nouveau sentier de découverte : patrimoine naturel et bâti, visite commentée de l'église et du lavoir, arbre remarquable, eau, moulin, agriculture et forêt. Apéritif offert pendant la pause déjeuner. **Prévoir un pique-nique.**

**Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 9h**

**TARIF
5€**

Animateurs : Martine TERMONIA, Roselyne TOUQUET et
André PERSON (Association Voir Plus et Association du village)

33

LA MARCHÉ DES GLACIERS PAR LE MUSÉE GASSENDI

La marche des glaciers est la performance d'une marche collective consistant à parcourir en centre-ville la distance de la disparition de glaciers alpins. Cette expédition urbaine explore dans un voyage imaginaire le phénomène et les conséquences de la disparition des glaciers, en écho à l'exposition *Raconter le climat*, au musée Gassendi. De l'arpentage collectif naissent des sculptures, fossiles glaciaires imaginaires,

↘ **25 personnes max**

Digne-les-Bains			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	150 m	3h	4 km

qui par l'expérimentation, transforment un échec sociétal en victoire du commun. La marche des glaciers se fera avec l'artiste Sibylle Duboc, invitée par le Musée Gassendi. **Prévoir un pique-nique.**

TARIF
5€

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 9h

Animateurs : Sibylle DUBOC et Laurie HONORE (Musée Gassendi)

TOUT LE WEEK-END. C'EST AUSSI...

LES JOURNÉES EUROPÉENNES DU PATRIMOINE. VISITEZ GRATUITEMENT LES MUSÉES ET SITES PATRIMONIAUX DE DIGNE-LES-BAINS :

- **Musée Promenade**: sentiers ombragés, centre d'interprétation du Géoparc Mondial UNESCO de Haute-Provence.
- **Musée Gassendi** : exposition en visite libre « *Raconter le climat* »
- **Maison Alexandra David-Neel** (sur réservation 04 92 31 32 38) : Exposition *Guimet* + Digne. Japon (visites guidées) et ateliers d'origami. Découverte de la villa de l'écrivaine (visites guidées de 30 min).
- **Cairn foyer d'art contemporain** (sur réservation 04 92 31 45 29) : Exposition *Un pas dans l'eau* de Fabien Lerat (visites guidées).
- **Jardin des cordeliers** (sur réservation 04 92 31 45 29) : Samedi de 14h à 18h « *Home/Land* » du Begat Theater.
- **Visite guidée à la Préfecture** samedi à 11h.

RANDOS

Dimanche

34 RANDO YOGA SALUTATION AU SOLEIL

↘ 12 personnes max

Digne-les-Bains			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	250 m	2h	4 km

Randonnée en silence autour des trois chapelles avec pratique de yoga à la chapelle Saint-Michel. Une randonnée connectée à la nature et à soi-même, accompagnée par Anne enseignante de yoga, avec une pratique de yoga solaire, surya namaskar. **Amener une serviette pour la pratique sur l'herbe.**

**Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 7h**

TARIF
5€

Animateur : Anne MARCHANDISE
(Association Couleur yoga)

35 MARCHÉ NORDIQUE

↘ 15 personnes max

Digne-les-Bains			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	50 m	2h	10 km

Découvrez la randonnée autrement, avec la marche nordique, de Digne au plan d'eau, le lac de Gaubert et le Golf, en compagnie des animateurs de l'association ADRI Rando04. **Possibilité de prêt de bâtons.**

**Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 8h**

TARIF
5€

Animateurs : Michèle DUCLET
et Françoise CORONEL (Club ADRI Rando 04)



36

RANDONNÉE GOURMANDE AVEC UN CHEF CUISINIER

Découverte avec Nicolas et Frédéric des différentes espèces végétales sur le sentier des trois chapelles, et arrêt à la 3^{ème} chapelle pour une dégustation à base de recettes concoctées par le Chef Frédéric PAYAN avec des variétés végétales locales. Retour libre. **Prévoir un pique-nique.**

↘ 15 personnes max

Digne-les-Bains			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	300 m	2h	4 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h30

Animateurs : Frédéric PAYAN (Chef cuisinier des Alpes de Haute-Provence)
et Nicolas MAUREL (responsable biodiversité à Provence Alpes Agglomération)

TARIF
5€

RANDOS

Dimanche

37 À LA DÉCOUVERTE DU TETRA-LYRE ET DE LA FAUNE ALPINE

➤ 15 personnes max

Seyne			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	350 m	5h	6 km

Depuis le parking du Col Bas, Alex et Sidonie vous emmèneront vers la crête de la vallée de la Blanche (2100 m). Sur ces pentes vous découvrirez les différentes formes de faune et de flore de cet étage alpin et notamment les habitats du Tétralyre. Une découverte de la nature avec des spécialistes du milieu.

Prévoir un pique-nique.

Rendez-vous : Seyne
Office de tourisme à 9h

TARIF
5€

Animateurs : Alex MEAUX (accompagnateur en montagne) et Sidonie BOURDEL (chargée de mission sensibilisation au Tétralyre)

38 CRÊTES ET VUES PANORAMIQUES DU FANGET

➤ 17 personnes max

Seyne			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	200 m	5h	10 km

Sortie découverte avec Louis, accompagnateur en montagne et gérant de l'auberge montagnarde du Fanget, en direction de la crête de Fissac qui offre une vue panoramique sur la vallée de la Blanche et les sommets alpins environnants.

