

JOUR 4 - Tour du lac de Sainte-Croix du Verdon : Bauduen - Les-Salles-sur-Verdon



Bauduen



L'île de Costebelle (Stefano Blanc - PNR Verdon)

Depuis le sommet du Véris le lac de Sainte Croix s'offrira à votre regard puis vous longerez les grandes plages un pur bonheur de 5 km

Cette épate débute par l'ascension de la colline du Véris, la descente se fait par un sentier au milieu des lapiazs avec vue sur l'île de Coste Belle avant de rejoindre la piste de Garuby et de longer les rives du lac jusqu'au village des Salles-sur-Verdon. Vous avez la possibilité de faire une halte gourmande, vous ravitailler, vous poser sur les plages des Salles ou sinon vous pouvez poursuivre après une courte montée jusqu'à Aiguines qui marque l'entrée de la rive gauche du grand Canyon.

Infos pratiques

Pratique : À pied

Durée : 3 h 30

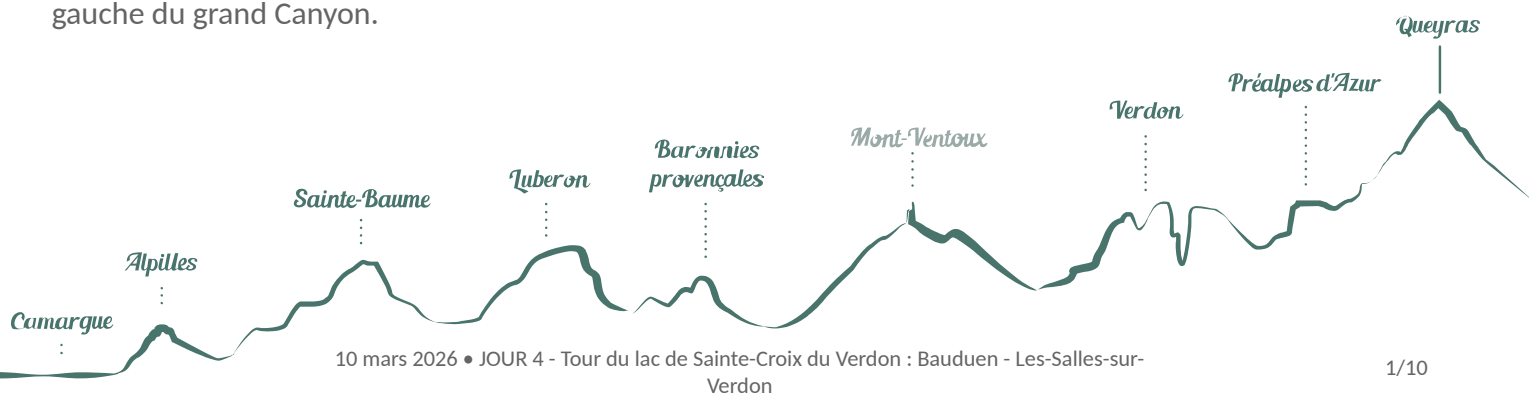
Longueur : 11.5 km

Dénivelé positif : 266 m

Difficulté : Facile

Type : Traversée

Thèmes : Eaux et rivières, Patrimoine et histoire, Point de vue - sommet



Itinéraire

Départ : Bauduen

Arrivée : Les-Salles-sur-Verdon

Balisage :  GR®  GRP®

En partant de Bauduen longer la rue sous le village.

1 - Puis prendre à droite puis après 100 m la direction du Véris.

2 - Prendre à gauche et continuer tout droit en suivant le balisage jaune et rouge.

3 - Bifurquer sur la droite et après 150 m continuer par le sentier et poursuivre jusqu'au sommet.

4 - Continuer tout droit et suivre le sentier et descendre vers le lac (Attention passage dans les lapiazs).

5 - Tourner à droite et suivre à nouveau le balisage blanc et rouge et les poteaux flèches.

