



Séjour du Dimanche 23 Mai au Samedi 29 Mai 2021

**2 guides (brevet d'état) de montagne
2 groupes : 15 à 16 pers maxi/groupe**

Dimanche 23 mai : Pot d'accueil à 19h, présentation du programme de la semaine.

Lundi 24 mai : départ de l'hôtel à 9h pour :

G1 : Traversée de la crête du Bouis et lac de Saint-Léger (dénivelé 350m, 9 km)

G2 : Montée de la Salette et Lac de St Léger (dénivelé 300m, 10 km)

Lac de Saint-léger et visite de la chapelle (dénivelé 150m, 5 km) Repas : Buffet au Lac !

Mardi 25 mai : En route pour la Haute Ubaye ! Départ de l'hôtel à 8h30 (G1) 9h00(G2), (voiture 10mn)

G1 : Cascade de Costeplane (voile de la mariée) et montée possible vers le hameau de Dramonasc et Redescente par le pont romain (pas vraiment romain) (450m, 9 km extension l'après-midi)

G2 : Départ du Lac du Lauzet et montée à la cascade, petite boucle et descente vers le pont romain(!)
200m, 6 km

Mercredi 20 mai : Et si on visitait ?

Nous vous proposons une journée à la découverte de la Provence :

- Visite de Sisteron, ses andrones, sa citadelle (visite payante)
- Passage par Digne puis visite d'une fabrique d'huile d'olive

Jeudi 21 mai : Le pays de Seyne, Tourtorel et la cabane des mulets départ 9h00 (voiture 10 mn)

G1 : Tourtorel et la source de la blanche, montée le long d'une cascade en direction de la cabane des mulets, et ses alpages (450m,10 km environ)

G2 : Circuit similaire à G1 en faisant une montée plus courte à priori (et plus si affinité)

Apéritif et soirée concert avec NEIL au bar (chanteur irlandais)

Vendredi 22 mai : Et si on finissait ensemble ? Rendez-vous dans les Monges

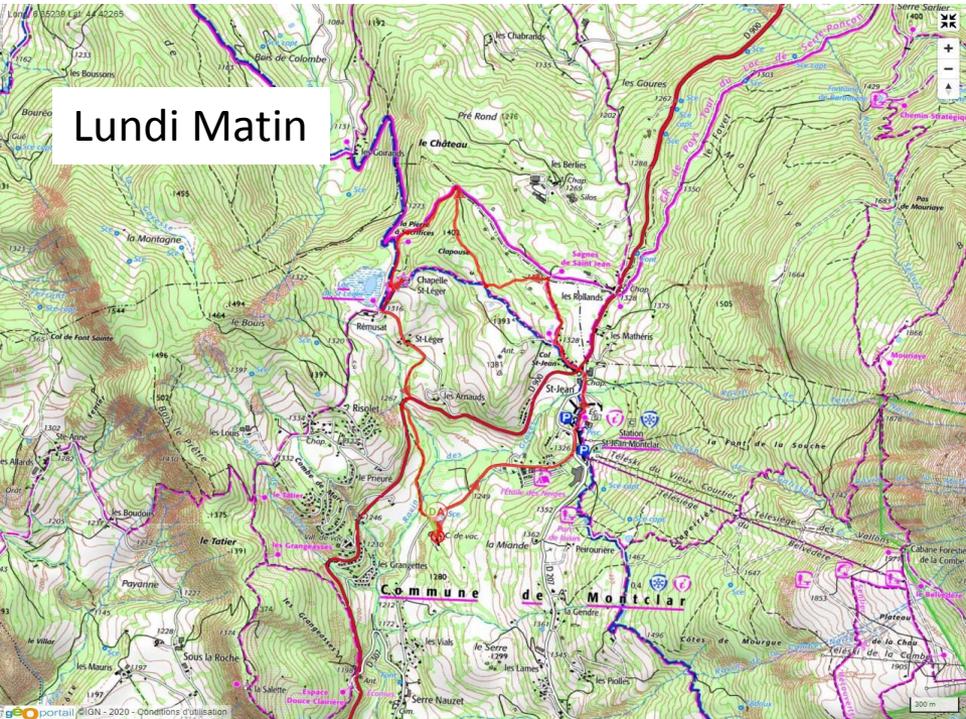
Départ 9h00 : tout le monde à la station de Chabanon, avec un objectif commun le plateau d'Iroir !