Prévoir un pique-nique.

Rendez-vous : Seyne
Office de tourisme à 9h

TARIF
5€

Animateur : Louis TEYSSIER
(Accompagnateur en montagne du Fanget)

39

RANDO THEATRE, À LA RECONTRE DE MARCEL PAGNOL AU VIEIL AIGLUN

Depuis la mairie d'Aiglun, Charles et Michel vous emmèneront au vieux village de Mallemoisson avant de monter sur les hauteurs d'Aiglun. Vous pique-niquerez avec une vue panoramique typique de la Haute Provence. Ensuite vous passerez par le vieil Aiglun et visiterez l'église rénovée datant de 1555. Au théâtre de verdure, face au pic d'Oise, vous assisterez à une représentation théâtrale de « il était une fois Marcel Pagnol » (spectacle offert). Après la représentation, vous rejoindrez la mairie en passant par les ruines de l'église Saint-Jean, datant du 13^{ème} siècle. **Prévoir un pique-nique.**

➤ 12 personnes max

Aiglun			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	450 m	6h30	10 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 10h

TARIF
5€

Animateurs : Michel AUDRAN
et Charles SPETH (commune d'Aiglun)

RANDOS

Dimanche

40

DE LA DALLE AUX AMMONITES AUX RUINES DU GIVAUDAN

Au départ de la dalle aux Ammonites, le plus célèbre site de la réserve naturelle géologique de Haute-Provence qui compte sur 320 m² plus de 1550 ammonites, Alain et Gilbert vous emmèneront sur le chemin de la plâtrière dans une ambiance colorée et minérale. Après une succession de marche dans ce mini-colorado, vous atteindrez le nouveau belvédère aménagé face au massif de la Blanche et au sommet du Blayeul. La randonnée se poursuivra en sous-bois par le vallon du Givaudan pour atteindre les ruines du hameau du même nom. Après l'apéritif offert

↘ 20 personnes max

Digne-les-Bains

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	500 m	4h	9 km

par les animateurs et la pause déjeuner, vous entamerez la descente sous les hêtres et les chênes par la chapelle de la Molière, avant de rejoindre le vallon de Givaudan et le parking de la dalle aux ammonites. **Prévoir un pique-nique.**

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h30

Animateurs : Alain PAYAN et Gilbert DELAYE (Club Malijai rando)

TARIF
5€

41

LE LAC DE STE CROIX VU DES CRETES DE PLEIN VOIR

Dans le Parc naturel du Verdon, gagnez le col de l'Âne et le col de Plein Voir pour profiter d'une vue panoramique exceptionnelle sur le lac de Sainte Croix. En chemin, Laurence et Marie vous montreront les fossiles, les ammonites, les grottes de St-Maurin, la résurgence... Une belle randonnée à l'embouchure des gorges du Verdon ! **Prévoir un pique-nique.**

↘ 12 personnes max

Moustiers-Sainte-Marie

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	620 m	6h	12 km

Rendez-vous : Moustiers-Ste-Marie - Office de tourisme à 8h30

Animateurs : Laurence LESTIENNE et Marie SAILER (Club CAF de Haute-Provence Digne)

TARIF
5€

RANDOS

Dimanche

42

SITE DU CHATELAS ET HAUTE VALLÉE DE L'ARIGEOL

De Saint-Pierre de Beaujeu, un sentier agréable, mêlant partie boisée et milieu plus ouvert, nous mène au site protohistorique du Castelas, siège d'une activité pastorale très ancienne.

Le retour offre un superbe promontoire sur le massif de l'Estrop (point culminant à presque 3000 m) et la barre des Trembles.

Prévoir un pique-nique.

➤ 20 personnes max

Beaujeu

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	600 m	5h	10 km

TARIF
5€

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h30

Animateurs : Marie-José ALLARD et Jean-Pierre Mary (Club ADRI Rando 04)

43

LA MONTAGNE DE GERUEN (1880 M)

Très belle randonnée panoramique au départ du col de Fontbelle. Par une montée tranquille, après avoir passé la crête de Géruen (une falaise à couper le souffle !), vous profiterez de vues magnifiques sur la vallée de Thoard et la montagne des Monges,

Prévoir un pique-nique.

➤ 16 personnes max

Castellard-Mélan

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	685 m	6h	12 km

TARIF
5€

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h

Animateurs : André PICARD et Richard BRUNET (Club rando ASMEL)

44 CRÊTE DE FESTON ET LES CHAPELLES

Au départ de la route du Col du Corobin, Christian et Colombe vous mèneront dans le cours du Mardaric. Après un petit passage délicat vous gagnerez le Villeron puis un sentier qui rejoint la crête du Feston. Point de vue au Sud. Après avoir traversé les robines, montée au château de la Reine Jeanne et à la chapelle Saint-Pons, passage à la chapelle Saint-Panrace, retour par le carrefour de la crête du Feston et une piste en balcon.

Prévoir un pique-nique.

