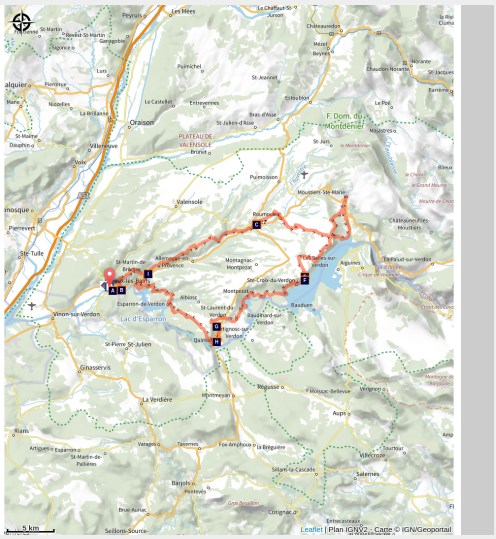
Tours du Verdon en 6 jours (GRP® TDV) - Le tour des balcons du Verdon et plateau de Valensole

Greoux-les-Bains

Plateau de Valensole (Teddy Verneuil/AD04)



A cheval entre les départements du Var et des Alpes de Haute-Provence, les Tours du Verdon cheminent à travers le Parc Naturel Régional du Verdon et permettent de découvrir le plateau de Valensole, connu pour ses spectaculaires champs de lavande, les lacs bleus azur de Sainte-Croix, de Montpezat et d'Esparron, les collines du Haut Var et les basses gorges du Verdon.

Le GRP® Tours du Verdon est un maillage d'itinéraires de 5 à 7 jours qui vous guident pour découvrir des paysages magnifiques au cœur du Parc Naturel Régional du Verdon.

Cette fiche décrit le Tour des balcons du Verdon et plateau de Valensole en 6 jours.

Informations pratiques

Pratique : Randonnée itinérante

Durée : 6 jours

Longueur : 107.6 km

Dénivelé positif : 2543 m

Difficulté : Moyen

Type : Itinérance

Thèmes : Histoire et patrimoine, Lac, cascade et rivière

Itinéraire

Départ : Gréoux-les-Bains
Arrivée : Gréoux-les-Bains
Balisage : GRP® GR®

Cet itinéraire fait partie des 1 700 km de GR® et GRP® du département des Alpes de Haute-Provence. Il est entretenu par les bénévoles du Comité Départemental de la Randonnée Pédestre (CDRP 04). Celui-ci a également participé au descriptif des étapes.

Étapes :

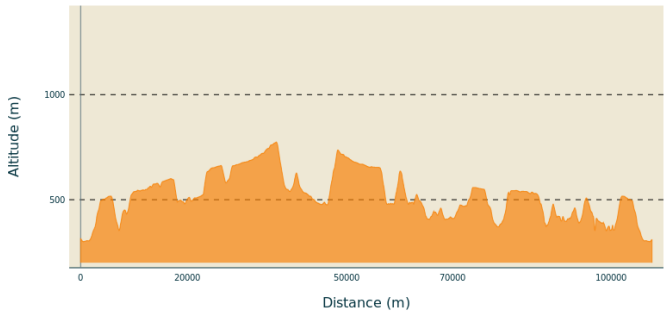
1. GRP® TDV - Etape 1 : Gréoux-les-Bains - Riez
   22.9 km / 582 m D+ / 8 h
2. GRP® TDV - Etape 2 : Riez - Moustiers-Sainte-Marie
   17.8 km / 436 m D+ / 6 h 30
3. GRP® TDV - Etape 3 : Moustiers-Sainte-Marie - Sainte-Croix
   19.1 km / 337 m D+ / 5 h 30
4. GRP® TDV - Etape 4 : Sainte-Croix - Quinson
   19.7 km / 411 m D+ / 6 h
5. GRP® TDV - Etape 5 : Quinson - Saint-Martin de Brômes
   20.8 km / 580 m D+ / 6 h 30
6. GRP® TDV - Etape 6 : Saint-Martin de Brômes - Gréoux-les-Bains
   8.3 km / 240 m D+ / 2 h

Sur votre chemin...

- La Rana Klepton (A)
- Eau secours (B)
- Pin d'Alep (C)
- Saint-Maxime, l'âme du lieu (D)
- Air conditionné (E)
- Sainte Croix avant le barrage (F)
- Source du Vaudoudurde (G)
- Les remparts (H)
- La tour de l'Horloge (I)

Toutes les informations pratiques

Profil altimétrique



Altitude min 300 m
Altitude max 774 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 Manosque (14 km), suivre la D907 puis la D4 en direction de Vinon-sur-Verdon, puis la D82 jusqu'à Gréoux-les-Bains.

Parking conseillé

Parking des Thermes, Gréoux-les-Bains.

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 Gréoux les Bains
7 Place de l'Hôtel de Ville, 04800 Gréoux-les-Bains

contact@tourisme-greouxlesbains.fr
Tel : +33 (0)4 92 78 01 08
http://www.greoux-les-bains.com/

Sur votre chemin...

