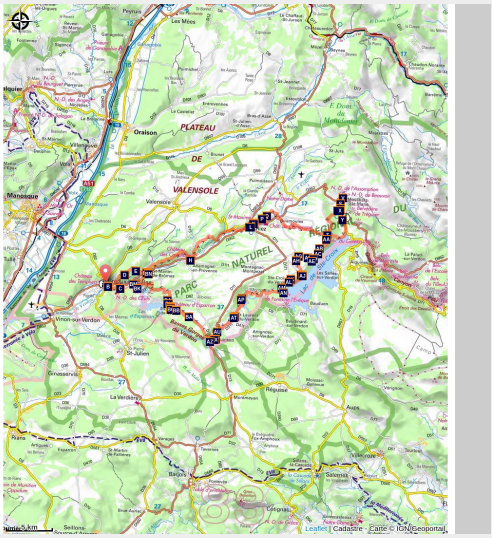
GREOUX-LES-BAINS - Le Tour des balcons du Verdon et plateau de Valensole

Gréoux-les-Bains



Le lac de Sainte Croix (©Stefano Blanc - PNR Verdon)

Au cœur de la haute Provence entre champs de lavandin et lacs aux eaux turquoises ou vert émeraude, des paysages à couper le souffle.

Cette itinérance de 5 à 6 jours relie les vallées du Verdon et du Colostre. Le sentier emprunte pour bonne partie le tracé du GR® 4. Il alterne les grandes traversées dans les paysages ouverts et odorants du Plateau de Valensole , il suit le fil du Verdon entre Moustiers-Sainte-Marie et Gréoux-les-Bains, et revient au plus près de la rivière en suivant des passages plus intimes comme les lacs de Cadenon et Montpezat en dominant successivement les lacs de Sainte-Croix du Verdon et d'Esparron.

Infos pratiques

Pratique : À pied

Durée : 6 days

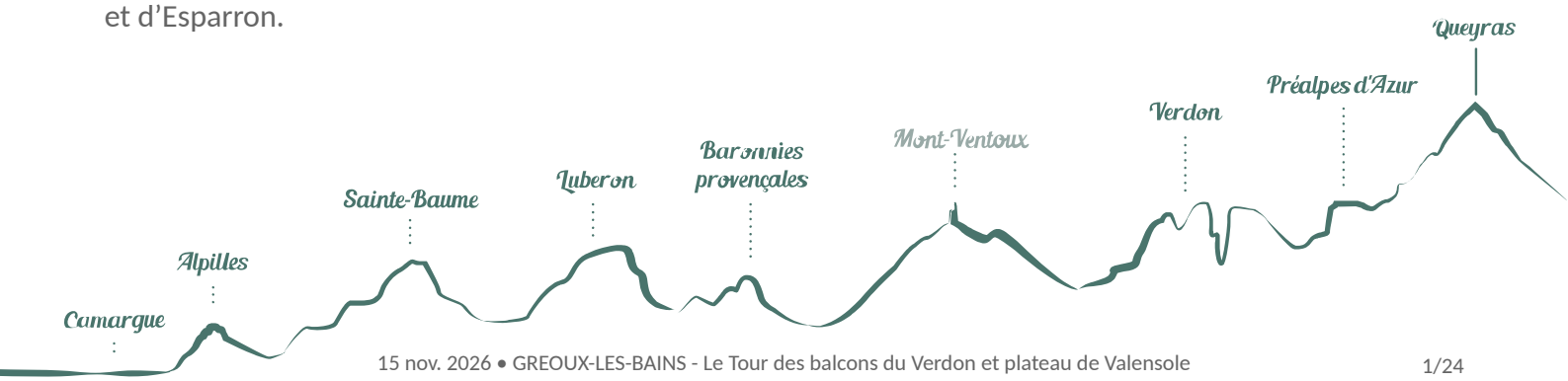
Longueur : 108.4 km

Dénivelé positif : 2766 m

Difficulté : Moyen

Type : Itinérance

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



Itinéraire

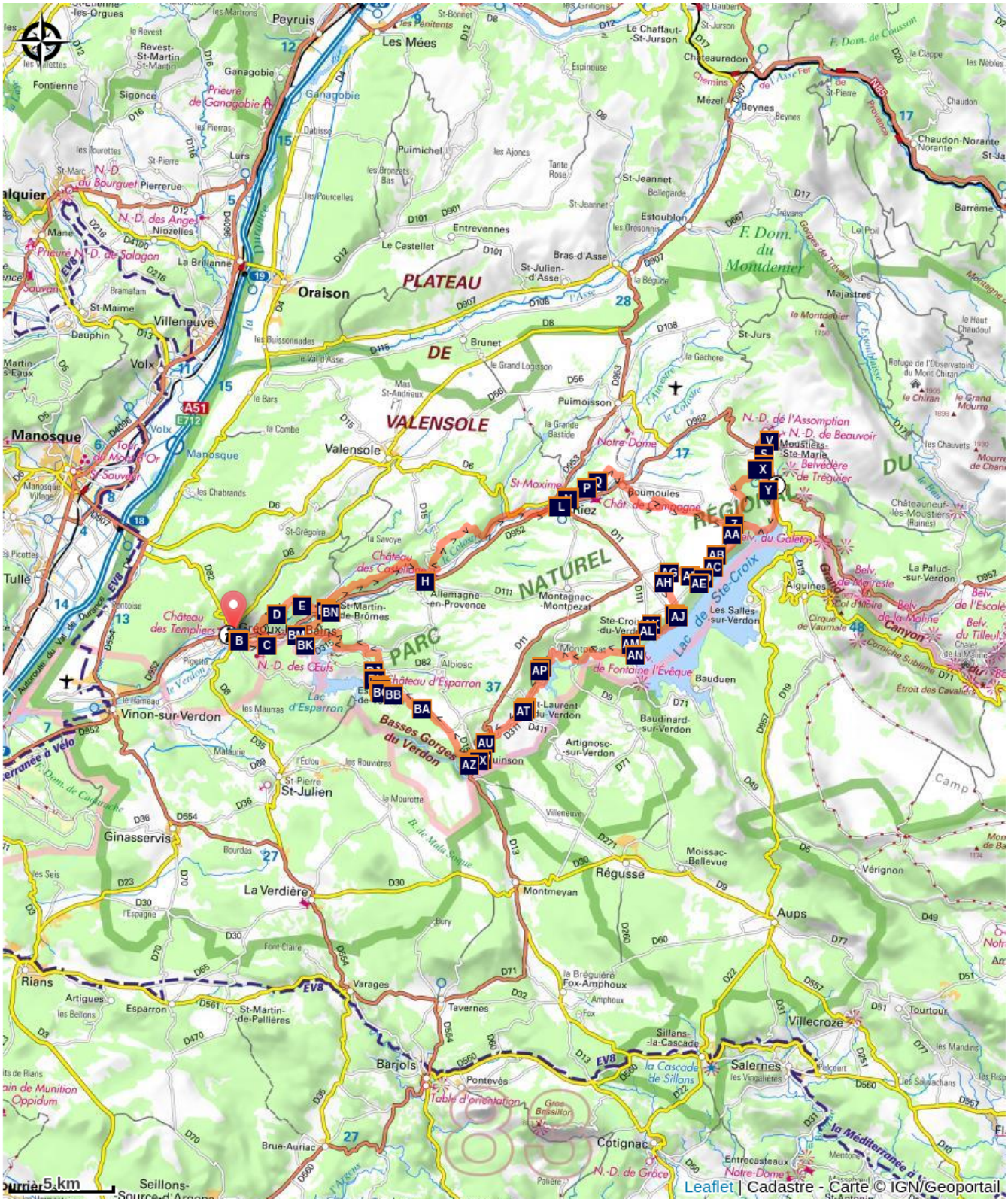
Départ : Gréoux les Bains
Arrivée : Gréoux les Bains
Balisage : GR® GRP®

