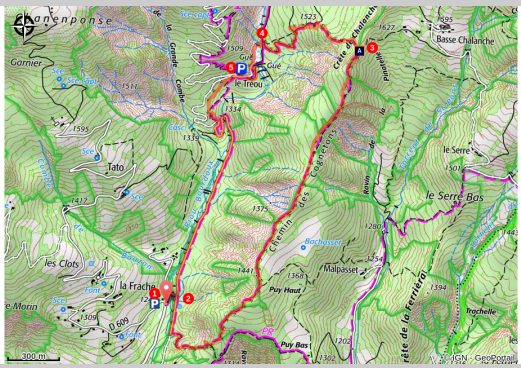
Crête des Cognetons

Saint-Pons



Barcelonnette et le Chapeau de Gendarme (SA - CD Alpes de Haute-Provence)

En forêt domaniale, le circuit traverse un versant riche en essence d'arbres et d'arbustes replantés dans ces lieux fragilisés par l'érosion.

Depuis le parking, l'itinéraire monte en forêt domaniale puis suit la Crête des Cognetons. Il la quitte ensuite pour descendre jusqu'au Riou Bourdoux et la maison forestière du Tréou. Il revient ensuite au point de départ en longeant le torrent.

Informations pratiques

Pratique : Randonnée pédestre

Durée : 2 h 30

Longueur : 6.5 km

Dénivelé positif : 361 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Hors des sentiers battus, Lac, cascade et rivière