↘ **12 personnes max**

Entrages			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	750 m	6h	17 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 7h30

TARIF
5€

Animateurs : Christian DUVA et Colombe DAUTREMER (Club Encoungoura)



45

LE BOIS DE LA JULIE ET L'ART EN MONTAGNE

Belle randonnée en forêt au pied du massif de l'Éstrop. Découverte du hameau de Vière, à 1200 mètres d'altitude, abandonné et oublié depuis 1936, dans une partie des plus reculées du territoire de la Haute-Bléone. Ce site abrite une œuvre de l'artiste new yorkais Richard Nonas : Edge-stones, 3 alignements de blocs de calcaires taillés qui rappellent les relations du village avec son environnement et son histoire. Cette œuvre

↘ **20 personnes max**

Prads Haute-Bléone			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	625 m	6h	11 km

fait partie de la collection de l'art en montagne, 160 œuvres réparties sur le territoire.

Prévoir un pique-nique.

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 7h30

Animateurs : Claude ESTIENNE et Denise MARTIN (Club rando ASMEL)

TARIF
5€

RANDOS

Dimanche



46

LE SOMMET DU MONT DENIER (1751 M)

↘ 20 personnes max

Au-dessus du village de Saint-Jurs, dominant le plateau de Valensole, nous gagnerons le point de départ le Collet, puis le col de la Cabane jusqu'au sommet du Mont Denier culminant à 1751 m.

La vue panoramique sur le lac de Sainte-Croix et les montagnes environnantes est à couper le souffle! Petite balade sur la crête dans les alpages, possibilité de voir des chamois. Retour au point de départ en passant par le col de Saint-Jurs.

Prévoir un pique-nique.

Saint-Jurs

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	650 m	6h	11 km

TARIF
5€

Rendez-vous : Moustiers-Ste-Marie - Office de tourisme à 8h

Animateurs : Jacky LETELLIER, Gilbert HENRY et Reina BUITER (Club Rando Evasion Verdon)

OUTDOOR *Samedi*



47

ACTIVITES OUTDOOR POUR TOUS

Venez vivre des expériences Outdoor Irresistibles au plan d'eau de Digne-les-Bains ! Toute la journée du samedi (9h-17h) des activités encadrées gratuites sont proposées au village outdoor autour du plan d'eau : tyrolienne, tour d'escalade de 8 m, slackline, parcours draisienne et maniabilité VTT, manège à vélos, vélos rigolos, canoë, paddle, cross fit, yoga, golf, ...

Rendez-vous :
Digne-les-Bains - Plan d'eau à 9h

GRATUIT
SANS INSCRIPTION

48

BAPTEME EN PARAPENTE

↘ **6 personnes max**

Digne-les-Bains			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	50 m	2h	1 km

Le club de parapente BLEON'AILES vous offre une expérience unique avec des baptêmes en parapente au-dessus de la ville de Digne-les-Bains! Départ du plan d'eau en navette jusqu'au site de décollage de l'Andran (environ 30 mn) et atterrissage sur le site de Champourcin ou stage Jean Rolland en fonction de l'aérologie (durée de vol entre 10' et 20'). Enfants à partir de 12 ans et pour des raisons techniques le poids maximum du passager ne peut excéder les 100 kg.

Sortie A : départ 8h30 du plan d'eau (3 passagers)

Sortie B : départ 10h du plan d'eau (3 passagers)

Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 8h et à 9h30

TARIF
5€

Animateurs : Alain PICOZZI et Ludovic DESCATOIRE (Club parapente BLEON'AILES)

OUTDOOR *Samedi*

49

INITIATION A L' ESCALADE

Initiation à l'escalade en falaise sur site naturel à Courbons au-dessus de Digne-les-Bains. Le club de l'ASPTT vous apprendra à mettre un baudrier, s'encorder et grimper en moulinette... Prévoir tenue de sport, baskets et vêtements chauds si besoin. Le matériel spécifique à l'escalade est prêté par le club.

Prévoir un pique-nique.

➤ 10 personnes max

Digne-les-Bains

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	40 m	6h	1 km

TARIF
5€

Rendez-vous : Digne-les-Bains – Plan d'eau à 9h30

Animateurs : Dominique ROUSSELLE et Emmanuel BUCHOUD (Club escalade ASPTT)

50

INITIATION A LA SPELEOLOGIE

Initiation spéléologie à la grotte de Méailles (à 1h15 de Digne), avec la section spéléologie du Club Alpin Français de Haute-Provence. Au programme : 1h30 à 2h de marche d'approche et d'équipement, 2h à 3h sous terre, 1h de marche retour.

Prévoir lampe frontale avec pile ou batterie de recharge, vêtements « tout terrain » et relativement chauds (environ 12° C sous terre). Casques et matériels spécifiques prêtés par le club. **Prévoir un pique-nique.**

➤ 6 personnes max

Méailles

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	400 m	6h	10 km

TARIF
5€

Rendez-vous : Digne-les-Bains – Plan d'eau à 8h

Animateurs : Maxime GORALSKI, Sylvain PEROT et Arya GORGY (Club Alpin Français de Haute-Provence)



51

VIA FERRATA DE PRADS HAUTE-BLEONE

↘ 8 personnes max

Découvrez la via ferrata de Meichira à Prads Haute-Bléone. Kira, guide diplômée d'escalade, vous accompagnera sur cette via ferrata proche des sommets de la Haute-Bléone. Une belle course en montagne avec vue sur le massif de l'Estrop.