L'itinéraire quitte Gréoux-les-Bains en longeant les berges du Verdon puis gagne la colline avant de descendre sur Saint-Martin-de-Brômes. Le chemin de crête permet de traverser le plateau sur les hauteurs de la vallée du Colostre pour redescendre sur Allemagne en Provence soit pour une halte ou sinon poursuivre pour rejoindre Riez. Puis on quitte Riez en montant à la chapelle Sainte-Maxime. L'itinéraire se poursuit sur le plateau et redescend au village de Roumoules. Il se prolonge vers l'Est en remontant le plateau jusqu'à dominer l'entrée des gorges du Verdon. Le chemin longe le plateau pour redescendre vers Moustiers-Sainte-Marie. L'itinéraire au départ de Moustiers longe le vallon de la Maïre pour atteindre les rives du lac de Sainte-Croix. Après une montée par le ravin de Font-Collomp le chemin rejoint le plateau . L'itinéraire chemine alors en balcon sur les hauteurs du lac de Sainte-Croix et propose une courte incursion à l'intérieur du plateau pour descendre ensuite vers le village de Sainte-Croix-du-Verdon. Après une montée vers la table d'orientation, l'itinéraire redescend progressivement vers le lac et longe les gorges de Baudinard à l'aval du barrage de Sainte-Croix, pour rejoindre successivement le lac de Montpezat et le village de Saint-Laurent du Verdon. Après une portion alternant passage en colline et traversée du plateau, l'itinéraire redescend sur Quinson. Le départ de Quinson se fait par une ascension vers le plateau de la Séuve. La traversée du plateau longe les espaces boisés encore marqués par l'incendie de 2005 jusqu'à atteindre les hauteurs du lac et le village d'Esparron en suivant le sentier botanique. L'itinéraire traverse un espace collinéen longeant le lac d'Esparron alternant montées et descentes jusqu'à atteindre l'oppidum de Buffe Arnaud avant de rejoindre le village de Saint-Martin-de-Brômes. La fin de l'étape relie Gréoux-les-Bains en atteignant le site dit du « Marchand de Nuages » et en descendant vers les berges du Verdon.

Étapes :

1. Tours du Verdon : Gréoux les Bains - Riez
   25.2 km / 780 m D+ / 8 h
2. Tours du Verdon : Riez - Moustiers-Sainte-Marie
   17.6 km / 448 m D+ / 5 h
3. JOUR 1 - Tour du lac de Sainte-Croix : Moustiers-Sainte-Marie - Sainte-Croix
   19.6 km / 439 m D+ / 5 h 30
4. Tours du Verdon : Sainte-Croix - Quinson
   19.7 km / 452 m D+ / 6 h 30
5. Tours du Verdon : Quinson - Saint-Martin de Brômes
   20.9 km / 530 m D+ / 6 h 30
6. Tours du Verdon : Saint-Martin-de-Brômes - Gréoux-les-Bains
   7.9 km / 206 m D+ / 2 h 30

Sur votre chemin...



- Vous emprunterez bien un livre ? (AA)
- Eau secours (AC)
- Le chevreuil (AE)
- La tour de l'Horloge (AG)
- Les thermes de Gréoux (AB)
- La meilleure vue (AD)
- Eglise paroissiale Saint-Martin (AF)
- Le château (AH)

Le musée Lapidaire (AI)
Le Colostre, un potentiel de vie (AK)
Riez, la cité romaine (AM)
Saint-Maxime, l'âme du lieu (AO)
Le cabanon de Saint-Maxime (AQ)
Moustiers Sainte Marie (AS)
Moustiers, l'art en éclats (AU)
RIP isylve (AW)
Le sentier découverte de Valx (AY)
Moustiers-Sainte-Marie (BA)
Une île entre le ciel et l'eau (BC)
Ici on peut en voir sa Thrace (BE)
Sur un plateau (BG)
Coucher de soleil sur le plateau (BI)
Air conditionné (BK)
Panoramix (BM)
Comme un air de Caraibes (BO)
Le lac de Montpezat (BQ)
La cueillette (BS)