Un sentier, un belvédère, un sommet... tous mènent au pique-nique de fin de semaine,
Les dénivelés varierons de 0 à 500 m selon les souhaits

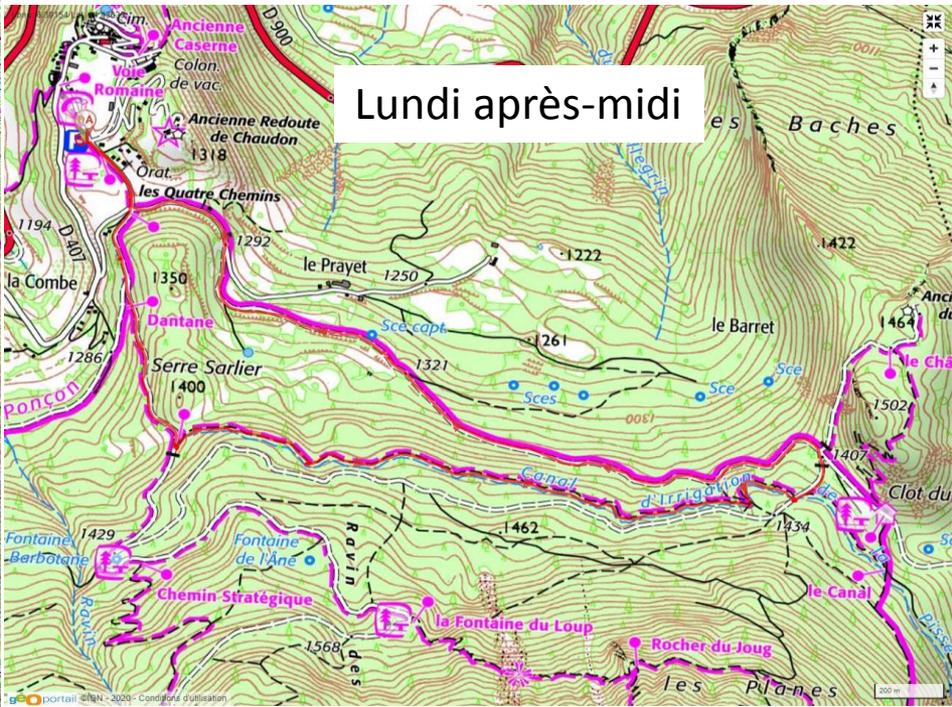
BONNE SEMAINE A TOUS



Lundi Matin



Lundi après-midi











Sentier découverte de Saint Léger
"Benvenuto !"

Benvenuto sul sentiero di Scopello! Questo sentiero è stato realizzato nel 2010 e ha una lunghezza di 1,5 km. È adatto a tutti, anche ai bambini. Il sentiero è segnalato con pannelli informativi e segnaletica gialla. Il sentiero è aperto tutto l'anno, eccetto in caso di maltempo o di lavori di manutenzione.

Benvenuto sul sentiero di Scopello! Questo sentiero è stato realizzato nel 2010 e ha una lunghezza di 1,5 km. È adatto a tutti, anche ai bambini. Il sentiero è segnalato con pannelli informativi e segnaletica gialla. Il sentiero è aperto tutto l'anno, eccetto in caso di maltempo o di lavori di manutenzione.

