

MASSIF DE LA SAINTE VICTOIRE

101) TRAIL « Lac de Bimont, Pas du Moine » 1h30 à 2h00, Orange

Un barrage au nord ouest de la Sainte Victoire, d'où nous partirons, pour rejoindre le pas du moine en direction du sommet. Pouvons-nous aller plus haut ? Bien sur, mais dans ce cas nous ferons le choix d'aller jusqu'à la Croix de Provence. Le pas du moine constitue une étape pour ceux qui débutent ou qui ne veulent pas se consacrer qu'au trail, ce jour là.

102) TRAIL « Prieuré, Croix de Provence » 1h45 à 2h15, Orange

Au départ du lac de Bimont, ou bien du versant sud en passant par le refuge Cézanne. Constitue un parcours soutenu en monté. Mais s'il y en a qu'un à faire, c'est bien celui là.

103) TRAIL « Les 3 refuges » 3h00 à 3h30, Rouge

La beauté des lieux vous fera oublier la difficulté de l'itinéraire. La Sainte Victoire au delà de vos espérances

104) TRAIL « Le Piémont sud » 1h15 à 1h30, Vert

Un parcours initiatique dans un décor idyllique. A éviter en été. Eventuellement le matin très tôt.

105) TRAIL « Gouffre de Garagay » 2h30 à 3h00, Rouge

Dans le sens de la monté, il faudra « s'accrocher » pour atteindre le sommet. Une érosion spectaculaire et une ascension hors du commun

106) TRAIL « Les 2 versants » 4h00 à 5h00, Noir

Cette fois c'est le grand jeu, l'engagement est total mais la difficulté reste gérable pour peu que l'on sache partir sans faire d'excès.



MASSIF DES ALPILLES

107) TRAIL « Les échelles du Gaussier » 3h30 à 3h45, Noir

Un trail surprenant par ses originalités, et ses paysages si flamboyants aux aurores

108) TRAIL « La Galine » 1h00 à 1h15, Vert

Parfaitement adapté à ceux qui désirent découvrir la discipline. Les sous bois sont nombreux, et, par conséquent, l'itinéraire peut être proposé en été

MASSIF DES ALPILLES

109) TRAIL « Les 2 vallons » 1h00 à 1h15, Vert

Itinéraire qui passe par les vallons de Valrugue et de Saint Clerg, deux écrins, faisant partie des plus beaux sites des Alpilles. Situés au cœur même de la zone de protection du biotope, le suivi des chemins et sentiers ainsi que la discrétion seront de rigueur

110a) TRAIL « Le col de Vallongue » 2h30 à 2h45, Rouge

Un choix d'itinéraire avec de nombreux passages techniques différents, rendent ce trail, ludique. L'itinéraire suit des sentiers assez peu fréquentés

110b) TRAIL « Le col de Vallongue » 1h30 à 1h45, Orange

Une version raccourcie du précédent, mais tout aussi appréciée et étonnante, avec une variante connue seulement de quelques chasseurs

(Ce trail n'est pas proposé durant les périodes de nidification et ponte)

111) TRAIL « Directissime de la Caume » 2h30 à 2h45, Rouge

Le plus court chemin est la ligne droite, certes, mais encore faut il respecter l'écosystème. Cela est possible en empruntant les sentiers qui bordent la zone de protection du biotope.

VALLEE DE L'UBAYE

112) TRAIL « Tour de la Roche Noire » 3h30 à 4h00, Noir

La Haute Ubaye, toujours aussi étincelante, nous servira de terrain de jeu pour ce parcours qui vous réservera quelques surprises, autant sur le plan des paysages rencontrés, que sur l'originalité

113) TRAIL « Pointe de Côte Belle » 3h15 à 3h45, Noir

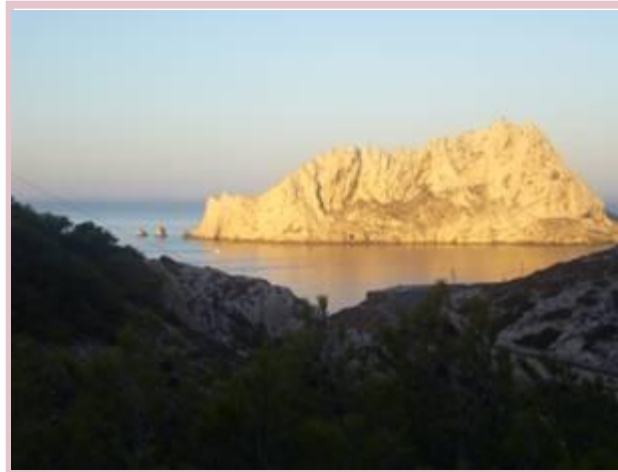
Au départ du lac de Jausier, un itinéraire, où il faudra prendre le temps de s'échauffer, pour une et une seule montée.