Le Château (BU)
Le village de Quinson (BW)
In vino veritas (BY)
Les fontaines de Quinson. (CA)
Saute-mouton (CC)
Le Genévrier de Phénicie aussi (CE)
La fritillaire (CG)
La demeure des de Castellane (CI)
Il était une fois, Vière ... (CK)
Le lac au couchant (CM)
La vallée du Verdon (CO)
Borne milliaire de l'empereur Carus. (CQ)

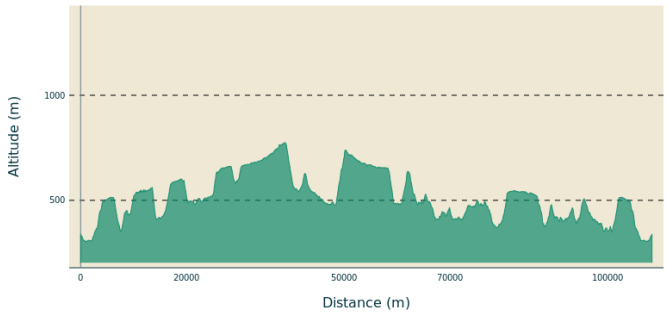
La fontaine de Blanchon (AJ)
Redonnons-vie au Colostre ! (AL)
Le pin d'alep (AN)
Au loin, Puimoisson (AP)
Le château de la reine Jeanne (AR)
Faïence de Moustiers (AT)
Emaux et merveilles (AV)
Saute qui peut (AX)
L'oiseau chanteur (AZ)
Le Grand Margés (BB)
Au loin l'entrée des gorges (BD)
Le plus jeune village de France (BF)
Dis t'as vu Monte Carlo (BH)
Thym Thym (BJ)
Visitez la maison de l'eau et de la Vallée (BL)
Sainte Croix un village une histoire (BN)
D'un seul coup d'oeil réunis (BP)
Le lac pendant la vidange (BR)
Saint-Laurent, village aux deux châteaux (BT)
La Fontaine (BV)
La cave se rebiffe (BX)
Les fontaines de Quinson. (BZ)
Le musée de préhistoire (CB)
Alpes là (CD)
Ne perdons pas le Nord ! (CF)
Esparron, le petit verrou médiéval (CH)
Le donjon du Baron (CJ)
Par ici la monaille (CL)
Le barrage d'Esparron (CN)
Le Colostre (CP)

Toutes les infos pratiques

Recommandations

Se reporter aux recommandations spécifiques de chaque étape.

Profil altimétrique



Altitude min 303 m
Altitude max 775 m

Accès routier

Depuis Manosque prendre la D907 puis direction Vinon sur Verdon par la D4 et après 500m prendre à gauche sur la D82 pour arriver à Gréoux les Bains

Parking conseillé

Parking des Thermes Gréoux-les -Bains

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/

OT Gréoux-les-Bains
7 place de l'hôtel de ville, 04800 Gréoux-les-Bains

greouxlesbains@tourisme-dlva.fr
Tel : +33 (0)4 92 78 01 08
http://www.greoux-les-bains.com/greoux-les-bains/fr/40/office-de-tourisme.html

Sur votre chemin...

Vous emprunterez bien un livre ? (AA)

Rien de tel qu'une promenade au bord de l'eau pour lire un livre, partager une histoire en famille ou entre amis. Roman, BD, journaux, etc. attendent d'être empruntés à la médiathèque Lucien Jacques de Gréoux. C'est sans compter sur sa très belle collection d'ouvrages régionaux, alors c'est peut-être l'occasion pour vous de connaître un peu mieux le Verdon ?

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Les thermes de Gréoux (AB)

Baptisée « Oasis romantique du Verdon » par Jean Giono, cette station thermale nichée au cœur d'une nature multiple et généreuse aux portes du Parc naturel régional du Verdon, est un endroit privilégié pour vos loisirs en famille. Gréoux est connue dès l'Antiquité, sous le nom de Nymphis Griséluis en rapport avec les sources thermales (les nymphes sont les divinités des sources), aménagées en thermes par les Romains. Après une longue période d'oubli, les thermes sont relancés à la fin du XVIIe siècle.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Eau secours (AC)

La berge du Verdon est colonisée par une flore particulière et rare en Provence, celle des zones humides. Saules, peupliers représentent la majorité des arbres présents. Au bord de l'eau un cortège de joncs, de laîches. Dans le lit même du Verdon, les plantes aquatiques, tapissent le fond dans les zones les plus calmes. Cette végétation menacée par le piétinement, l'aménagement des berges et la dégradation de la qualité de l'eau est un des enjeux actuels de la préservation du patrimoine naturel.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

La meilleure vue (AD)

La buse variable est très active, souvent en vol à découvert, planant sur les champs et les forêts, elle passe aussi de longs moments posée en hauteur. Elle s'alimente de petits mammifères qu'elle chasse au sol, mais aussi d'oiseaux, reptiles, batraciens et insectes. Les proies sont localisées à vue, en volant en cercles à basse altitude, mais aussi à des distances d'une centaine de mètres. On considère que la buse variable a la vue la plus perçante de tous les oiseaux de proie.

