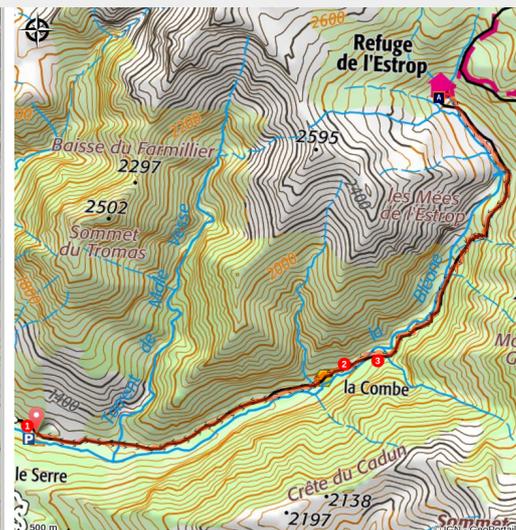


## Refuge de l'Estrop

Prads-Haute-Bleone



Refuge de l'Estrop (SA - CD Alpes de Haute-Provence)

*Après avoir dépassé la limite supérieure du mélèzein et franchi le pas de la Piche, vous découvrirez, niché dans le cirque de l'Estrop, à 2 050 m d'altitude, le refuge de l'Estrop.*

Depuis le parking du lac des Eaux Chaudes, l'itinéraire suit la piste d'accès au hameau de la Combe, puis un sentier qui s'élève en forêt avant de traverser plusieurs couloirs d'avalanche. Les efforts accomplis pour franchir le raidillon des Revaux sont largement récompensés par la beauté des paysages procurés par la cascade de la Piche et le débouché dans le cirque de l'Estrop, avec le refuge visible au loin.

### Informations pratiques

Pratique : Randonnée pédestre

Durée : 5 h

Longueur : 16.4 km

Dénivelé positif : 853 m

Difficulté : Difficile

Type : Aller-retour

Thèmes : Lac, cascade et rivière, Randonnée en montagne

# Itinéraire

Départ : Parking du lac des Eaux Chaudes, Prads Haute Bléone.

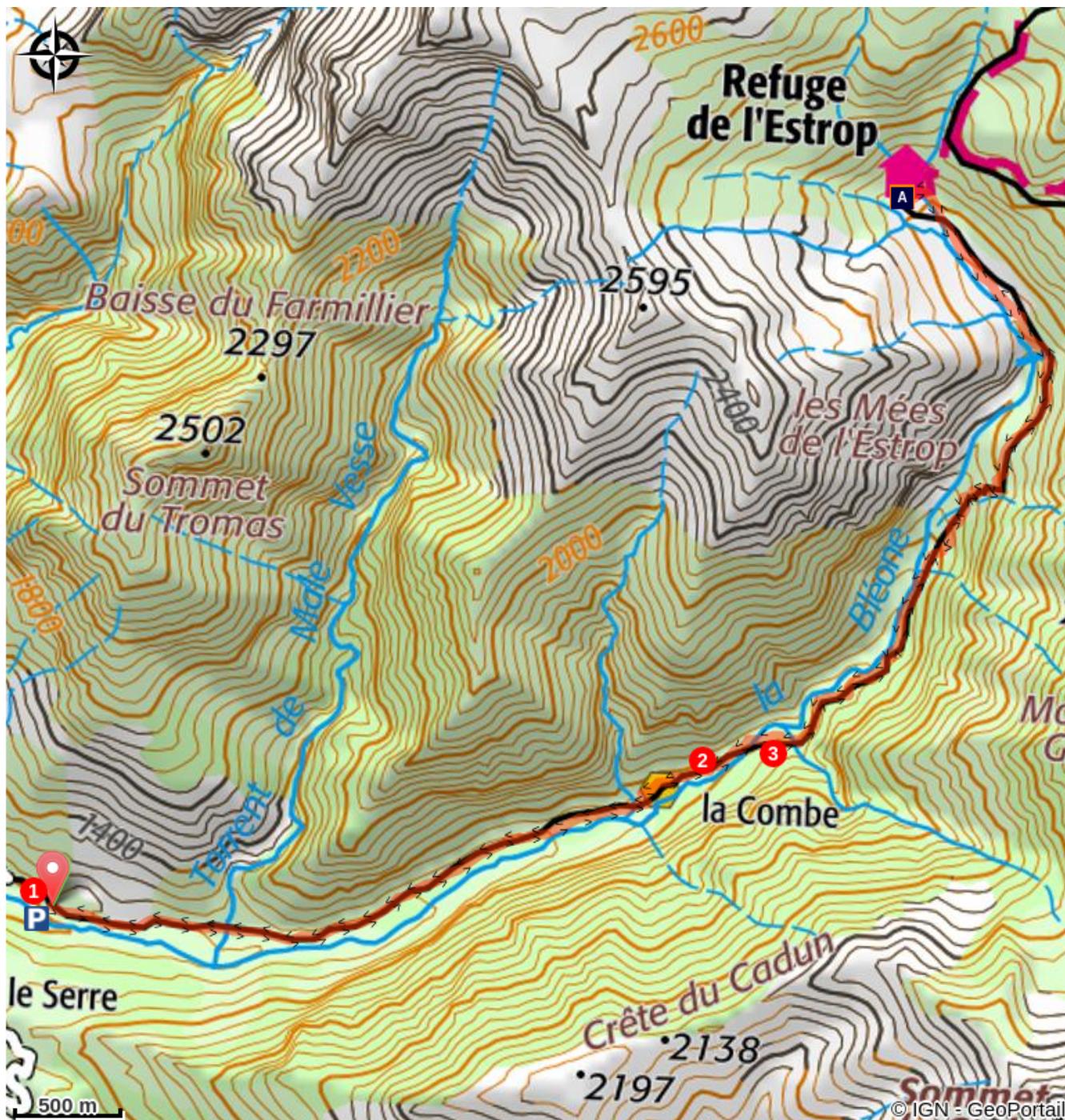
Arrivée : Parking du lac des Eaux Chaudes, Prads Haute Bléone.