114) TRAIL « Tour du Grand Bérard » 2h30 à 3h00, Rouge

Lorsqu'on arrive au col et que l'on bascule sur l'autre versant, un grand soulagement, accompagné d'un sentiment de grande liberté vous envahi. Une liberté dont la clef se trouve au bout du vallon.

115) TRAIL « L'Alpet » 2h30 à 3h00, Rouge

Vertical ? Non, mais raide, certainement, et l'avantage de s'élever rapidement en altitude.
En prime, une vue panoramique sur la Haute Ubaye.



MASSIF DES BAUGES

116) TRAIL « Le Semnoz » 2h30 à 3h00, Rouge

Le lieu d'arrivée est différent du lieu de départ, un véhicule nous attendra, pour nous ramener dans la vallée. Un sommet que l'on peut atteindre en voiture. Depuis le sommet, une des vues les plus belles sur l'arc Alpin. (Depuis le massif des Ecrins jusqu'au massif du Mont Blanc)

LES CALANQUES

117) TRAIL « Sentier du littoral » 1h15 à 1h30, Vert

Initiatique et déroulant, un trail en bordure de mer qui donne envie d'aller plus loin. Un bon début dans la discipline.

118) TRAIL « Traversée Ouest Est » 5h00 à 6h00, Noir

Une grande classique en randonnée, mais pas en trail. De quoi avoir une bonne vue d'ensemble du massif. Permet de le découvrir et de l'adopter

LE VERDON

119) TRAIL « Le Sentier Martel » 4h30 à 5h00, Noir

Une version plus rapide que la randonnée présentée dans la formule découverte, mais tout aussi envoiante et déroutante. Les passages délicats se dérouleront au pas

120) TRAIL « L'Imbut » 4h00 à 4h30, Noir

Il fallait y penser, sans doute, cependant, tout comme le sentier Martel, nous resterons dans la version randonnée dans les secteurs pouvant présenter un risque.

MONT VENTOUX

121) TRAIL « Combes Curnier, Ansis » 4h30 à 5h00, Noir

Des gorges très étroites nous donnent le ton au départ de ce trail, qui se déroule sur le versant le plus doux de la montagne. Malgré une exposition sud nous ne sommes pas incommodés par la chaleur grâce à un itinéraire bien ombragé.

122) TRAIL « Le Jas des Pélerins » 4h30 à 5h00, Noir

Courir dans la plus grande Cédraie d'Europe jusqu'à la limite de la forêt, et au-delà, pour rejoindre un petit refuge qui fût naguère une bergerie

123) TRAIL « Col des Tempêtes » 2h30 à 3h00, Rouge

Cette fois, s'est au-delà de la forêt que nous évoluerons. Un passage par le sommet constitue une occasion d'admirer les massifs Alpains, au nord. La descente sur le col des tempêtes nous délivre d'une montée que l'on peut qualifier de sportive.

124) TRAIL « Directissime Nord » 3h30 à 4h00, Noir

Le versant le plus raide du Mont Ventoux, nous transporte dans une végétation luxuriante. Le départ dans une vallée encaissée (vallée de la Toulourenc) et plus ombragée nous apporte une agréable sensation de fraîcheur. Ainsi, l'arrivée sur le sommet désertique du Ventoux, le rend encore plus étincelant.



PARC NATIONAL DES PYRENEES

125) TRAIL « Sentier des cascades » 1h45 à 2h00, Orange

Sentier très agréable le long du torrent où de magnifiques cascades viennent rafraîchir l'atmosphère. Nous rejoignons ensuite, un des joyaux du massif, Le Pont d'Espagne où d'autres cascades encore plus spectaculaires viennent tout naturellement interrompre notre course, pour votre plus grand plaisir.

126) TRAIL « Cabane de Péguere » 3h30 à 3h45, Rouge

Vue imprenable sur Cauteret et sa vallée. Parcours agréable en forêt jusqu'au débouché de la cabane. Difficile mais beau

127) TRAIL « Lac d'Estom » 1h45 à 2h00, Orange

A la portée du plus grand nombre, un itinéraire des plus appréciés, qui nous permet d'évoluer facilement dans une vallée entourée de paysages somptueux. Il vous rend euphorique.