Crédit photo : Stefano Blanc PNR Verdon

Le chevreuil (AE)

Le chevreuil est le plus petit des cervidés européens. Le chevreuil apprécie les milieux variés où se mêlent forêts de feuillus et terrains découverts. Il apprécie les lisières et le bocage lui convient bien, ce qui ne l'empêche pas d'être présent aussi dans les zones de cultures. Le chevreuil est un excellent coureur, sauteur et même nageur ! Il est actif surtout le soir et la nuit. Les mâles sont solitaires, les femelles accompagnent leurs faons (1 ou 2, parfois 3) pendant un an.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Eglise paroissiale Saint-Martin (AF)

L'église paroissiale Saint-Martin est un ancien prieuré de l'abbaye Saint-Victor de Marseille qu'elle a reçu des mains des frères Gontard et Hugues en 1042. Le terme "ecclesiam" mentionné dans l'acte peut aussi signifier un territoire. Cette transaction atteste que Saint-Martin devient à cette époque un domaine monastique et non plus seigneurial. Un acte du 13 mars 1343 signifie l'échange entre Saint-Victor et Boniface de Castellane, lui permettant ainsi de récupérer les terres de Saint-Martin.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

La tour de l'Horloge (AG)

La tour fut construite au XIVe s., à l'initiative de Boniface de Castellane, le seigneur d'alors. Elle est aujourd'hui reconnue comme le plus bel ouvrage militaire de Haute-Provence. Son aspect militaire est certain, mais sa fonction semble bien moins défensive. Elle pouvait servir à stocker l'impôt seigneurial (sous forme de denrées). On peut parler de "donjon" marquant de façon ostensible le pouvoir du seigneur. Au sommet, les mâchicoulis permettaient d'assurer sa défense en cas d'attaque.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Le château (AH)

Posé au milieu de la vallée du Colostre, le château d'Allemagne a fière allure. C'est l'un des rares châteaux d'époque Renaissance dans la région. Le haut donjon carré constitue la partie la plus ancienne de l'ensemble. Il peut dater du XIIe ou du XIIIe siècle, date à laquelle le fief d'Allemagne appartenait à la famille de Castellane, l'une des plus puissantes familles de Haute-Provence.

Crédit photo : Stefano Blanc PNR Verdon

Le musée Lapidaire (AI)

Le Musée Lapidaire de Riez a été créé en 1929 par Marcel Joannon, plus connu sous le nom de Marcel Provence. Installé dès ses origines dans le baptistère paléochrétien (Ve siècle), il regroupe un ensemble de mobilier lapidaire essentiellement d'époque gallo-romaine (stèles, autels...).
Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

La fontaine de Blanchon (AJ)

La fontaine de Blanchon (sous le pont du Colostre) peut dater de la moitié du XVIIIe siècle. On Sait qu'elle fut réparée en 1826. Elle est alimentée par une source dont l'eau arrive jusqu'ici par un petit canal souterrain qui traverse les caves de certaines maisons. Ce système parfois mal entretenu autrefois par les propriétaires des maisons en question, parfois détourné à leur profit, pouvait entraîner un mauvais écoulement à la fontaine.

Crédit photo : stefano_b

Le Colostre, un potentiel de vie (AK)

Il prend sa source sur les pentes du Mont Denier et traverse le plateau de Valensole pour se jeter au pied du barrage de Gréoux. Le Colostre est un réservoir biologique de grande importance pour le bas Verdon et la Durance, permettant aux espèces aquatiques de s'y reproduire et d'y grandir. La rivière abrite quelques espèces emblématiques telles que l'Ecrevisse à pattes blanches ou le Castor. Elle pourrait encore en accueillir de nombreuses autres, comme le Chabot ou la Loutre.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Redonnons-vie au Colostre ! (AL)

Le Colostre est un réservoir biologique de grande importance pour le bas Verdon et la Durance. Mais il a perdu de sa superbe au cours du XXe siècle, passant d'un lit en tresses à un parcours plus rectiligne et encaissé. Si le nombre d'espèces piscicoles a diminué, la rivière et sa vallée abritent encore quelques espèces emblématiques telles que le Castor ou le Petit Rhinolophe. Un projet de restauration est en cours pour lui rendre son bon fonctionnement et toute sa vitalité.

Crédit photo : Corinne Gauthier - PNR Verdon

Riez, la cité romaine (AM)

Comme de nombreux villages de Provence, la ville de Riez a beaucoup "déménagé", alternant entre situation de plaine et "perchement". On pense, sans en avoir la preuve formelle, que les premiers habitants du lieu (les Reii, qui ont donné leur nom à la ville actuelle) avaient investi les hauteurs de la colline Saint-Maxime. Oppidum naturel, à la jonction de deux vallées fertiles (celles de l'Auvestre et du Colostre), le site est idéal, tout à la fois accessible et protégé.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Le pin d'alep (AN)

D'une taille assez remarquable, ces pins, âgés d'une centaine d'années, sont accompagnés au centre de l'esplanade par deux marronniers et deux tilleuls. Si leur disposition régulière en bordure de l'esplanade peut laisser penser qu'ils ont été plantés ici, les pins d'Alep sont cependant parfaitement à leur place à Riez. Avec le chêne vert (que l'on voit dans les fourrés alentours), ce pin est l'autre espèce d'arbre caractéristique de la forêt méditerranéenne.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Saint-Maxime, l'âme du lieu (AO)

On a peine à croire que le site fut plusieurs fois occupé, tant il ne reste rien de cette occupation. Autrefois pourtant se tenaient ici un ensemble d'habitations, une église érigée en cathédrale ainsi que le palais des évêques de Riez. Aujourd'hui, seule la petite chapelle Saint-Maxime semble veiller sur le lieu. Elle date de 1655. A ses côtés, une petite congrégation de l'ordre des Clarisses maintient la tradition religieuse.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Au loin, Puimoisson (AP)

Depuis le plateau, une magnifique vue s'offre aux randonneurs : le village de Puimoisson se dessine à l'horizon, blotti dans le paysage, tandis que les premiers contreforts des Alpes se dressent au loin, majestueux.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Le cabanon de Saint-Maxime (AQ)

Ce gros cabanon au milieu de la plaine Saint-Maxime est un hangar qui sert à stocker des machines agricoles.

