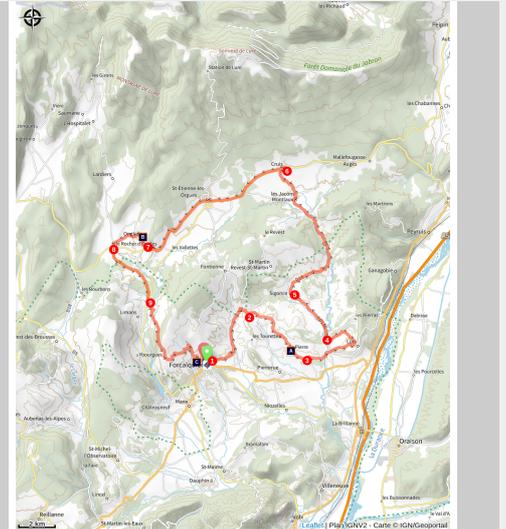


# Forcalquier Lure, boucle gravel (parcours vélo n°7)

Forcalquier



Forcalquier-Lure boucle VTC Gravel (NM - CD Alpes-de Haute-Provence)

*Une boucle qui conviendra parfaitement aux amateurs de chemins de traverse et de vues plongeantes ! Reliez quelques uns des plus beaux villages du Pays de Forcalquier par des routes et pistes de campagne. Gravel, VTC et vélos à assistance électrique à privilégier !*

Ce circuit vélo explore la campagne entre Forcalquier et le pied de la montagne de Lure. La montée vers Lurs, puis la montée finale sur les coteaux de Forcalquier demandent un peu d'entraînement mais se déroulent dans un cadre serein. La piste entre Saint-Pierre et Monessargues ne comporte aucune difficulté et donne envie de s'attarder dans ces lieux hors du temps. La section entre Cruis et Ongles, plus roulante, offre une vue en balcon sur les hameaux environnants, et permet d'approcher l'imposante montagne de Lure.

## Informations pratiques

Pratique : Randonnée vélo

Durée : 3 h

Longueur : 56.3 km

Dénivelé positif : 954 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

## Itinéraire

Départ : Office de tourisme, Forcalquier.

Arrivée : Office de tourisme, Forcalquier.

Balilage :  Vélo

1. **P - Parking Place Marcel Sicard Forcalquier** ( 530 m). Prendre la D16 direction Sigonce. On passe devant l'école, le dojo et le camping avant de quitter Forcalquier (.
2. **Carrefour D16/route communale** (564 m). Prendre à droite la route communale en direction de Pierrerue. La quitter 2.5 km plus loin pour tourner à gauche vers Saint-Pierre. Traverser Saint-Pierre puis descendre à droite.
3. **Carrefour route communale/piste de Monessargues** (460 m). Quitter la route et s'engager sur la piste qui descend à gauche. Rejoindre la D116, la prendre brièvement vers la gauche, puis s'engager à droite sur la route communale qui monte à Lurs. L'accès final au village(hors balilage) se fait en aller-retour. En redescendant du village, prendre à droite (village dans votre dos) l'autre route communale pour retrouver la D116 un peu plus loin.
4. **Route communale/D116** (416 m). Prendre à droite la D116 en direction de Sigonce.
5. **Sigonce** (494 m). Traverser le village. Prendre la D16 direction Cruis. A Montlaux, traverser le village, puis continuer sur la D16 jusqu'à Cruis.

6. **Cruis** (700 m). Traverser le village puis prendre à gauche dans la rue principale (D951). Traversez ensuite Saint-Etienne-les-Orgues.
7. **Carrefour D951/D112** (574 m). Prendre à droite la D112 direction Ongles. Traversez le village et tourner vers la gauche pour rejoindre le Rocher d'Ongles.
8. **Rocher d'Ongles** (620 m). Traverser le pont et prendre la D950 à gauche. La suivre sur 4 km.
9. **Moulin de Pangon** (521 m). Prendre à gauche la route communale qui s'élève d'une centaine de mètres avant de replonger vers Forcalquier.

# Sur votre chemin...



-  Chapelle Saint-Pierre (A)
-  Cabanon pointu (C)

-  Site de Vière (B)

# Toutes les informations pratiques

## Profil altimétrique



Altitude min 409 m  
Altitude max 717 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 Manosque (22 km), suivre la D4096 jusqu'à Volx, puis la D13 et la D16 en direction de Forcalquier.

## Parking conseillé

Parking de l'avenue de Verdun, Forcalquier

## Lieux de renseignement

Agence de Développement des Alpes de Haute-Provence  
8 rue Bad-Mergentheim, 04005 Digne-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](mailto:bienvenue@haute-provence-tourisme.com)  
Tel : +33 (0)4 92 75 10 02  
<http://www.haute-provence-tourisme.com>



# Sur votre chemin...

---



## Chapelle Saint-Pierre (A)

La chapelle Saint-Pierre, dite de Viviers, est une chapelle romane. Elle a été inscrite comme monument historique par arrêté du 11 juillet 1984, alors qu'elle était en ruines mais a été restaurée depuis.

Des tombes des VI<sup>e</sup> et VIII<sup>e</sup> siècles ont été fouillées tout autour. Le premier édifice connu sur ce site fut un prieuré édifié durant la deuxième moitié du XI<sup>e</sup> siècle et dépendant de l'abbaye de Ganagobie. Elle se compose d'une nef et d'un chevet semi-circulaire surmonté d'un clocher-mur. Elle est édifiée en moellons, l'usage de la pierre de taille étant limité à l'encadrement des baies et au clocher-mur. Le chevet est percé de trois fenêtres dont la plus importante présente une très intéressante décoration.

*Source : Wikipedia*

Crédit photo : SA - CD Alpes de Haute Provence

---



## Site de Vière (B)

Les origines du site de Vière à Ongles remontent à l'époque protohistorique. C'est sur ses traces qu'un premier bourg s'est implanté vraisemblablement au XIII<sup>e</sup> siècle. Le vieil Ongles - Site de Vière connaît son apogée au XIII<sup>e</sup> siècle grâce à l'extension de la ville, au développement économique et au renforcement des ouvrages défensifs. A l'issue des guerres de religion du XVI<sup>e</sup> siècle, ces derniers sont détruits, le but étant de les rendre inutilisables. Les parties habitées, elles, ont été épargnées. En effet, le village commençait à se déplacer vers le hameau de la Fontaine, position actuelle d'Ongles.

Crédit photo : Anaïs Joly

---



## Cabanon pointu (C)

Un cabanon pointu est un abri, saisonnier ou temporaire, construit entièrement en pierres sèches. Ils pouvaient servir comme abri, comme remise où entreposer des outils, comme grangette pour stocker provisoirement les récoltes, comme écurie ou bergerie...

Crédit photo : Haute-Provence Tourisme

---