Balisage :  PR

1.  **Lac des Eaux Chaudes** (1240 m) - Du parking du Lac des Eaux Chaudes, continuer sur la piste, franchir le torrent de Male Vesse et poursuivre en rive droite jusqu'à La Combe, un ensemble de cabanes érigées de part et d'autre de la Bléone (.
2.  La Combe (1 390 m) - Au niveau de la dernière bâtisse, ne pas franchir la Bléone mais continuer sur un sentier en rive droite. Ce dernier domine la rivière puis la franchit sur une passerelle avant de monter dans le versant opposé jusqu'à un carrefour.
3.  Continuer à gauche, franchir le torrent des Eaux Grosses et poursuivre la montée en forêt. A la sortie du bois, le sentier s'élève plus sérieusement tantôt à flanc, tantôt en courts lacets et franchit, par une vire rocheuse, le pas de la Piche. Passer ainsi en amont de la cascade du même nom pour déboucher dans les pâturages de l'Estrop. Le refuge est alors visible. Traverser les alpages en restant en rive gauche, passer sous la cabane pastorale, franchir un peu plus loin sur une passerelle un des bras de la Bléone pour arriver au refuge de l'Estrop. Le retour s'effectue par l'itinéraire emprunté à l'aller.

*Itinéraire inscrit au Plan Départemental de la Randonnée des Alpes de Haute-Provence.*

# Sur votre chemin...



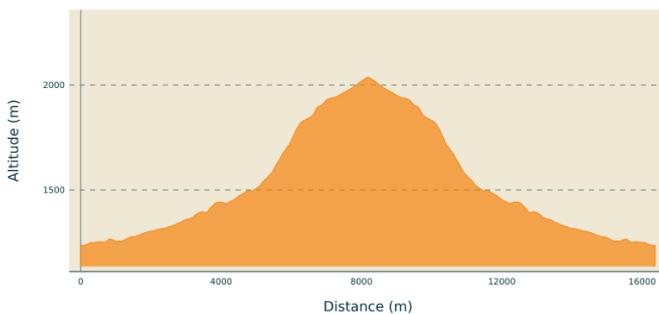
 Refuge de l'Estrop (A)

# Toutes les informations pratiques

## **Recommandations**

Pour les plus motivés, il est possible, après une nuit au refuge, de grimper à la tête de l'Estrop (2961 m) et d'effectuer tout le retour le lendemain (1800 m de dénivelé total, 10 heures de randonnée sur deux jours).

## **Profil altimétrique**



Altitude min 1235 m  
Altitude max 2036 m

## **Transports**

Limitons les déplacements en voiture, pensons aux transports en commun et au covoiturage. Tous les transports en commun sur [zou.maregionsud.fr](http://zou.maregionsud.fr)

## **Accès routier**

Depuis Digne les Bains, sur la D900 puis la D107 jusqu'à Prads Haute Bléone. Après le village, continuer sur 5 km en direction de Saumelonge jusqu'au lac des Eaux Chaudes.

## **Parking conseillé**

Parking du lac des Eaux Chaudes, Prads Haute Bléone.

## **Lieux de renseignement**

Agence de Développement des Alpes  
de Haute-Provence  
8 rue Bad-Mergentheim, 04005 Digne-  
les-Bains Cedex  
<https://www.tourisme-alpes-haute-provence.com/>



Office de tourisme Provence Alpes  
Digne-les-Bains  
Place du Tampinet, 04000 Digne-les-  
Bains  
Tel : +33 (0)4 92 36 62 62  
<https://www.dignelesbains-tourisme.com/>

# Sur votre chemin...

---



## Refuge de l'Estrop (A)

Au sources de la Bléone, à 2050 m dans le massif des Trois Evêchés, le refuge Roger Carle, plus connu sous le nom refuge de l'Estrop est le premier refuge que l'on découvre quand on aborde les grandes Alpes depuis la région dignoise. Mais ce qui fait aussi son charme c'est son histoire : il est né du travail acharné, pendant 7 années entre 1979 et 1985, de centaines de bénévoles de l'ADRI qui ont consacré des milliers de journées laborieuses à sa construction.

Il est aujourd'hui gardé par Olivier Reynaud.

<http://lerefugedelestrop.e-monsite.com>

Les réservations (hébergement et restauration) se font par téléphone au 06 32 06 05 65.

Crédit photo : SA - CD Alpes de Haute-Provence