Crédit photo : ©Marjorie Salvarelli - PNR Verdon

Le château de la reine Jeanne (AR)

Egalement connue sous le nom de l'Hert, la ferme du 11e siècle fut fortifiée au 16e siècle. De cette ferme il ne reste aujourd'hui que les petites tours de défense et une partie de l'enceinte. (Propriété privée)
Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Moustiers Sainte Marie (AS)

Moustiers-Sainte-Marie puise ses racines dans une étroite relation entre l'homme et le milieu. Le village entouré de collines en restanques plantées d'oliviers se situe aux portes des Gorges du Verdon. Moustiers a posé ses maisons et ses ruelles animées dans l'échancrure d'un rocher. Connu et reconnu pour sa production de faïence Classé un des plus beaux villages de France. Le site est bâti en amphithéâtre à 630m d'altitude au milieu de paysages exceptionnels et de deux pitons rocheux.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Faïence de Moustiers (AT)

La renommée de Moustiers ne tient pas seulement à son site, aussi exceptionnel soit-il. Pour de nombreux connaisseurs, Moustiers est synonyme d'art de la faïence et les pièces anciennes "en Moustiers", qui comptent parmi les plus fines faïences de France, sont extrêmement recherchées des connaisseurs. De nombreux musées, de nombreux châteaux ou maisons aristocratiques possèdent une ou plusieurs pièces anciennes de Moustiers. On peut en admirer au Musée de Sèvres, au musée de Lyon, au Louvre.

Crédit photo : DR

Moustiers, l'art en éclats (AU)

Classé Plus Beau Village de France depuis 1981, Moustiers-Sainte-Marie charme autant par son décor que par son savoir-faire. Entre les falaises protectrices, les ateliers de faïence perpétuent un art séculaire. Les ruelles dévoilent chapelles, fontaines et passages voûtés, témoins d'un passé vivant. Ici, chaque pierre raconte la rencontre entre nature, artisans et histoire.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Emaux et merveilles (AV)

Véritable capitale de la faïence, Moustiers perpétue depuis le XVII^{e} siècle un art qui a fait sa renommée mondiale. Quatorze ateliers et vingt-deux boutiques maintiennent vivante une tradition d'excellence. Du modelage à l'émaillage, chaque geste répète les savoirs d'autrefois. Peintes à la main dans les bleus de cobalt, les pièces dévoilent oiseaux, arabesques et paysages. Ici, la terre s'anime sous la lumière du Verdon.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

RIP isylve (AW)

La Maïre est l'un des principaux affluents du lac de Sainte Croix. Elle nait de la confluence des ravins de Notre Dame et du Riou à Moustiers Sainte Marie. . De nombreux gros arbres dépérissant sur la ripisylve constituent un risque important pour la circulation de la Maïre et pour la ripisylve. Opportunément chaque année on retire de gros sujets du cours d'eau ou bien on procède à un abattage préventif. Le défaut d'entretien pourrait générer des conséquences majeures pour les ouvrages (ponts, digues).

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Saute qui peut (AX)

Le chevreuil est le plus petit des cervidés européens. Le chevreuil apprécie les milieux variés où se mêlent forêts de feuillus et terrains découverts. Il apprécie les lisières et le bocage lui convient bien, ce qui ne l'empêche pas d'être présent aussi dans les zones de cultures. Le chevreuil est un excellent coureur, sauteur et même nageur ! Il est actif surtout le soir et la nuit. Les mâles sont solitaires, les femelles accompagnent leurs faons (1 ou 2, parfois 3) pendant un an.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Le sentier découverte de Valx (AY)

Situé dans un écrin de verdure à l'entrée des gorges du Verdon, à 1,5 km de ce point allez visiter ce sentier jalonné de haltes ludiques, il vous emmènera à la découverte du domaine de Valx . La vie du domaine est rythmée par les saisons et les activités agricoles. En suivant le parcours à la découverte de pratiques et savoir-faire agricoles qui ont su traverser le temps, évoluant de génération en génération ! D'un format court, il est particulièrement adapté aux familles.

Crédit photo : ©Stefano Blanc PNR Verdon

L'oiseau chanteur (AZ)

Contrairement à la majorité des membres de la famille des corvidés, le Geai des chênes a un plumage coloré qui attire l'attention. Le Geai des chênes est un oiseau forestier en période de reproduction. Dans sa large aire de répartition, il occupe tous types de forêts. En Europe occidentale, c'est avant tout un oiseau de plaine ou de moyenne montagne et sa préférence va aux forêts de feuillus, chênaie-charmaie et hêtraie. Le Geai des chênes est une espèce commune, non menacée.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Moustiers-Sainte-Marie (BA)

Moustiers-Sainte-Marie s'ouvre comme un écrin entre deux falaises abruptes, où l'eau, la pierre et la lumière composent un décor remarquable. Ses ruelles pavées serpentent entre des maisons anciennes accrochées au roc, tandis que l'étoile suspendue domine le village. Réputé pour son savoir-faire faïencier, Moustiers offre un panorama saisissant sur les paysages du Verdon et une atmosphère à la fois vivante, paisible et profondément authentique.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Le Grand Margés (BB)

Depuis le sentier vous aurez un point de vue sur le Grand Margès culminant à 1560 m avec son auréole de nuages il ressemble tôt le matin à un volcan fumant. Depuis son sommet c'est un magnifique belvédère sur les gorges et le lac de Sainte Croix. Vous apercevrez à ses pieds le Village d'Aiguines.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

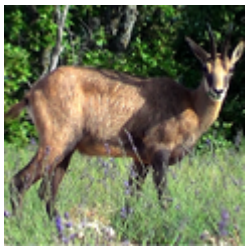
Une île entre le ciel et l'eau (BC)

L'île de Costebelle ou la colline dominant le village englouti dans le lac de Sainte-Croix est visible depuis le sentier cette île est le seul sommet resté visible après la mise en eau du lac de Sainte Croix en 1974.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Au loin l'entrée des gorges (BD)

Au loin vous apercevrez l'entrée des gorges du Verdon et au-dessus les sommets du Chiran, du Grand Mourre et du Mourre de Chanier.
Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Ici on peut en voir sa Thrace (BE)

Le Chamois est un ongulé ruminant de la sous-famille des Antilopes, les Rupricaprinae. Il est strictement diurne et vit entre 300 et 3000 mètres d'altitude dans les Alpes et Pyrénées. Il aurait pour patrie d'origine la Grèce septentrionale ou la Thrace. Il n'est pas rare d'en voir au milieu des champs de lavande en bordure du plateau. (voir photo)