Cotation assez difficile (AD+). Temps d'accès 15 min; Parcours en falaise 3 h; Temps de retour 45 min. Matériel fourni (casque, baudrier, longues). Enfants à partir de 140 cm et 40 kg. **Prévoir un pique-nique.**

Prads Haute-Bléone			
Niveau	Déniélé	Durée	Distance
3*	300 m	4h	5 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h30

Animateurs : Kira ENGLE (Guide d'escalade)

TARIF
5€

52 TRAIL DE DIGNE BY INTERSPORT

En compagnie de l'équipe d'Intersport et des organisateurs du Trail de Digne, venez courir sur le tracé du 12 km qui vous fera découvrir les paysages exceptionnels du Géoparc UNESCO de Haute-Provence au départ du centre-ville de Digne-les-Bains: sentier de Caguerenard, belvédères, sommet de l'Andran, sentiers du Musée Promenade... Un repérage encadré en prévision du Trail de Digne prévu le 12 octobre !

↘ 10 personnes max

Digne-les-Bains			
Niveau	Déniélé	Durée	Distance
3*	500 m	2h	12 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 9h30

Animateurs : Sébastien DELAYE et Héline DE SOUZA (INTERSPORT Digne-les-Bains et organisateur du Trail de Digne)

TARIF
5€

OUTDOOR *Samedi*

53 CANI BALADE

L'équipe de QANITTAK vous propose une cani balade: un vrai moment de partage avec leurs chiens de traneau. Après avoir fait connaissance avec les chiens et reçu les consignes nécessaires, vous équiperez les chiens. Vous partirez en balade au départ du Grand Puy. Créez un binôme avec le chien et découvrez la complicité qu'il peut exister entre l'humain et l'animal. Découvrez la traction que peut développer l'animal et comment la gérer lors de vos

➤ **10 personnes max**

Seyne			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	150 m	2h	4 km

déplacements. Prenez soin des chiens à l'arrivée, caresses et photos...

Le circuit est accessible à partir de 8 ans.

Prévoir un pique-nique.

TARIF
5€

Rendez-vous : Seyne - Office de tourisme à 9h30

Animateurs : Estelle et Nicolas JOUBERT (QANITTAK)



© Thibaut VERGOZ



© Thibaut VERGOZ

54 RANDO VTT À CHATEAU-ARNOUX

➤ **8 personnes max**

Château-Arnoux			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	150 m	3h	20 km

Parcours VTT (non électrique) d'initiation aux alentours de Château-Arnoux. Début par le joli tour du lac (10 kms), suivi d'une boucle sur le plan de Saint-Auban. Parcours empruntant uniquement des pistes, quelques sentiers et éventuellement des portions de route très peu fréquentées. Venir avec son VTT et le matériel nécessaire. **Prévoir un pique-nique.**

Rendez-vous : Château-Arnoux
Office de tourisme à 9h

TARIF
5€

Animateurs : Francis BLAISON
et Jean-Pierre BAILLY (Club ASTCAF 04)

55 RANDO CYCLOTOURISTE À DIGNE-LES-BAINS

➤ **12 personnes max**

Digne-les-Bains, Marcoux, Le Brusquet			
Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	280 m	3h	32 km

Randonnée cyclotouriste facile de 32 km, au départ de Digne-les-Bains, empruntant petites routes, découverte de la dalle aux Ammonites, le Clot de Jaline, villages de Marcoux, du Brusquet, du Moustereit et retour au plan d'eau. **Prévoir de quoi boire et grignoter.**

Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 9h

TARIF
5€

Animateurs : François MANENT
et Jean-Dominique BARIOLET
(Club Cyclotouriste Dignois)

OUTDOOR Samedi



56

DECOUVERTE DE LA DURANCE EN CANOË

Balade en canoë sur la Durance au départ de la base nautique de Volonne pour une découverte de la nature en famille, entre amis (espace naturel protégé, zone Natuta 2000). A partir de 6 ans.

Prévoir un pique-nique.

↘ **30 personnes max**

Volonne

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	0 m	5h	8 km

Rendez-vous : Château-Arnoux - Office de tourisme à 9h

Animateurs : Ravi SAUVAGEON et Yannick SERRES (Comité Départemental de Canoë Kayak et Sports de Pagaie des Alpes de Haute-Provence)

**TARIF
5€**



57

DESCENTE EN KAYAK DU JABRON A VOLONNE

Une expérience à vivre : la descente en Kayak sur la Durance, du Jabron à Volonne. Après un départ en navette depuis la base nautique de Volonne, vous découvrirez la rivière en kayak sur environ 10 km. A l'arrivée, possibilité de pique-niquer sur la terrasse de la base nautique. À partir de 8 ans.

Prévoir un pique-nique.

↘ **16 personnes max**

Volonne

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	-5 m	3h	10 km

Rendez-vous : Château-Arnoux - Office de tourisme à 9h

Animateurs : Ravi SAUVAGEON et Yannick SERRES (Comité Départemental de Canoë Kayak et Sports de Pagaie des Alpes de Haute-Provence)

**TARIF
5€**

OUTDOOR

Samedi

58

DECOUVERTE DU CANYONING

Le Galabre est le canyon découverte idéal pour s'initier au canyoning en famille ou entre amis dès le plus jeune âge. Accessible, varié et aquatique, il réunit tous les ingrédients pour vivre des sensations inoubliables dans un cadre naturel apaisant. On y retrouve tout ce qui fait le plaisir du canyoning : rappels, toboggans et petits sauts. Un petit haure de fraîcheur et de plaisir. **Prévoir un pique-nique.**

↘ 16 personnes max

La Robine-sur-Galabre

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	50 m	3h	3 km

Sortie A : départ 8h30 (8 personnes)

Sortie B : départ 14h (8 personnes)

TARIF
5€

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h30 et à 14h

Animateur : Mathieu PISSEMBON (Guide « Alpes Provence Canyon »)

59

GOLF

Le Golf Resort de Digne-les-Bains vous propose une découverte de l'activité golf dans un cadre naturel exceptionnel en compagnie d'un professionnel diplômé. Sport de plein air, la pratique du golf est extrêmement complète, elle allie activité physique, précision, concentration et stratégie. Ouvert à toutes et tous et pour tout âge. Matériel et balles fournies.

