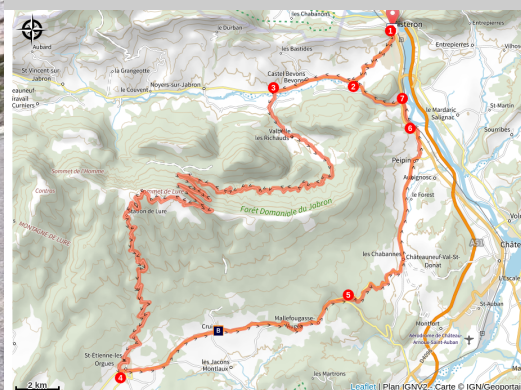


Montagne de Lure (parcours vélo n°5)

Sisteron



Montagne de Lure à vélo (FX Emery)

Une belle ascension jusqu'au Pas de la Graille, à deux pas du sommet dénudé de la Montagne de Lure (1826 m), pour profiter d'une vue imprenable des Alpes à la Méditerranée.

Depuis le centre de Sisteron, l'itinéraire passe par le plateau du Thor puis rejoint la vallée du Jabron. La route s'élève ensuite jusqu'au village de Valbelle, point de départ de l'ascension de la montagne de Lure. A l'ombre rafraîchissante de la forêt succède, une fois le Pas de la Graille franchi, l'éblouissante lumière de la vallée de la Durance vers laquelle descend la route, qui vous ramène au point de départ.

Informations pratiques

Pratique : Randonnée vélo

Durée : 5 h

Longueur : 86.3 km

Dénivelé positif : 1710 m

Difficulté : Difficile



Type : Boucle

Itinéraire

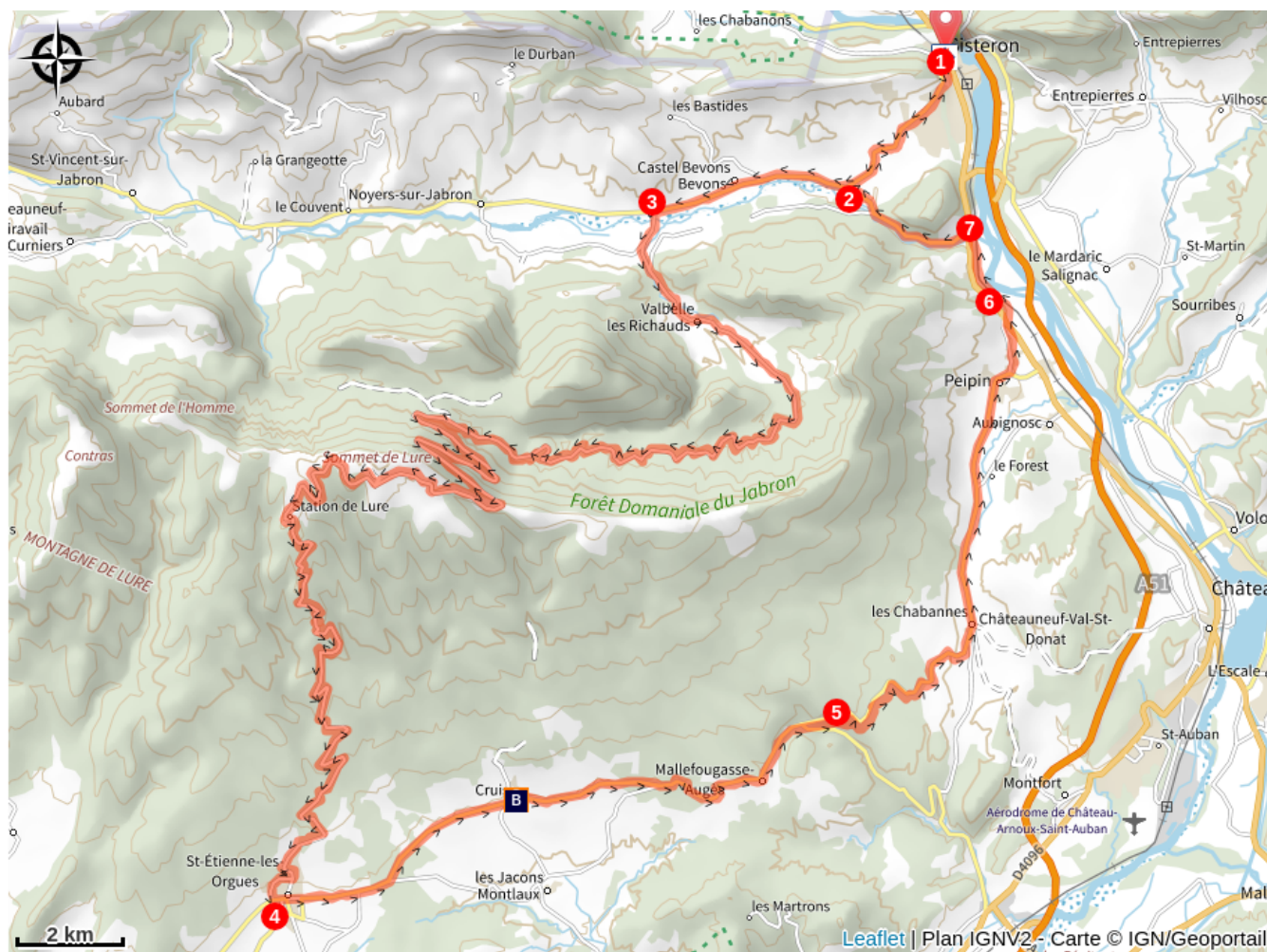
Départ : Parking de la mairie, Sisteron.