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Le plus jeune village de France (BF)

Autrefois, Les Salles sur Verdon était un petit village agricole et rural typique du Haut-Var qui coulait des jours paisibles au fond de la vallée. Mais en 1973 il fut sacrifié à la production de l'électricité et disparu sous les eaux de retenues du barrage de Ste Croix. Le village fut entièrement détruit puis reconstruit en 1970 au bord du nouveau lac, les habitants gardent un souvenir amer de cette période ou leur passé a disparu sous les eaux du lac.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Sur un plateau (BG)

Le plateau de Valensole de près de 12.700 hectares surnommé "grenier de la région" de 800 km2 est essentiellement consacré à la culture de la lavande et des céréales. Il revêt différents aspects selon les saisons : les cimes enneigées des alpes et les amandiers en fleurs en mars laissent place en juillet aux multiples bleus des lavandes ondulant en alternance avec l'or des blés. En novembre, l'ocre des terres labourées tranche sur la pureté du ciel bleu d'hiver.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Dis t'as vu Monte Carlo (BH)

Courant 1965 RMC émet sur ondes moyennes .Elle souhaite élargir sa zone d'écoute et inaugure son premier centre de diffusion grandes ondes, la chaîne des Alpes faisant barrière à la propagation des ondes. RMC a donc, quelques années plus tard cherché un nouveau site. Après une construction décidée en 1972 et achevée à la mi-1974, l'émetteur de Roumoules est à l'époque le plus important centre émetteur de Radio Monte-Carlo et il a diffusé d'octobre 1974 à mars 2020 sur les grandes ondes.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Coucher de soleil sur le plateau (BI)

Le ciel peu à peu change de couleur, il se dégrade du bleu à l'orange en passant par le violet et le jaune. Les nuages, blancs il y a quelques minutes, sont à présent roses. Les ombres disparaissent. Les champs sont maintenant recouverts d'une douce lumière qui rend les gens silencieux, calmes, apaisés, heureux. Le soleil s'est couché, il ne fait plus jour, il ne fait pas nuit. Pour la plupart des spectateurs est venu le moment de rentrer. Poème.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Thym Thym (BJ)

Thym ? Tout le monde connait le thym ? Oui et non. Ma grand-mère ne me préparait pas des infusions de thym, mais de farigoulette ! Et pour son civet, quand elle avait fini d'espiller son lapin, ce qu'elle mettait dans son bouquet garni, ce n'était pas ni du thym, ni du serpolet, c'était de la farigoulette (farigoulo en provençal) ! Le serpolet et la farigoulette sont des thyms : La farigoulette est le nom occitan du Thymus vulgaris le serpolet est le Thymus serpillum.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Air conditionné (BK)

Les plantes transpirent ! Mais les aromatiques se sont inventés une climatisation. Faisant d'une pierre deux coups, ces espèces méditerranéennes résolvent le problème d'élimination des déchets et de survie à la chaleur estivale. Elles stockent leurs déchets sous forme volatile dans des petites vésicules situées dans l'épaisseur des feuilles ou des tissus qui recouvrent la tige ou la fleur. Aux heures les plus chaudes, ces vésicules s'ouvrent. L'évaporation de leur contenu rafraîchit la plante.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Visitez la maison de l'eau et de la Vallée (BL)

En 2025, Sainte-Croix-du-Verdon enrichit son offre culturelle avec l'ouverture de la Maison de l'Eau et de la Vallée, un espace muséographique conçu par la mairie en partenariat avec l'association Culture Loisirs et Patrimoine. Installé dans un lieu chargé d'histoire, ce musée invite à découvrir et comprendre le passé de la vallée du Verdon avant et après la création du lac. Un lieu de mémoire et de transmission, au croisement de l'histoire humaine et de l'histoire de l'eau (Voir ci-dessous en savoir plus)

Crédit photo : DR

Panoramix (BM)

Vue panoramique sur le lac de Sainte-Croix, et son village du même nom.
Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Sainte Croix un village une histoire (BN)

Autrefois un bassin s'épanouissait en une débauche de parcelles colorées encadrant la forêt sombre des Iscles. Il formait une entité originale et vivante. C'était une oasis parce que l'eau y abondait. Ses terres étaient travaillées avec soin ses « salles vertes » aux ramures fraîchement coupées continuaient à accueillir les bals en plein air lors des fêtes patronales. Elle attirait et retenait les amoureux de grands espaces, de joies simples « La vallée du Verdon avant le lac de Lucette Poncin »

Crédit photo : DR

Comme un air de Caraibes (BO)

Le lac de Sainte-Croix et son eau turquoise dans des criques au charme indéfinissable.
Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

D'un seul coup d'oeil réunis (BP)

Depuis ce point de vue vous pouvez apercevoir les 4 villages séparés par les eaux du lac. A droite Sainte Croix du Verdon, au milieu au bord du lac le village des Salles sur Verdon, le seul qui fût détruit et reconstruit en 1974 au-dessus on aperçoit le village d'Aiguines sentinelle du Verdon à l'entrée des gorges et enfin sur la gauche Bauduen le port du haut Var.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Le lac de Montpezat (BQ)

Niché entre le lac de Ste-Croix et le lac de Quinson, au pied du village perché de Montpezat-Montagnac, le lac de Montpezat vient redéfinir une nouvelle fois les paysages du Verdon et ses gorges.
Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Le lac pendant la vidange (BR)

En 2018 EDF a procédé à la vidange du barrage de Quinson pour y effectuer de la maintenance sur les vannes des évacuateurs de crue à cette occasion, le barrage est inspecté dans le cadre de son diagnostic exhaustif, réalisé tous les 10 ans. Une vue du lac inattendue et spectaculaire.
Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

La cueillette (BS)

La culture et plus particulièrement la récolte du lavandin englobent la coupe et ses différentes machines utilisées. La récolte, ou ramassage automatisé concerne les cultures déployées sur plusieurs hectares et génère des revenus économiques. La plantation, la culture et la récolte du lavandin englobent aussi les modes de récupération des lavandes coupées, la distillation et la mise en œuvre des grains récoltés et traités dans des produits à vocation commerciale.