Prévoir un pique-nique.

↘ 8 personnes max

Digne-les-Bains

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
1*	-	2h	-

TARIF
5€

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 10h

Animateur : Anthony (Golf Resort de Digne-les-Bains)

OUTDOOR

Dimanche



60

ACTIVITES OUTDOOR POUR TOUS

Venez vivre des expériences Outdoor Irresistibles au plan d'eau de Digne-les-Bains ! Toute la journée du dimanche (9h-17h) des activités encadrées gratuites sont proposées au village

outdoor autour du plan d'eau : tyrolienne, tour d'escalade de 8 m, slackline, parcours draisiennne et maniabilité VTT, manège à vélos, vélos rigolos, canoë, paddle, cross fit, yoga, golf, ...



Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 9h

GRATUIT - SANS INSCRIPTION

OUTDOOR

Dimanche



© Thibaut VERGOZ

61

IRRESISTIBLE BALADE À VÉLO

ROUTE DES CLUES DE BARLES RESERVEE AUX CYCLISTES

Dans le cadre du Festival de l'Outdoor et de la Rando, en partenariat avec le Département des Alpes de Haute-Provence et l'association Digne à vélo, venez profiter d'une journée à vélo Irresistible avec la découverte des clues de Barles en famille ou en loisirs, sécurisée et sans voiture (route fermée à la circulation entre le village d'Esclangon et la sortie des clues de Barles de 9h à 14h - 12km aller/retour). Découverte des paysages du Géoparc mondial UNESCO

Digne-les-Bains La Robine-sur-Galabre - Barles

de Haute-Provence et de la Réserve naturelle nationale géologique avec les animateurs présents sur l'itinéraire. Ravitaillement offert par le Département à la sortie des clues (cabane des Germes). Aires de pique-nique sur l'itinéraire (passerelle du Bès, parking du Vieil Esclangon, source de Font Chaude, cabane des Germes).

Trois parcours possibles (itinéraires en aller-retour ; route partagée avec les voitures entre Digne-les-Bains et Esclangon) :

1. Départ/accueil parking village Esclangon : Distance : **12 km** - Dénivelé : **300 m**
2. Départ/ accueil parking de l'Ichtyosaure de la Robine : Distance : **20 km** - Dénivelé : **380 m**
3. Départ/accueil parking halle des sports/ stade Jean Rolland à Digne-les-Bains : Distance : **45 km** - Dénivelé : **500 m**

Balilage à suivre

Sortie libre et gratuite ouverte à tous, sans inscription



ALPES DE HAUTE
PROVENCE
LE DÉPARTEMENT

irresistible
ALPES DE HAUTE PROVENCE

provence
alpes
Géoparc mondial

unesco
Géoparc mondial



GÉOPARC
DE HAUTE
PROVENCE



OUTDOOR

Dimanche

© Aéronefs & Aérostats de Provence



62

VOL EN MONTGOLFIERE

Au cœur du Parc du Verdon, vivez cette expérience Irresistible avec un vol en montgolfière offert par Tom, de Aéro-Provence, au départ de Puimoisson. Au-dessus du plateau de Valensole, survolez les paysages provençaux et admirez les Alpes se dessiner à l'horizon. Après les présentations, le briefing et le gonflage du ballon c'est parti pour le grand vol (une heure à une heure trente dans le ciel). Après votre vol, Tom vous offrira un buffet campagnard composé de produits régionaux servi

➤ 6 personnes max

Puimoisson			
Niveau	Déniélé	Durée	Distance
1*	100 m	4h	-

dans un petit coin champêtre près du lieu de rendez-vous.

Prévoir des chaussures qui tiennent aux pieds, type baskets ou chaussures de marche (pas d'embarquement possible sans chaussures adaptées), un pantalon, une petite veste, pull ou polaire.

Rendez-vous : Puimoisson - Aéronefs & Aérostats de Provence à 7h

Animateur : Tom LACOUR (Aéronefs & Aérostats de Provence)

TARIF
5€

OUTDOOR

Dimanche

63 BAPTEME EN PARAPENTE

➤ 6 personnes max

Digne-les-Bains			
Niveau	Déniélé	Durée	Distance
2*	50 m	2h	1 km

Le club de parapente BLEON'AILES vous offre une expérience unique avec des baptêmes en parapente au-dessus de la ville de Digne-les-Bains ! Départ du plan d'eau en navette jusqu'au site de décollage de l'Andran (environ 30 mn) et atterrissage sur le site de Champourcin ou stage Jean Rolland en fonction de l'aérogologie (durée de vol entre 10' et 20'). Enfant à partir de 12 ans et pour des raisons techniques le poids maximum du passager ne peut excéder les 100 kg.