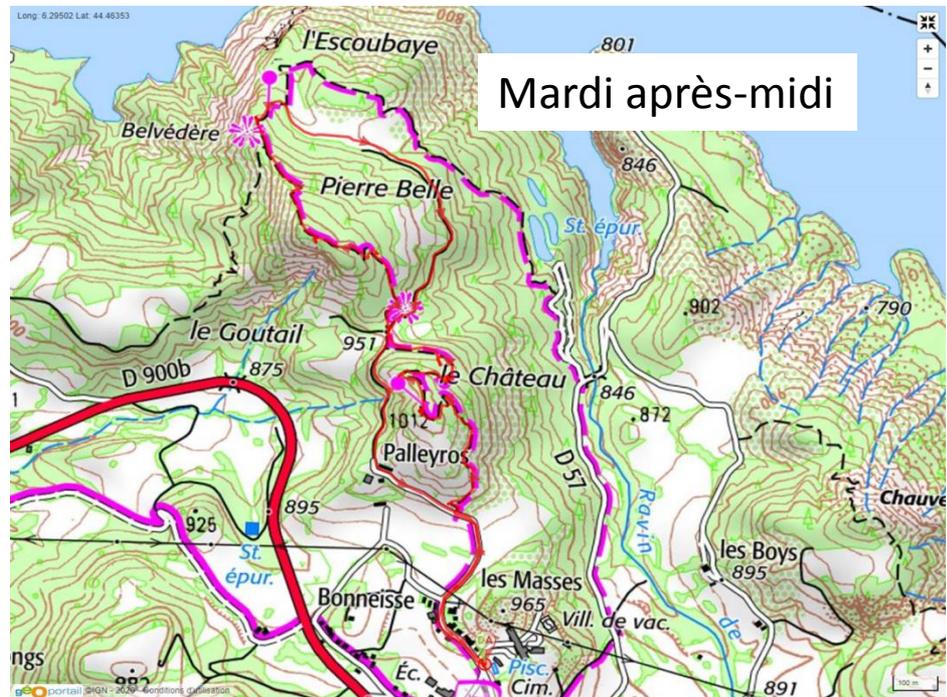
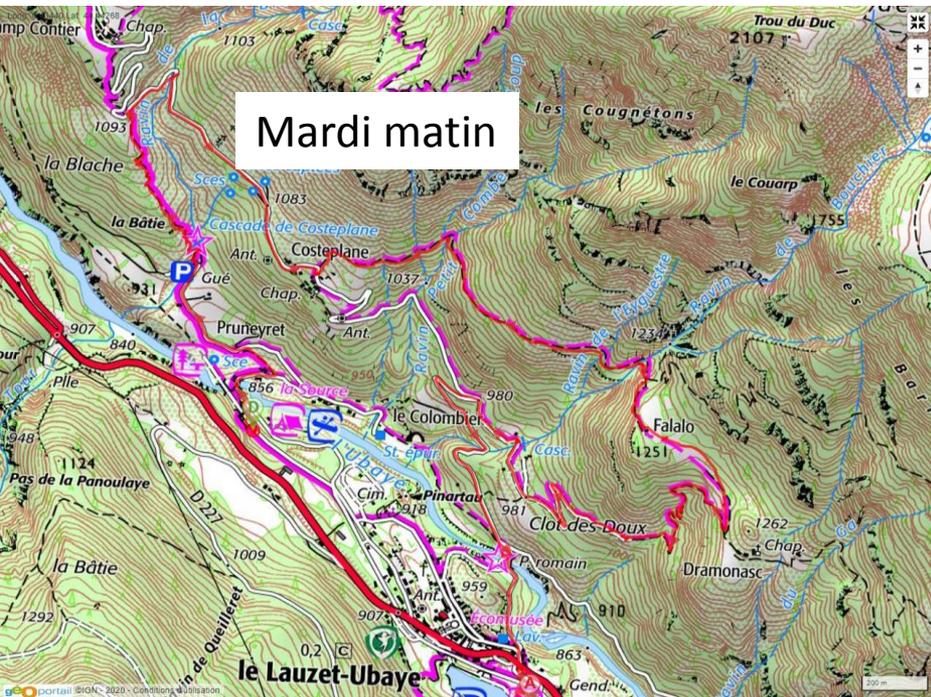






















Rando Découverte
Saviniennes



Mercredi 20 mai : Et si on visitait ?

Nous vous proposons une journée à la découverte de la Provence :

- Visite de Sisteron, ses Andrones, sa citadelle (visite payante)
- Visite de la dalle aux ammonites
- Passage par Digne puis visite d'une fabrique d'huile d'olive





landscape continues to change due to natural and man-made causes. This geosite is a national natural heritage site and the Unesco geopark of Haute Provence.

La légende des Pénitents

Vers l'an 800 le Comte Raimbaud, ayant anéanti le camp des Sarrasins qui dévastaient la région, épargna les sept femmes appartenant au harem. Les captives étaient belles, Raimbaud était jeune... Au lieu de les transférer en Arles où les autorités devaient décider de leur sort, il les enferma dans son château des Mées qu'il ne quitta plus. On peut imaginer les ragots que cela suscita.

Menacé d'excommunication par les pères abbés de Paillerols, le Comte Raimbaud fut contraint de reconduire ses prisonnières sur les berges de la Durance pour un embarquement immédiat sur un radeau descendant en Arles. Le jour du départ les moines et la population se rassemblèrent au pied de la colline. À la vue de la beauté de ces Mauresques, les moines habitués à l'austérité frémirent, de curieux les regards sous les capuchons devinrent concupiscent. Conscient du péril menaçant les religieux, le grand Saint Donat, depuis son ermitage, pétrifia sur le champ les moines dans leur robe de bure, afin de leur éviter une damnation imminente.

Ainsi va la légende et la croix du prieur est toujours figée dans le rocher.

The legend

Around the year 800, Count Raimbaud, having destroyed the camp of the Saracens who devastated the region, spared the seven women belonging to the harem. The captive women were beautiful, Raimbaud was young... Instead of transferring them to Arles where the authorities had to decide their fate, he locked them up in his castle of Mées which he never left. One can imagine the rumors which he spread. Threatened with excommunication by the abbots of Paillerols, Count Raimbaud was forced to take his prisoners to the banks of the Durance for an immediate departure on a raft going down to Arles. On the day of departure, the monks and the population gathered at the foot of the hill. At the sight of the beauty of these Moors, the monks used to austere looks from under their hoods, the monks of the order, the great Saint Donat, petrified the monks in their robes of sackcloth, in order to save them from an imminent damnation.