Crédit photo : ©Stefano Blanc PNR Verdon

Saint-Laurent, village aux deux châteaux (BT)

Saint-Laurent-du-Verdon a disposé de deux châteaux dont le plus ancien du XVe siècle n'existe plus qu'à l'état de vestiges encastrés dans certaines maisons du village. Le second fut érigé à la fin du XVIIe sur l'ordre de Claude de Castellane. C'est une élégante bâtisse quadrangulaire comme on les édifie alors. Elle est cantonnée de quatre tours d'angle et propose trois niveaux de belles fenêtres cintrées. Sa porte monumentale en plein cintre ponctue agréablement la façade méridionale.

Crédit photo : ©Stefano Blanc PNR Verdon

Le Château (BU)

Ce château est une élégante bâtisse quadrangulaire comme on les édifie alors au XVIIe s. Il fut érigé à la fin du XVIIe sur l'ordre de Claude de Castellane après qu'il eut cédé sa portion du " vieux château " à l'un des coseigneurs du lieu. Son seigneur a choisi de le faire ériger à l'écart de l'agglomération, au cœur d'un parc fermé d'un grand portail. Dans ce secteur, se trouvaient des sépultures datées de la fin du IIIe s. ou du début du IVe. (Actuellement propriété privée).

Crédit photo : ©Stefano Blanc PNR Verdon

La Fontaine (BV)

L'aménagement du site de la fontaine date de 1647. En Provence, l'aménagement des points d'eau s'ordonnent selon une logique bien précise. C'est qu'il faut en effet économiser chaque goutte d'eau en l'y faisant circuler, mais aussi lui garder la propreté nécessaire. L'eau provient d'une source qui jaillit à quelques mètres d'ici, au milieu de la rue descendant du village. Tout à la fois fontaine, lavoir et abreuvoir, « la fontaine » répond aux différents besoins des habitants.

Crédit photo : ©Stefano Blanc PNR Verdon

Le village de Quinson (BW)

Quinson est un village très agréable entouré d'une nature magnifique et qui possède un riche passé historique. Implanté en amphithéâtre entre les falaises de calcaire et le Verdon, le village actuel a été bâti au XVème siècle les habitants s'installèrent dans la plaine pour y édifier leurs habitations autour d'un solide rempart défensif comportant 7 tours crénelées dont 2 restent visibles, et deux portes fortifiées.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

La cave se rebiffe (BX)

La « Coopérative Vinicole des Coteaux de Pierrevert » demeure la seule coopérative vinicole du département des Alpes de Haute Provence, après une fusion en 1992 avec les coopératives de Villeneuve et de Quinson et en 98 avec la Coopérative de Manosque. La boutique de la cave coopérative de Quinson informe et sensibilise les visiteurs par mise en valeur des cuvées « parc » des dégustations gratuites ainsi que des visites. « A consommer avec modération ».

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

In vino veritas (BY)

En 2005, les viticulteurs de Quinson ont fait le choix de tendre vers un label de qualité, bonne piste de développement économique local. C'est en 2013 que la récolte ainsi que la vinification est certifiée AB. Les viticulteurs souhaitent alors coupler cet engagement sur les pratiques par une reconnaissance territoriale forte. La marque Produit du Parc naturel régional du Verdon est attribuée en 2015 pour les vins AB des gammes Quintius et Azur (rouge et rosé)« A consommer avec modération ».

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Les fontaines de Quinson. (BZ)

En 1877 les eaux du Verdon furent captées et canalisées au niveau de Quinson pour alimenter la région d'Aix-en-Provence. Le village fut dédommagé et obtint une adduction d'eau directe. On décida alors d'améliorer le confort des habitants par des fontaines régulièrement réparties et d'embellir ainsi la ville. Au centre, deux fontaines adossées adoptent le même modèle. Cinq autres fontaines, toutes différentes, dont deux monumentales, sont placées régulièrement tout autour de l'enceinte médiévale.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Les fontaines de Quinson. (CA)

Les deux fontaines monumentales, qui marquent les deux entrées principales, sont particulièrement imposantes pour un village de la taille de Quinson. Ce sont des fontaines en fonte, de type urbain. Leurs vasques superposées qui répandent l'eau soulignent son abondance et indiquent une certaine aisance. Les sculptures, particulièrement riches, utilisent des éléments symboliques : bambins évoquant la pureté et la jeunesse, tortues symbole d'éternité...

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Le musée de préhistoire (CB)

Au cœur du Parc naturel régional du Verdon, à Quinson, le musée de Préhistoire des gorges du Verdon retrace l'exceptionnelle aventure de l'Homme en Provence depuis 1 million d'années. Le parcours muséographique présente le résultat de fouilles archéologiques menées dans le Verdon depuis plus de 50 ans : un voyage dans le temps accessible à tous grâce à un circuit alternant scènes de la vie quotidienne de la Préhistoire, animations interactives et objets archéologiques originaux.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Saute-mouton (CC)

Le plateau de Valensole a connu de profonds changements durant ces dernières décennies. Couverts d'amandiers à l'ombre desquels pâturaient des troupeaux de moutons au sortir de la seconde guerre mondiale, il s'est peu à peu départi de ses arbres et de ses ouailles pour laisser place à de vastes étendues de lavandin et de blé dur. Cependant il n'est pas rare de croisés des troupeaux sur le plateau, signe de la poursuite de cette activité agricole encore bien présente.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Alpes là (CD)

Point de vue sur le plateau de Valensole et les sommets des Alpes du sud. "Alpes" dérivent de la racine linguistique : alm-, alp ou alb que l'on rattache à l'idée de "montagne". Plus précisément il semble que les mots composés à partir de cette racine désignent initialement une plaine ou un plateau enserrés entre des chaînes de montagnes. On pense immédiatement à la définition d'un "alpage".