Sortie A : départ 08h30 du plan d'eau (3 passagers)

Sortie B : départ 10h00 du plan d'eau (3 passagers)

**Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 8h et à 9h30**

TARIF
5€

Animateurs : Alain PICOZZI et Ludovic DESCATOIRE (Club parapente BLEON'AILES)

64 INITIATION A L' ESCALADE

➤ 10 personnes max

Digne-les-Bains			
Niveau	Déniélé	Durée	Distance
3*	40 m	6h	1 km

Initiation à l'escalade en falaise sur site naturel à Courbons au-dessus de Digne-les-Bains.

Le Club Alpin Français de Haute-Provence vous apprendra à mettre un baudrier, s'encorder et grimper en moulinette... Séance accessible aux débutants et aux confirmés. Prévoir tenue de sport, chaussons d'escalade ou baskets et vêtements chauds si besoin. Le matériel spécifique à l'escalade est prêté par le club. **Prévoir un pique-nique.**

**Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 9h30**

TARIF
5€

Animateurs :
Quentin LYONS, Eric ROUGIER, Antoine DELVAL
et Maxime GORALSKI (Club Alpin Français de
Haute-Provence)

65

VIA FERRATA DE DIGNE-LES-BAINS

Au départ du centre-ville de Digne-les-Bains, partez à la découverte de la via ferrata du Rocher de Neuf Heures. Accompagnés de Kira (guide diplômée d'escalade) et de Jérémie (directeur du Géoparc), vous parcourrez cette via-ferrata agrémentée de poutres, ponts de singe, ponts népalais, d'une tyrolienne ainsi que de silhouettes d'oiseaux grandeur nature et de pupitres explicatifs. Arrivée au sommet du Rocher de Neuf Heures (vue panoramique). Cotation Difficile (D). Enfants à partir de 140 cm et 40 kg. Temps d'accès 45 min; Parcours en falaise 3h30; Temps de retour 40 min. Matériel fourni (casque, baudrier, longues).

Prévoir un pique-nique.

➤ 8 personnes max

Digne-les-Bains			
Niveau	Déniélé	Durée	Distance
4*	300 m	5h	6 km

Rendez-vous : Digne-les-Bains - Plan d'eau à 8h30

TARIF
5€

Animateurs : Kira ENGLE (guide d'escalade)
et Jérémie SUBIAS (PAA - Géoparc
mondial UNESCO de Haute-Provence)

OUTDOOR

Dimanche

66 CANYON ET PLATEAU DU VERDON

➤ 8 personnes max

Moustiers-Sainte-Marie

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	400 m	4h	6 km

Au départ de Moustiers-Sainte-Marie, au cœur du Parc naturel régional du Verdon, partez avec Bruno (guide professionnel) découvrir le plateau dominant le village et descendez par le canyon (sec) du ravin de Notre-Dame (petites descentes en rappel). Matériel fourni.

Prévoir un pique-nique.

**Rendez-vous : Moustiers-St-Marie
Office de tourisme à 9h**

TARIF
5€

Animateur : Bruno POTIE (Des Guides pour l'Aventure)

67 CANYONING À BRAMEFAN

➤ 8 personnes max

Hautes-Duyes

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
4*	150 m	4h	4 km

Découvrez le canyon de Bramefan avec une descente encadrée par Julien (guide professionnel) dans de belles gorges sauvages au pied des crêtes du Géruen. Canyon d'initiation sportif, au profil vertical, pour parfaire son autonomie en rappel.

Marche d'approche 20 min; Descente canyon 3h; Marche retour 35 min. Prévoir des chaussures et une tenue adaptée pour marcher dans l'eau, des vêtements secs et une serviette. Matériel de canyoning fourni par l'organisation.

Prévoir un pique-nique.

**Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 8h**

TARIF
5€

Animateur : Julien CANDY
(Guide Pro Verdon Activités)

68

RANDO VTT À CHATEAU-ARNOUX

Parcours VTT (non électrique) d'initiation aux alentours de Château-Arnoux se déroulant dans les hauteurs entre Montfort et Châteauneuf-Val-Saint-Donat. Parcours empruntant uniquement des pistes, quelques sentiers et éventuellement des portions de route très peu fréquentées. Venir avec son VTT et le matériel nécessaire. **Prévoir un pique-nique.**

➤ 8 personnes max

Château-Arnoux

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
3*	350 m	5h	25 km

Rendez-vous : Château-Arnoux - Office de tourisme à 9h

TARIF
5€

Animateurs : Francis BLAISON et Jean-Pierre BAILLY (Club ASTCAF 04)

OUTDOOR

Dimanche

69 GOLF

↘ 8 personnes max

Digne-les-Bains

Niveau	Déniélé	Durée	Distance
1*	-	2h	-

Le Golf Resort de Digne-les-Bains vous propose une découverte de l'activité golf dans un cadre naturel exceptionnel en compagnie d'un professionnel diplômé. Sport de plein air, la pratique du golf est extrêmement complète, elle allie activité physique, précision, concentration et stratégie. Ouvert à toutes et tous et pour tout âge. Matériel et balles fournies.

Prévoir un pique-nique.

**Rendez-vous : Digne-les-Bains
Plan d'eau à 10h**

TARIF
5€

Animateur : Anthony (Golf Resort de Digne-les-Bains)

70 DÉCOUVERTE DE LA DURANCE EN CANOË

↘ 30 personnes max

Volonne

Niveau	Déniélé	Durée	Distance
2*	0 m	5h	8 km

Balade en canoë sur la Durance au départ de la base nautique de Volonne pour une découverte de la nature en famille, entre amis (espace naturel protégé, zone Natuta 2000). À partir de 6 ans.