Andrones



La table des ammonites



Explication sur la fabrication de l'huile d'olive



Dégustation de l'huile d'olive













Cougnet
de l'Alizier

Alt : 1848 m





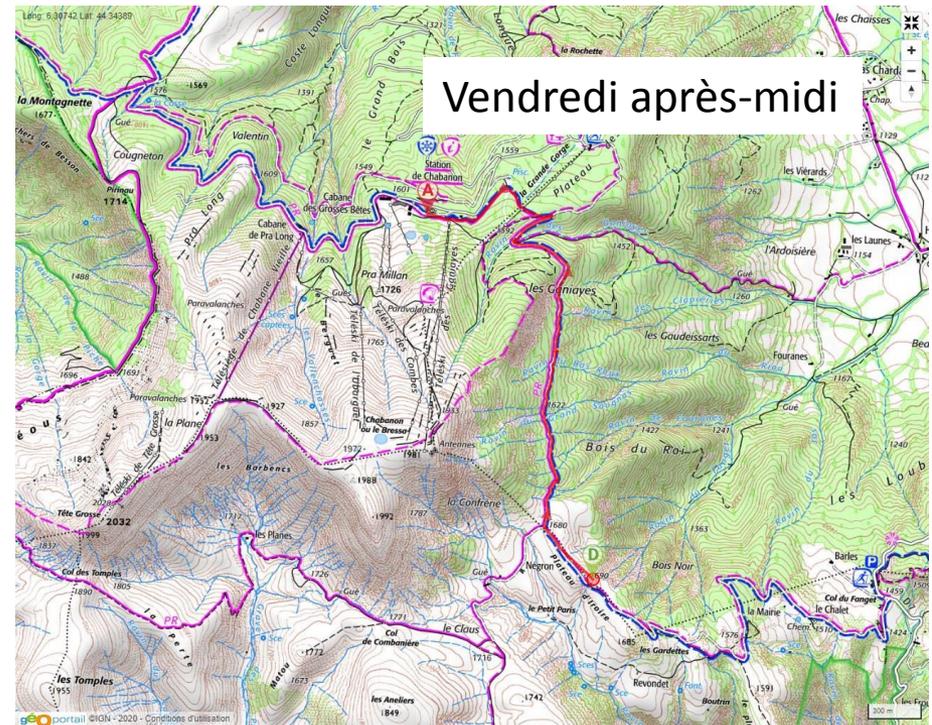
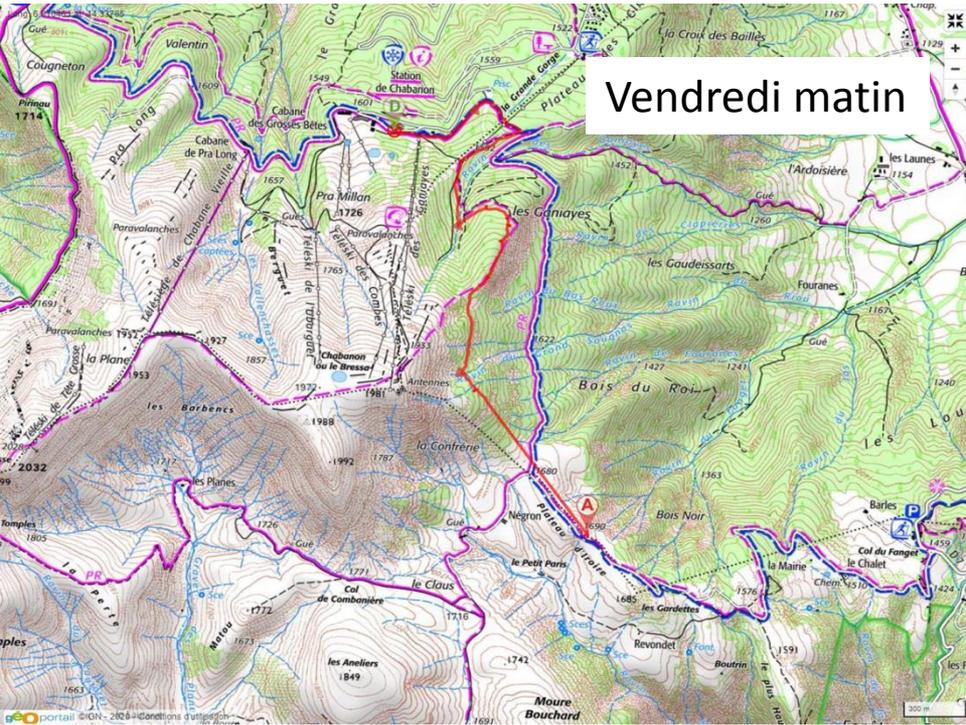


























Retour tous ensemble



Samedi sur le retour

Lac de Serre-Ponçon



Les Demoiselles Coiffées









A L'ANNEE PROCHAINE



RDS-FFR