6 - Descendre sur la gauche et faite le tour de la crique en direction des Salles.

7 - (si le niveau de l'eau est bas vous pouvez continuer tout droit en longeant la plage et rejoindre le point **(9)**) sinon prendre le chemin à droite sur 100 puis bifurquer à gauche entre deux gros rochers et continuer en suivant le balisage.

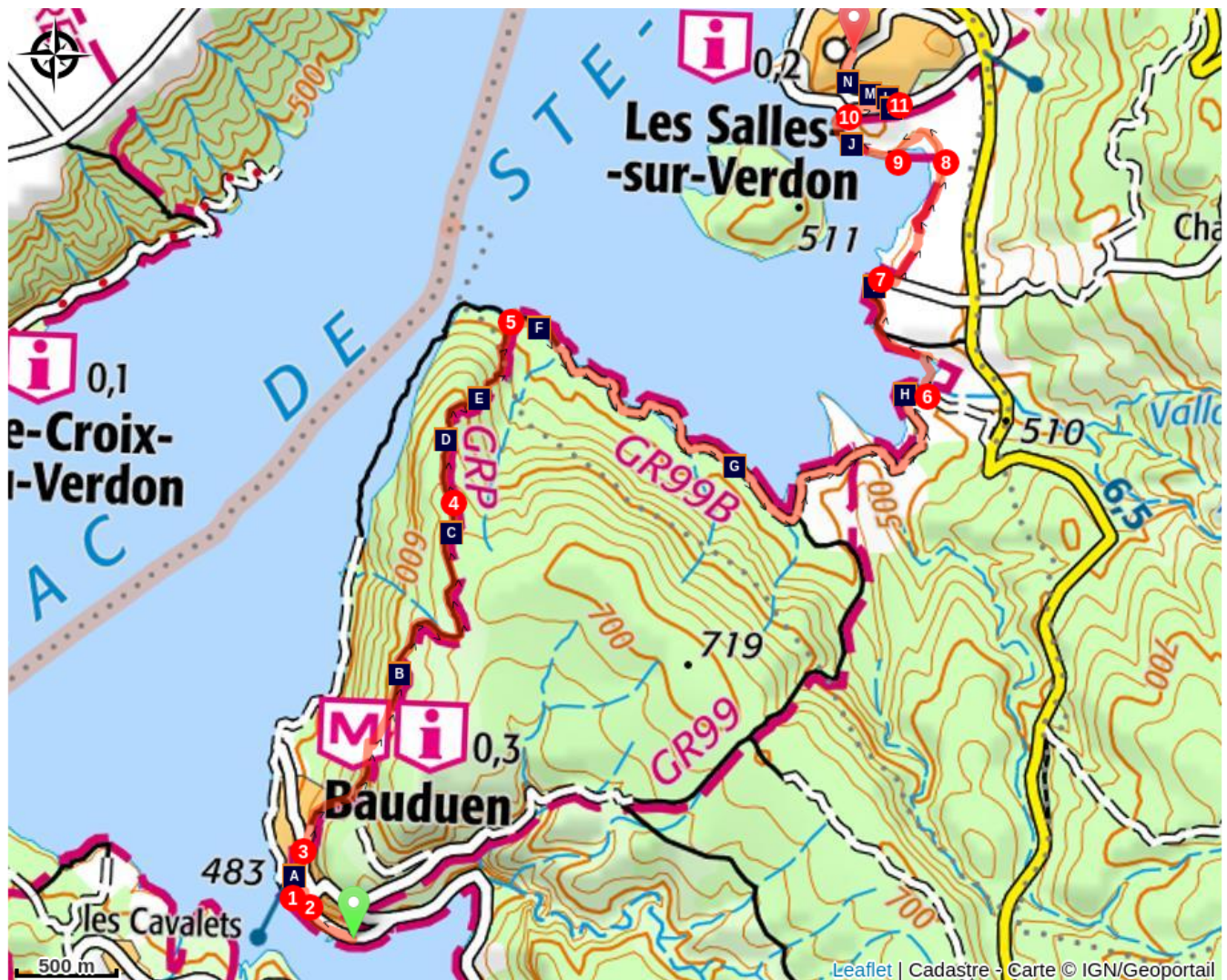
8 - Prendre à gauche et revenir vers le lac.