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Le Genévrier de Phénicie aussi (CE)

C'est le deuxième genévrier méditerranéen qui se distingue immédiatement de son cousin, le Cade, par ses innombrables ramules couverts de feuilles en écaille minuscules. Son aire de répartition est également moins étendue. Très xérophile, il affectionne les garrigues les plus pauvres, les fissures des rochers et même les falaises calcaires où ses boules rouge brique défient l'ensoleillement le plus fou et l'aridité quasi absolue.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Ne perdons pas le Nord ! (CF)

La table d'orientation située à 498 m d'altitude vous offre une vue sur le lac et le port du Village d'Esparron-de-Verdon. Au loin on devine le massif du Luberon ainsi que la montagne de Lure.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

La fritillaire (CG)

La fritillaire est une plante globalement rare mais localement abondante sur le territoire. Elle est règlementée en cueillette. Sa forme ainsi que diverses anecdotes en font un emblème de la persécution. Elle a été introduite en Angleterre par des huguenots français ayant échappé au massacre de la Saint-Barthélemy. Son bulbe est très toxique, équivalent à de la ciguë.

Crédit photo : Dominique Chavy - PNR Verdon

Esparron, le petit verrou médiéval (CH)

On traversait aisément le Verdon à Esparron, les eaux se faisaient plus calmes au débouché des basses gorges. Un pont, aujourd'hui noyé sous les eaux du lac, fut édifié là en 1725. Le village jalonnait donc un itinéraire d'importance entre Var et Haute-Provence. Sa fonction elle-même est dite par son nom. "L'espar" médiéval est un verrou. Et que vient donc verrouiller cette agglomération ? Le grand chemin, bien entendu, qu'elle surveille attentivement à cette période.

Crédit photo : DR

La demeure des de Castellane (CI)

A l'origine un donjon construit au XIIIe siècle pour surveiller le Verdon et percevoir des péages, un corps de logis vient s'ajouter au XVe. Mais c'est au XVIIe siècle, avec un autre corps de logis et la réfection de sa façade, que la bâtisse prend l'aspect d'une belle résidence de la Renaissance. Possession des Castellane, seigneurs d'Esparron au Moyen Age, le château est resté dans la même famille, presque sans interruption, jusqu'à nos jours. Les actuels héritiers ont transformé le château en chambres d'hôte de prestige.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Le donjon du Baron (CJ)

La mémoire de Boniface VI de Castellane, baron farouche et troubadour impétueux qui vécut au XIIIe siècle, plane toujours sur Esparron-de-Verdon, et s'illustre plus particulièrement dans le donjon de son château. Car cette bâtisse puissante aux créneaux massifs dit bien la fougue de Boniface, qui défia le nouveau comte de Provence, Charles d'Anjou, qu'il qualifiait dédaigneusement de "franciot" (petit français).

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Il était une fois, Vière ... (CK)

Situé en contrebas du château d'Esparron-de-Verdon, le quartier de Vière, cœur historique du village, n'a pas résisté à l'exode rural et a été délaissé par ses habitants. Il est aujourd'hui en ruines, la nature ayant repris ses droits. Après réhabilitation, le site reprend vie et est désormais accessible, sécurisé et aménagé. C'est un lieu de promenade, entre végétation et ruines dont les pierres conservent la mémoire, qui offre de magnifiques points de vue sur le village et le lac.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Par ici la monaille (CL)

Sur son rocher le village se blottit au pied du château, protégé par l'église. La raison d'être du village et du château est purement économique ou fiscale, percevoir les péages sur les marchandises, les animaux et les hommes passant le Verdon. Cette voie de transhumance ou « draille » venait d'Arles et de la Basse Provence pour monter vers les Alpes et ses verts pâturages. On passait le Verdon à gué ou par barque jusqu'à ce que la ville d'Arles paie un nouveau pont en 1720.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Le lac au couchant (CM)

Une belle vue sur le lac d'Esparron le vert du lac se transforme en bleur métal au solail couchant.
Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Le barrage d'Esparron (CN)

Une vue magnifique sur la vallée du Verdon et le barrage de Gréoux qui est un ouvrage hydroélectrique sur le Verdon, situé entre deux départements celui du Var et celui des Alpes-de-Haute-Provence, il permet une retenue d'eau d'un volume de 80 millions de m^3, le lac d'Esparron, qui alimente la centrale de Vinon et le canal de Provence. L'édifice appartient à EDF et fournit 170 millions de kWh par an. C'est un barrage en terre de 260 m d'épaisseur à la base, haut de 67 m et long de 220 m.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

La vallée du Verdon (CO)

Offrez vous une magnifique vue de la basse vallée du Verdon depuis le petit bélvèdere naturel, c'est aussi ici que le Colostre se jette dans le Verdon.
Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

Le Colostre (CP)

Cette rivière a marqué son histoire. A l'époque romaine, le Colostre était un axe de développement important. Plus tard, les habitants de la vallée l'ont domestiqué et utilisé à des fins agricoles. Un réseau de canaux parcourait la vallée. Les prises d'eau sont encore visibles. On y cultivait la tulipe, les haricots ou les mûriers. Les bergers laissaient paître leurs moutons sur les berges. Aujourd'hui, le Colostre est identifié comme un réservoir biologique majeur à restaurer et à préserver.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

Borne milliaire de l'empereur Carus. (CQ)

Le musée conserve le milliaire de Carus. Découvert en 1896 dans le sous-sol d'une habitation ; il s'agit d'une borne cylindrique qui mentionne l'empereur romain Marcus Aurelius Carus (Narbonne ou Milan 230/ ? 283 après J-C) dans un calcaire à grain grossier. Elle est datée du 3e siècle de notre ère. Cette borne jalonnait une des principales voies de circulation romaine la Via Sextiana, reliant Riez-La-Romaine (Ries) à Aix-en-Provence (Aquae Sextiae) en passant par Saint-Martin-de-Brômes.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

- 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