Tour du Baou par la voie romaine (parcours VTT n°24)

La Palud-sur-Verdon

VTT Tour du Baou Gorges du Verdon (William FAUTRE)

Dans les gorges du Verdon, autour de ses 2 villages emblématiques de Rougon et de La-Palud-sur-Verdon, cet itinéraire vous emmène à l'écart des zones touristiques sur les traces d'un village abandonné, d'une anncienne voie romaine et du remarquable plateau de Suech. Dépaysement garanti !

Depuis La-Palud-sur-Verdon, l'itinéraire monte à l'ancien village en ruine de Châteauneuf-les-Moustiers. Par le tracé de l'ancienne voie romaine, il effectue ensuite le tour du vallon du Baou avant de gagner le remarquable plateau de Suech. La descente plonge alors sur le village de Rougon, dominant les gorges du Verdon, avant de remonter vers La-Palud-sur-Verdon.

Informations pratiques

Pratique : Randonnée VTT

Durée : 3 h 30

Longueur : 26.2 km

Dénivelé positif : 911 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Itinéraire

Départ : Place rue principale - D23, La-Palud-sur-Verdon
Arrivée : Place rue principale - D23, La-Palud-sur-Verdon
Balisage : VTT VTT Itinérance

1. **La Palud sur Verdon** (933 m) - Depuis la place, suivre la Grande Traversée VTT TransVerdon partant par la rue principale en direction de Castellane ( ). A 500 m, au "Ravin du Brusquet", prendre la piste montant à gauche. Plus loin l'ascension se poursuit par un sentier avant de rejoindre le col.
2. **Col de la Croix de Châteauneuf** (1 045 m) - Continuer sur la route, la quitter à droite puis la traverser un peu plus loin. Traverser la plaine par un sentier et gagner à nouveau la route à la ferme du Plan. La suivre sur la gauche. Passer au carrefour "Les Aubannes" et par la piste de droite monter au village en ruine de Châteauneuf-les-Moustiers.
3. **Châteauneuf les Moustiers** (1 119 m) - Continuer sur la piste. Basculer sur l'autre versant et, par l'ancienne voie romaine, descendre jusqu'au pont du Bau. Remonter en face jusqu'à la route D17.
4. **Les Bondils** (1 227 m) - Quitter la Grande Traversée VTT TransVerdon. Suivre la route à droite sur 300 m puis prendre le chemin montant à gauche ( ). Par le tracé de l'ancienne voie romaine rejoindre, en traversée, le carrefour "Les Maurels", traverser le petit torrent de Praux et monter au plateau de Suech.
5. **Peicard** (1 334 m) - Longer le plateau par la partie droite (passage technique entre les lapiaz). A son extrémité retrouver le balisage de la Grande Traversée VTT TransVerdon ( ). Suivre la piste descendant vers Rougon.
6. **Rougon** (962 m) - Sortir du village par la route et, à 400 m, suivre le chemin descendant sur la gauche. Il coupe deux fois la route (prudence) avant de déboucher sur la route des gorges du Verdon en contrebas.
7. Prendre à droite la piste d'accès à la Bergerie de Faucon. Avant celle-ci, suivre le chemin en lisière de bois descendant à gauche. Franchir le Baou par une passerelle et remonter en face. Le sentier, parfois raide, rejoint une piste sur le plateau. Gagner la route de La-Palud-sur-Verdon. Prendre le chemin à gauche après le camping et rejoindre le centre du village.

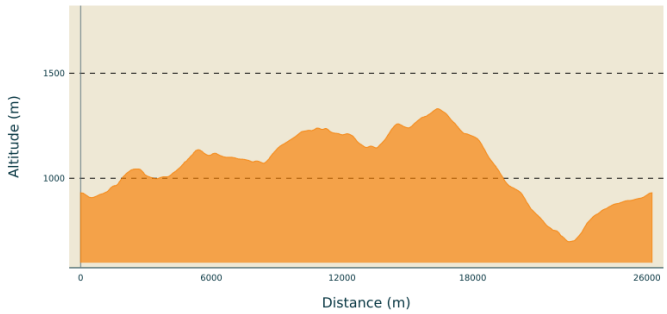
Sur votre chemin…

Toutes les informations pratiques

Recommandations

Cet itinéraire est dans un espace naturel protégé (Parc naturel régional du Verdon).

Profil altimétrique



Altitude min 698 m
Altitude max 1331 m

Transports

Limitons les déplacements en voiture, pensons aux transports en commun et au covoiturage. Tous les transports en commun sur zou.maregionsud.fr

Accès routier

Depuis Castellane (28 km), suivre la D952 jusqu'à La-Palud-sur-Verdon.
Depuis Moustiers-Sainte-Marie (20 km), suivre la D952 jusqu'à La-Palud-sur-Verdon.

Parking conseillé

Parkings du village, La-Palud-sur-Verdon.

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 des Gorges du Verdon
Le Château, 04120 La Palud-sur-Verdon

contact@verdontourisme.com
Tel : +33 (0)4 92 83 76 89
http://www.verdontourisme.com