9 - Poursuivre le chemin au-dessus du lac puis traverser le parking.

10 - Continuer tout droit.

11 - Possibilité d'aller Sur les Salles sur Verdon à gauche ou continuer à droite vers Aiguines.

Sur votre chemin...



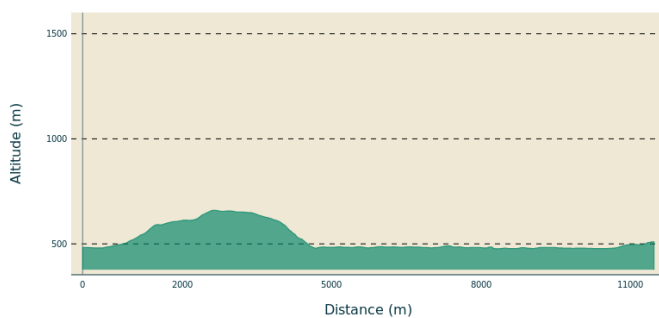
- | | |
|---|---|
|  Balade sonore (A) |  Sous le lac, la source... (B) |
|  Se lézarder au soleil (C) |  Le sommet du Veris (D) |
|  Il y a de lapiaz pour tout le monde (E) |  Une belle descente (F) |
|  Un village si charmant (G) |  Les plages de Garu Beach (H) |
|  Garu Beach (I) |  Pastoralisme d'eau douce (J) |
|  Les plages des Salles sur Verdon (K) |  Seul contre tous (L) |
|  Un village dans le résistance (M) |  Le Maquis Vallier (N) |
|  La Fontaine ressuscitée (O) | |

Toutes les infos pratiques

Recommandations

Prévoir 3 L d'eau par personne, un chapeau et des chaussures de randonnée. Afin d'éviter les fortes chaleurs estivales, partir tôt. Saisons privilégiées : printemps et automne. Attention à la descente du Véris (rochers). Lire les recommandations et informez-vous pendant la saison estivale sur l'ouverture des massifs forestiers (juin à septembre).

Profil altimétrique



Altitude min 477 m
Altitude max 660 m

Lieux de renseignements

Maison du Parc naturel régional du Verdon -
Domaine de Valx



Domaine de Valx, 04360 Moustiers-Sainte-Marie
info@parcduverdon.fr
Tel : +33 (0)4 92 74 68 00
<http://www.parcduverdon.fr/>

Sur votre chemin...



Balade sonore (A)

<http://www.promenades-sonores.com/audioguide/promenade-sonore/histoires-deau-de-bauduen>

«Bienvenu ici, à l'écoute des histoires d'eau de Bauduen sur les bords du lac de Sainte-Croix.Nous explorerons dans cette promenade les contours du lac par la parole de ceux qui le vivent, et plus particulièrement par les habitants de ce village.Vous entendrez ceux qui connaissent l'histoire, ceux qui l'ont vécu, ceux qui parlent de la vie de tous les jours, et ceux qui interrogent demain. »



Sous le lac, la source... (B)

Le lac de Sainte-Croix est alimenté par les eaux du Verdon, et aussi par une source située en contrebas du village de Bauduen et aujourd'hui engloutie. Etrange destinée pour une source ! Alimentée par les eaux souterraines du plan de Canjuers et des massifs calcaires des gorges, la source de Sorps a été de tous temps un objet d'admiration ; son débit exceptionnel en faisait l'une des plus abondantes de France. Aujourd'hui cachée, la source de Sorps participe à la présence d'un lac exceptionnel.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Se lézarder au soleil (C)