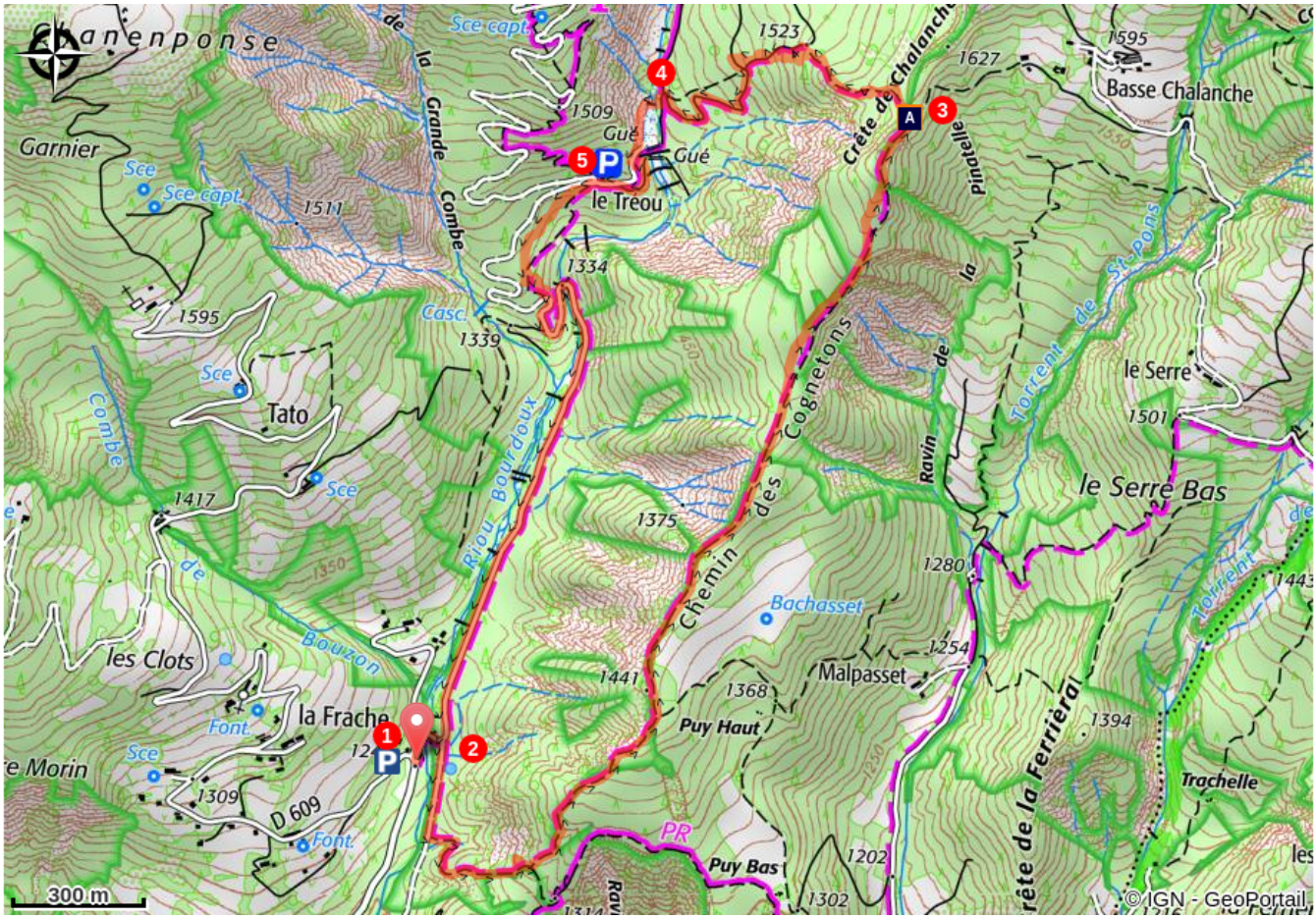
Itinéraire

Départ : La Frache, Saint-Pons
Arrivée : La Frache, Saint-Pons
Balisage : PR

1. **La Frache** (1 240 m) - Suivre la route d'accès au Riou Bourdoux ( ). Traverser le torrent et atteindre un carrefour.
2. **Le Riou Bourdoux** (1 241 m) - Prendre le chemin à droite et arriver rapidement au départ d'un sentier sur la gauche. Gravir un versant boisé, par un sentier en lacets coupé plusieurs fois par une piste de débardage de bois. L'itinéraire s'élargit, et toujours en grimpant, rejoindre une crête. Il suit ensuite le faîte de la crête en dominant quelques robines (terres noires érodées) et alterne avec des portions en forêt. Déboucher à un croisement bien marqué de sentiers, au niveau d'un collet.
3. Descendre à gauche dans le Riou Bourdoux par un sentier en lacets coupé plusieurs fois par une piste de débardage de bois. La forêt est ici clairsemée, et les arbres penchent à cause du glissement de terrain. Le sentier débouche sur une piste. La descendre à gauche et, après quelques virages, déboucher sur une autre piste qui longe le cours du torrent.
4. **Passerelle du Tréou** (1 410 m) - Tourner à gauche (portion du sentier de découverte du Riou Bourdoux). Traverser le torrent à gué en amont du Grand Barrage. Le chemin remonte en rive droite et atteindre la maison forestière du Tréou.
5. **Le Tréou** (1 399 m) - Dépasser le bâtiment. Derrière, dans la courbe de la route forestière, trouver à gauche le sentier de retour. Le suivre à la descente dans la forêt. Il dessine deux grands lacets, amorce une traversée, puis de nouveau des lacets courts, pour rejoindre la route forestière. Descendre cette route, traverser le torrent sur un pont et poursuivre sur la route revêtue en rive gauche pour revenir au point **2**. Prendre à droite et revenir au point de départ.

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

Sur votre chemin…



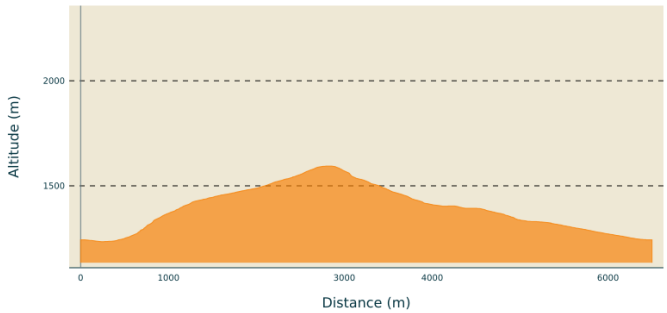
Le pin sylvestre (A)

Toutes les informations pratiques

Recommandations

Passage vertigineux entre les points **2** et **3**.
Traversée du torrent à gué dangereuse en cas de crue entre les points **4** et **5**.

Profil altimétrique



Altitude min 1234 m
Altitude max 1594 m

Transports

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

Service de navettes gratuites en saison dans la vallée de l'Ubaye.

Accès routier

Depuis Barcelonnette (4 km), suivre la D900 en direction des Thuiles, puis la D609 au niveau de l'aérodrome en direction de La Frache sur 2 km.

Parking conseillé

Dans la courbe de la route, en face des panneaux d'information ONF, Saint-Pons.

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 de Barcelonnette
Place Frédéric Mistral, 04400 Barcelonnette

info@barcelonnette.com
Tel : +33 (0)4 92 81 04 71
http://www.ubaye.com/

Sur votre chemin…

☘️ Le pin sylvestre (A)

Le pin sylvestre supporte la sécheresse et ne craint pas le froid. La teinte rougeâtre de la partie supérieure de son tronc constitue son originalité. Lorsque l'arbre pousse, la vieille écorce se détache en fines lamelles et laisse apparaître les couches les plus jeunes donnant à l'arbre sa couleur caractéristique.
C'est une espèce dite pionnière. Elle est parmi les premières essences à coloniser les espaces dénudés ou délaissés par l'homme comme ces anciens prés.
Crédit photo : DR