Prévoir un pique-nique.

**Rendez-vous : Château-Arnoux
Office de tourisme à 9h**

TARIF
5€

Animateurs : Ravi SAUVAGEON et Yannick SERRES
(Comité Départemental de Canoë Kayak et Sports
de Pagaie des Alpes de Haute-Provence)

71

DESCENTE EN KAYAK DU JABRON A VOLONNE

Une expérience à vivre : la descente en kayak sur la Durance, du Jabron à Volonne. Après un départ en navette depuis la base nautique de Volonne, vous découvrirez la rivière en kayak sur environ 10 km. À l'arrivée, possibilité de pique-niquer sur la terrasse de la base nautique. À partir de 8 ans.

Prévoir un pique-nique.

↘ 16 personnes max

Volonne

Niveau	Déniélé	Durée	Distance
3*	-5 m	3h	10 km

**Rendez-vous : Château-Arnoux
Office de tourisme à 9h**

TARIF
5€

Animateurs : Ravi SAUVAGEON
et Yannick SERRES (Comité
Départemental de Canoë Kayak et Sports
de Pagaie des Alpes de Haute-Provence)

OUTDOOR

Dimanche

72

KAYAK SUR LE LAC DE SAINTE-CROIX

↘ 12 personnes max

Moustiers-Sainte-Marie

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	-	2h	-

Depuis la base nautique de la Cadeno à Moustiers-Sainte-Marie, naviguez en autonomie sur un kayak double sur le lac de Sainte-Croix (sortie en couple, en famille ou entre amis ; 6 kayaks de 2 places).

Prévoir maillot de bain, serviette et de quoi se protéger du soleil.

Rendez-vous : Moustiers-Ste-Marie
Office de tourisme à 9h

TARIF
5€

Animateurs : Office du tourisme de Moustiers-Sainte-Marie

73

CANOË SUR LE LAC DE SAINTE-CROIX

↘ 12 personnes max

Moustiers-Sainte-Marie

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	-	2h	-

Depuis la base nautique de la Cadeno à Moustiers-Sainte-Marie, naviguez en autonomie sur un canoë double sur le lac de Sainte-Croix (sortie en couple, en famille ou entre amis ; 6 canoës de 2 places).

Prévoir maillot de bain, serviette et de quoi se protéger du soleil.

Rendez-vous : Moustiers-Ste-Marie
Office de tourisme à 9h

TARIF
5€

Animateurs : Office du tourisme de Moustiers-Sainte-Marie

74

PADDLE SUR LE LAC DE SAINTE-CROIX

Depuis la base nautique de la Cadeno à Moustiers-Sainte-Marie, naviguez en autonomie sur un stand up paddle sur le lac de Sainte-Croix !

Prévoir maillot de bain, serviette et de quoi se protéger du soleil.

Rendez-vous : Moustiers-Sainte-Marie - Office de tourisme à 9h

Animateurs : Office du tourisme de Moustiers-Sainte-Marie

↘ 6 personnes max

Moustiers-Sainte-Marie

Niveau	Dénivelé	Durée	Distance
2*	-	2h	-

TARIF
5€

OUTDOOR

Dimanche

75

AVIRON SUR LE LAC DE SAINTE-CROIX

Depuis la base nautique du village de Sainte-Croix du Verdon, en partenariat avec l'association voile et nautisme 04, découvrez l'aviron biplace sur le lac de Sainte-Croix en compagnie de moniteurs de l'association. Prévoir short, t-shirt et chaussures qui vont dans l'eau.

Sortie A : départ 9h30 de la base nautique (6 personnes)

Sortie B : départ 11h de la base nautique (6 personnes)

↘ 12 personnes max

Sainte-Croix du Verdon

Niveau	Déniélé	Durée	Distance
2*	-	1h30	-

TARIF
5€

Village de Sainte-Croix du Verdon - Base nautique au bord du lac à 9h/10h30

Animateurs : Association Voile et Nautisme 04

76

CATAMARAN SUR LE LAC DE SAINTE-CROIX

Naviguez sur un bateau à voile au cœur du Verdon, une expérience à vivre! Depuis la base nautique du village de Sainte-Croix du Verdon, en partenariat avec l'association voile et nautisme 04, découvrez le Catamaran sur le lac de Sainte-Croix avec un skipper. Prévoir short, t-shirt et chaussures qui vont dans l'eau.