Aux abords du sentier il n'est pas rare de croiser le magnifique lézard vert. Selon certaines croyances populaires le lézard vert serait hargneux et agressif, ne lâchant plus le doigt mordu. Il est vrai qu'il peut mordre, mais uniquement pour se défendre s'il est capturé. Il pince assez fort mais n'est pas venimeux et finit toujours par lâcher prise. Il s'agit d'un animal protégé par la loi en France (arrêté du 19/11/07), il est donc interdit de le tuer, mutiler ou capturer.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Le sommet du Veris (D)

Tout au long de la randonnée, le paysage s'ouvre progressivement sur le lac de Sainte-Croix. À mesure que l'on gagne de la hauteur, les perspectives s'élargissent et la présence de l'eau devient omniprésente. Arrivé au sommet, le regard embrasse le plan d'eau et l'île de Costebelle, posée au bord du lac. Ce point de vue offre un moment de calme et de recul, invitant à la contemplation et à la lecture du paysage façonné par la géologie et l'aménagement du barrage.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Il y a de lapiaz pour tout le monde (E)

Le lapiaz, est une formation géologique de surface dans les roches calcaires et dolomitiques, créée par le ruissellement des eaux de pluie qui dissolvent la roche ou par la cryoclastie, ce qui forme un grand entablement rocheux parcouru de réseaux de diaclases ou fissures. Très nombreuses sur cette partie du parcours, il faut être attentif ou l'on met les pieds.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Une belle descente (F)

En descendant du Veris le sentier serpente entre les Lapiaz, et vous aurez des magnifiques points de vue, sur le lac les Salles sur Verdon, l'île de Coste Belle, Aiguines, et l'entrée des gorges.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Un village si charmant (G)

Le village historique des Salles-sur-Verdon a été inondé par la construction du barrage de l'EDF. Les habitants ont dû quitter leur cadre de vie, le village ayant été détruit maison après maison, pierre par pierre, la végétation de la vallée a été perturbée, l'église a été dynamitée et le cimetière déménagé. Ces événements récents à l'échelle historique (années 1970) ont profondément marqué le village, bien évidemment sa géographie, son économie, sa démographie et ses habitants.

Crédit photo : DR



Les plages de Garu Beach (H)

Après la mise en eau du lac de belles plages se sont formées de galets en remontant plus haut sur le lac. Tout y est pour le plus grand plaisir des familles et des pêcheurs qui viennent nombreux sur le secteur. Pendant plus de 3 kilomètres vous aurez la possibilité de vous rendre au bord du lac faire une halte et profiter des eaux turquoises.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Garu Beach (I)

Les plages de Garuby offrent un cadre propice à la pause et à la baignade. Ici, l'eau limpide du lac de Sainte-Croix se décline du bleu turquoise au vert émeraude, révélant les fonds clairs et les formes du rivage. Ces petites plages argileuses avec des pelouses de végétation rase, invitent à la détente tout en rappelant la fragilité de ces milieux très fréquentés en période estivale.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Pastoralisme d'eau douce (J)

Comme dans toute la région Sud le pastoralisme est très présent sur le territoire du Verdon c'est devenu une donnée majeure de la protection et de la gestion des espaces naturels. Partout, les espaces pastoraux sont reconnus parmi ceux à hautes biodiversités, ils sont au cœur de nos Parcs naturels régionaux, il n'est donc pas rare de voir un troupeau sur les berges du lac.

Crédit photo : stefano_b



Les plages des Salles sur Verdon (K)

Les plages des Salles-sur-Verdon offrent une parenthèse paisible au bord du lac de Sainte-Croix. A proximité du village reconstruit après la mise en eau du barrage, elles invitent à la pause, à la baignade et la détente. Entre berges, chênaies et points de vue sur le plan d'eau, le site reste agréable hors saison comme en été.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Seul contre tous (L)

Le projet initial prévoit de faire monter l'eau jusqu'à la cote 500, ce qui engloberait Les Salles mais aussi les villages de Bauduen et de Sainte-Croix. Mais une modification intervient et ramène la cote à 482, et Les Salles sur Verdon se retrouve seul pour lutter contre le projet puisqu'il épargne désormais les autres villages. La reconstruction des Salles, initialement prévue sur la commune d'Aiguines, sera en fait mise en œuvre sur le plateau de Bocouenne, plus proche du village d'origine.