Arrivée : Parking de la mairie, Sisteron.


Balisage :  Vélo

1. **P - Du parking de la mairie** (500 m), rejoindre à gauche la D53 (avenue Jean Moulin) qui s'élève vers le plateau du Thor (). La route redescend ensuite vers la vallée du Jabron.
2. **Croisement D53/D946**. Prendre la D946 à droite. Suivre la vallée sur un peu moins de 4 km (Station vélo à Bevons ).
3. **Croisement D946/D53**. Prendre la D53 à gauche. La route serpente jusqu'au pas de la Graille puis redescend (D113) sur l'autre versant de la montagne de Lure.
4. **Croisement D113/D951 Saint-Etienne-les-Orgues**. Prendre à gauche la D951. On traverse Cruis puis Mallefougasse.
5. **Croisement D951/D101**. Rester sur la D951. Traverser Les Chabannes.
6. **Croisement D951/D4085**. On rejoint la vallée de la Durance à Peipin. Prendre la D4085 à gauche sur un court tronçon.
7. **Croisement D4085/D946**. Prendre la D946 à gauche pour rejoindre la vallée du Jabron et revenir sur Sisteron par le même itinéraire que celui emprunté à l'aller.

Sur votre chemin...

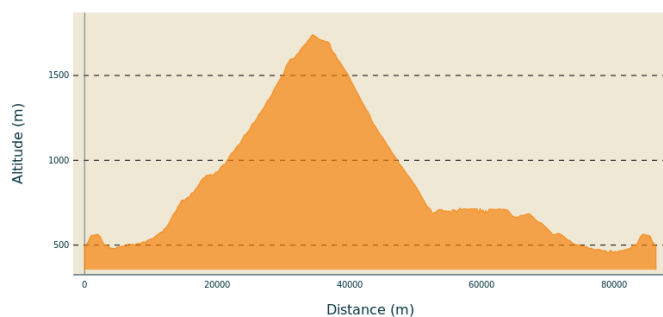


 Citadelle de Sisteron (A)

 Église Notre-Dame-et-Saint-Martin
(B)

Toutes les informations pratiques

Profil altimétrique



Altitude min 455 m
Altitude max 1741 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 Digne-les-Bains (38 km) suivre la N85 jusqu'à Sisteron.
Depuis Manosque (51 km) prendre la N96 jusqu'à Château-Arnoux, puis la N85 jusqu'à Sisteron.

Parking conseillé

Parking de la Mairie, Sisteron.

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 Pays de Forcalquier
- Montagne de Lure
13, place du Bourguet, 04300
Forcalquier

bienvenue@haute-provence-tourisme.com
Tel : +33 (0)4 92 75 10 02
<http://www.haute-provence-tourisme.com>

Office de tourisme Sisteron Buëch
1 Place de la République, 04200
Sisteron

sisteron@sisteron-buech.fr
Tel : +33 (0)4 92 61 36 50
<http://www.sisteron-buech.fr/>

Sur votre chemin...



Citadelle de Sisteron (A)

À 500 m d'altitude, la citadelle de Sisteron, construite sur un éperon rocheux domine la ville. Elle a été construite pour protéger la route entre les Alpes et la méditerranée. Elle fut édifée sous le règne d'Henri IV pour établir un verrou stratégique dans ce passage entre la région du Dauphiné et de la Provence. Bâtie sur les hauteurs de Sisteron elle offre au regard un panorama exceptionnel sur les paysages de Haute-Provence. Déclaré monument historique, elle porte huit siècles d'architecture et d'histoire sur un espace de 10 hectares.

Certains éléments de la citadelle remontent au XIIIe siècle comme le rempart supérieur et le grand donjon. François 1er sera de passage à Sisteron par trois fois : en 1516, de retour de Marignan, en 1524 et en 1537.

Quand éclatent les guerres de religion la ville de Sisteron devient un enjeu majeur et Henri IV décide de consolider ce qui reste des fortifications. Il commande en 1590 les travaux à Jehan Erard, ingénieur militaire qui établira deux enceintes successives sur la face nord et trois sur celle au sud, en ajoutant des ouvrages bastionnés reliés aux remparts de la ville. Ce système de défense « en dent de scie » sera repris et amélioré par Vauban en 1692, sous le règne de Louis XIV, après l'invasion de la vallée par Victor-Amédée II, Duc de Savoie qui était encore en dehors du domaine royal de France.

[Informations et visite de la citadelle](#)

Crédit photo : DR



Église Notre-Dame-et-Saint-Martin (B)

L'implantation religieuse à Cruis date du XIIe siècle par la communauté de chanoines de Saint-Augustin, mais l'église fut fortement remaniée au XVe siècle. Longtemps prospère, sa richesse était liée aux conflits créés par la présence de deux cathédrales, à Forcalquier et à Sisteron, au sein d'un même diocèse (territoire d'un peuple chrétien confié à un évêque et une cathédrale). Les évêques résidant à Lurs, ces conflits ont donc sans doute bien profité à Cruis, dont l'église recèle de richesses par son architecture et son mobilier. Elle est classée monument historique depuis 1925.

Crédit photo : Francesca Jeanparis