Sortie A : départ 13h30 de la base nautique (4 personnes)

Sortie B : départ 14h30 de la base nautique (4 personnes)

Sortie C : départ 15h30 de la base nautique (4 personnes)

Sortie D : départ 16h30 de la base nautique (4 personnes)

↘ 16 personnes max

Sainte-Croix du Verdon

Niveau	Déniélé	Durée	Distance
2*	-	1h30	-

Rendez-vous : Village de Sainte-Croix du Verdon - Base nautique au bord du lac de 13h à 16h

Animateurs : Association Voile et Nautisme 04

TARIF
5€

WEEK-END 27-28 SEPT

2 événements Outdoor après le Festival

L'ESCALE
CHATEAU-ARNOUX
VOLONNE

**LA GAMBADE
ESCALAISE**
Souvenir Thierry Carmona

28ème
ÉDITION

20km
10km
5km

27 & 28
SEPTEMBRE
2025

www.decllic04.fr

100%
COURSE
NATURE



Inscription en ligne:
www.chronospheres.fr

BAR - RESTO
ENTRÉE
LIBRE

#3

FANGESTIVAL
AUBERGE DU FANGET
SA 27 SEPT

15H - 01H

Marché de Producteurs locaux

Trail : 8km (250m D+) ou 15km (500m D+)

Concerts et DJ set



Site de
pleine nature
du Fanget

Trail : 8 km (250 m D+)
ou 15 km (500m D+)

Informations Auberge du Fanget :
04 92 31 03 71

10^e édition
Inventerre
festival de la biodiversité 

Alpes vivantes

Du 30 septembre
au 5 octobre 2025



Digne-les-Bains
Château-Arnoux-Saint-Auban

www.festival-inventerre.com



©2025 - www.inventerre.com - Photographie © Roger LEONARD



FESTIVAL DE L'OUTDOOR ET DE LA RANDO

**UN ÉVÈNEMENT ORGANISÉ PAR PROVENCE ALPES AGGLOMERATION
AVEC LE SOUTIEN DE PLUS DE 60 PARTENAIRES
MERCİ AUX 200 BÉNÉVOLES DE NOTRE TERRITOIRE !**

Fédération Française de la Randonnée des Alpes de Haute-Provence (FFR04) et ses associations :

- ✓ ADRI Rando 04
- ✓ ASMEL
- ✓ ENCOUNGOURA
- ✓ HANDICAP EVASION 04
- ✓ GODILLOTS FLEURIS
- ✓ LES MARCHE PIEDS
- ✓ RANDO EVASION VERDON
- ✓ RANDURANCE
- ✓ SISTERON RANDO

Club Maljaj Rando - Maljaj

Club Les Gavots - Digne-les-Bains

Club ATSCAF 04 - Digne-les-Bains

CAF de Haute-Provence Rando et Escalade - Digne-les-Bains

Club ASPITT Rando et Escalade - Digne-les-Bains

Club Parapente Bléon/Aïles - Digne-les-Bains

Club VTT Rando04 - Digne-les-Bains

Club Cyclotouriste Dignois - Digne-les-Bains

Club QANITAK - Seyne

Aéronefs & Aérostats de Provence - Puimoisson

Association La Cistude - L'Escale

Association Ligue de Protection des Oiseaux - Les Mées

Association Haute-Provence Gourmande - Digne-les-Bains

Association Tis'Ânes - Le Vernet

Association Maraca - Digne-les-Bains

Association La Chamade - Digne-les-Bains

Association Couleur Yoga - Digne-les-Bains

Accompagnateurs en montagne (Louis Teyssier, Alex Meaux)

Base nautique Volonne

Base nautique Moustiers-Sainte-Marie

Base nautique Ste Croix - Association Voile et Nautisme 04

Comité Départemental de Canoë Kayak et

Sports de Pagaie du 04

Golf Resort Digne-les-Bains

Guide Escalade (Kira ENGLE, Bruno POTIE)

Guide Canyon (Mathieu PISSAMBON, Julien CANDY)

Milefolia Herboristerie et cosmétiques - Entrages

Magasin VTT Gallardo - Digne-les-Bains

Magasin InterSport - Digne-les-Bains

Magasin Décathlon - Digne-les-Bains

Auberge montagnarde du Fanget

Camping de l'Hippocampe

Ecolodge La Pastouliere

Refuge de l'Estrop

Refuge du Laverq

Refuge du Mont Chiran

Gîte des Monges

Ecole d'Art IDBL (PAA)

Géoparc de Haute-Provence (PAA)

Maison Sport Santé (PAA)

Maison de la Transhumance

Fédération régionale des chasseurs de PACA

Commune d'Aiglun

Commune de Château-Arnoux

Commune de Digne-les-Bains

Commune de Marcoux

Commune de Moustiers-Sainte-Marie

Commune de Seyne

Agence de Développement des Alpes de Haute-Provence

Conseil Départemental des Alpes de Haute-Provence

Musée Gassendi

Office National des Forêts

Office de tourisme Provence Alpes Digne-les-Bains

Office de tourisme de Moustiers-Sainte-Marie

Centre Culturel René Char - Digne-les-Bains

Les Rencontres Cinéma - Digne les Bains

provence
alpes

provence
alpes
DIGNÉ-LES-BAINS

unesco
Géoparc mondial

GÉOPARC
DE HAUTE
PROVENCE

FFRandonnée
www.ffrandonnee.fr

ALPES DE HAUTE
PROVENCE
LE DÉPARTEMENT

Ville de
DIGNÉ
les-Bains

Moustiers
Sainte-Marie
Office de Tourisme



Suivez le Festival de L'Outdoor et de la Rando

 [@festivaloutdoor.provencealpes](https://www.instagram.com/festivaloutdoor.provencealpes)

 [Festival de l'Outdoor](https://www.facebook.com/Festival de l'Outdoor)

DÉCOUVREZ TOUS NOS ITINÉRAIRES

VTT, Rando, Trail, Cyclo, Gravel...

+ 300 itinéraires



Téléchargez gratuitement l'appli
Provence Alpes Outdoor



À retrouver également sur provencelapesoutdoor.fr



provence
alpes **agglo**