Crédit photo : DR



Un village dans la résistance (M)

Une place du village des Salles-sur-Verdon portent le nom de maquis Vallier et de Gleb Sivirine. On peut lire sur la plaque qui se trouve aux Salles "1911-1990. Il fut le lieutenant Vallier, commandant le maquis AS du Var. Hommage des MUR (Mouvement unis de la Résistance) au village des Salles îlot de la Résistance Varoise". Le lieutenant Vallier dans son journal écrit : "Les Salles est le patelin qui nous ravitaille le mieux dans la région et les habitants en sont vraiment très chics."

Crédit photo : DR



Le Maquis Vallier (N)

Le Margès et le plan de Canjuers sont un lieu de mémoire de la Résistance de la Seconde guerre mondiale du haut-Var. Entre 1943-1944, le maquis de l'Armée Secrète, maillon de toute une organisation de la Résistance, s'y établie. Il portera le nom du Maquis Vallier, en référence à son Lieutenant, Gleb Sivirine dit Vallier. Composé de nombreux réfractaires au STO - service de travail obligatoire, le groupe atteindra une centaine d'hommes et fonctionnera comme un camp d'entraînement militaire.

Crédit photo : DR



La Fontaine ressuscitée (O)

Quand le nouveau village fut reconstruit sur le plateau de Bocouenne. Les tombes de l'ancien cimetière y sont transférées, tout comme la cloche de l'église, certaines pierres de la fontaine, des lavoirs... Les familles sauvent portes ou linteaux de portes, maigres vestiges de toute une vie, qu'ils vont intégrer aux maisons reconstruites.

Crédit photo : DR



- En aucun cas les auteurs des contenus de ce site ne sauraient être tenus pour responsables de problèmes ou d'accidents sur les itinéraires cités.
- Cependant, nous comptons sur vous pour signaler toutes contradictions importantes entre cette fiche et le terrain.
- Pensez également à signaler les éventuels problèmes rencontrés pendant votre balade sur <http://sentinelles.sportsdenature.fr> (erreur de balisage, panneau défectueux, pollution, conflit d'usages...).
- La vente de cette fiche est autorisée au coût d'impression.
- Ne pas jeter dans la nature.

L'outil Geotrek a été financé par l'Union européenne, le Parc national des Ecrins et le Parc national du Mercantour.

Le projet Chemins des Parcs est financé par la Région Provence-Alpes-Côte-d'Azur et les Parcs naturels régionaux des Alpilles, de Camargue, du Luberon, du Queyras et du Verdon.

Ce projet partenarial rassemble également le Comité Régional du Tourisme, les agences départementales de développement touristique, les offices de tourisme et les syndicats d'initiative.

- The authors of this website will in no case be held responsible for problems or accidents on the routes mentioned.
- We count on you to point out any inconsistency between this content and the field itineraries
- Please report any problems encountered on the routes (route marking problems, defective panels, pollution, conflict of uses ...) on <http://sentinelles.sportsdenature.fr>
- The sale of this sheet is authorized at the cost of printing
- Please don't litter

The Geotrek tool was funded by the European Union, the Ecrins National Park and the Mercantour National Park.

The Chemins des Parcs project is funded by the Provence-Alpes-Côte-d'Azur Region and the regional nature parks of Alpilles, Camargue, Luberon, Queyras and the Verdon.

This project was developed in partnership with the Regional Tourism Committee, the departmental tourist development agencies, and tourist offices.

www.cheminsdesparcs.fr

*Tours et détours dans les Parcs naturels régionaux
de Provence-Alpes-Côte d'Azur*

Avec le soutien de