La Rana Klepton (A)

La grenouille verte ou grenouille commune, de son nom scientifique Rana klepton esculenta fait partie de la famille des Ranidés. Le terme de « klepton » signifie qu'il s'agit d'une espèce hybride. Ici il s'agit d'un croisement entre la grenouille rieuse et la petite grenouille verte.
Crédit photo : Stéfano Blanc - PNR Verdon

Eau secours (B)

La berge du Verdon est colonisée par une flore particulière et rare en Provence, celle des zones humides. Saules, peupliers représentent la majorité des arbres présents. Au bord de l'eau un cortège de joncs, de laîches. Dans le lit même du Verdon, les plantes aquatiques, tapissent le fond dans les zones les plus calmes. Cette végétation menacée par le piétinement, l'aménagement des berges et la dégradation de la qualité de l'eau est un des enjeux actuels de la préservation du patrimoine naturel.
Crédit photo : Stéfano Blanc - PNR Verdon

Pin d'Alep (C)

D'une taille assez remarquable, ces pins âgés d'une centaine d'années, sont accompagnés, au centre de l'esplanade, par deux marronniers et deux tilleuls. Si leur disposition régulière en bordure de l'esplanade peut laisser penser qu'ils ont été plantés ici, les pins d'Alep sont cependant parfaitement à leur place à Riez. Avec le chêne vert (que l'on voit dans les fourrés alentours), ce pin est l'autre espèce d'arbre caractéristique de la forêt méditerranéenne.
Crédit photo : Stéfano Blanc - PNR Verdon

Saint-Maxime, l'âme du lieu (D)

On a peine à croire que le site fut plusieurs fois occupé, tant il ne reste rien de cette occupation. Autrefois pourtant se tenaient ici un ensemble d'habitations, une église érigée en cathédrale et le palais des évêques de Riez. Aujourd'hui, seule la petite chapelle Saint-Maxime semble veiller sur le lieu. Elle date de 1655. A ses côtés, une petite congrégation de l'ordre des clarisses maintient la tradition religieuse.
Crédit photo : Stéfano Blanc - PNR Verdon

Air conditionné (E)

Les plantes transpirent ! Mais les aromatiques se sont inventés une climatisation. Faisant d'une pierre deux coups, ces espèces méditerranéennes résolvent le problème d'élimination des déchets et de survie à la chaleur estivale. Elles stockent leurs déchets sous forme volatile dans des petites vésicules situées dans l'épaisseur des feuilles ou des tissus qui recouvrent la tige ou la fleur. Aux heures les plus chaudes, ces vésicules s'ouvrent. L'évaporation de leur contenu rafraîchit la plante.
Crédit photo : Stéfano Blanc - PNR Verdon

Sainte Croix avant le barrage (F)

Dans cette vaste cuvette posée là entre les grandes et les basses gorges, le Verdon en profitait: il s'étirait dans la plaine qu'il traversait, y déroulait quelques méandres et s'offrait des abords marécageux et une crue de temps à autre. Mais la présence de la rivière propose de nombreux avantages, toutes les communautés qui avaient la grande chance de disposer d'un cours d'eau vous l'auraient affirmé. Elle fournit en effet le sable et les galets nécessaires à la construction des bâtiments.
Crédit photo : DR

Source du Vaudoudurde (G)

Tout près du hameau du même nom, une source bien protégée derrière un mur avec un grand regard. La source possède avec un abreuvoir à deux bassins creusé dans la masse, un réservoir voûté et un arbre tout courbaturé, voilà le décor champêtre. Sur le cadastre napoléonien, on voit bien que la source est captée à partir d'un petit affluent du côté de la Bourre.
Crédit photo : ADRI 04

Les remparts (H)

Construits sur le modèle de ceux d'Avignon et de Riez, les remparts de Quinson ont été édifiés au début du XVème siècle quand Yolande d'Aragon a autorisé en 1419 "les habitants du castrum Saint Michel" à s'établir dans la plaine pour y fonder le village.
C'est à l'intérieur d'une épaisse murale protectrice de forme à peu près circulaire et disposant de 7 tours crénelées qui encerclent l'ouvrage, que les habitants se sont installés. Les portes principales semblent avoir été défendues par les tours carrées de l'est. Sur les 6 tours existantes, 5 sont de plan carré ou rectangulaire et une a une forme de fer à cheval. Les deux portes fortifiées se fermaient par deux vantaux dont l'emplacement des gonds est encore visible.
Crédit photo : DR

La tour de l'Horloge (I)

La tour fut construite au XIVe siècle, à l'initiative de Boniface de Castellane, le seigneur d'alors. Elle est aujourd'hui reconnue comme le plus bel ouvrage militaire de Haute-Provence. Son aspect militaire est certain, mais sa fonction semble bien moins défensive. Elle pouvait servir à stocker l'impôt seigneurial (sous forme de denrées). On peut parler de "donjon" marquant de façon ostensible le pouvoir du seigneur. Au sommet, les mâchicoulis permettaient d’assurer sa défense en cas d’attaque.
Crédit photo : Stéfano Blanc - PNR Verdon