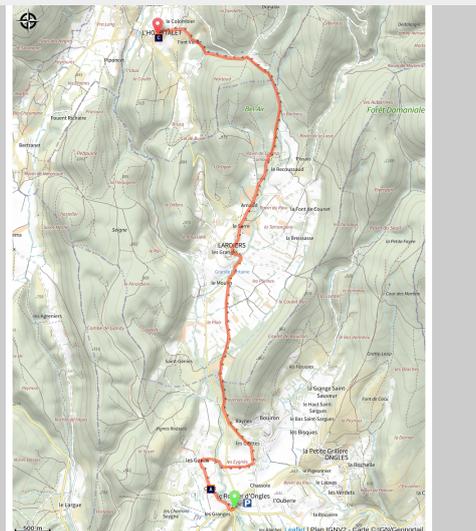


## GRP® TDL - Etape 1 : Rocher d'Ongles - L'Hospitalet

Ongles



Champ de Lavande (Haute Provence Tourisme)



*L'étape 1 du GRP® Tours de Lure vous conduira du Rocher d'Ongles en partie basse de la montagne de Lure pour rejoindre Lardiers puis le village de L'Hospitalet. Une montée facile sur le massif dans un environnement très Provençal à la découverte des bergeries et murets autrefois utilisés pour les activités pastorales et agricoles.*

Depuis le Rocher d'Ongles, l'itinéraire ne présente aucune difficulté notable. Il emprunte des pistes, qui en sortie de Lardiers contourne un massif en son flanc pour remonter facilement jusqu'au village de L'Hospitalet.

### Informations pratiques

Pratique : Randonnée itinérante

Durée : 2 h 30

Longueur : 10.5 km

Dénivelé positif : 396 m

Difficulté : Moyen

Type : Itinérance

# Itinéraire

Départ : Place du village, Rocher d'Ongles

Arrivée : L'Hospitalet

Balisage :  GRP®

# Sur votre chemin...

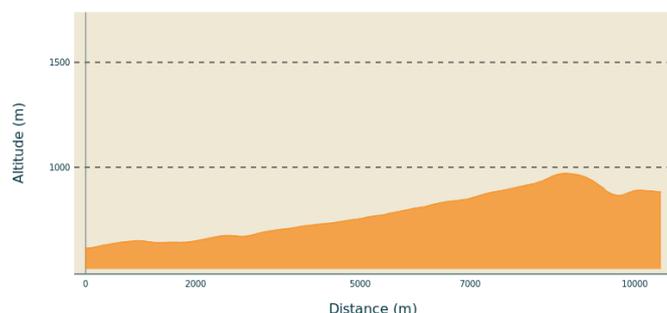


-  L'exode rural (A)
-  Evasion équestre (C)

-  Gîte d'étape Les Granges (B)

# Toutes les informations pratiques

## Profil altimétrique



Altitude min 615 m  
Altitude max 972 m

## 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 Intercommunal  
Haute-Provence-Pays-de-Banon  
Place de la République, 04150 Banon  
banon.accueil@wanadoo.fr  
Tel : + 33 (0)4 92 72 19 40  
<http://hauteprovencepaysdebanon-tourisme.fr>

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>

# Sur votre chemin...

---



## L'exode rural (A)

Phénomène majeur dans la première moitié du XXe siècle, l'exode rural a fortement été ressenti dans les campagnes de la région. En cause principale, la demande croissante de main d'oeuvre par la révolution industrielle face à la misère paysanne. La commune d'Ongles a perdu plus de deux tiers de ses habitants jusque dans les années 70, avant de connaître une nouvelle croissance avec le regain d'intérêt pour les espaces ruraux préservés de l'urbanisation.

Crédit photo : Francesca Jeanparis - CCPFML

---



## Gîte d'étape Les Granges (B)

Gîte d'étape, chambres et table d'hôte, hébergement de groupe en Haute Provence. Hébergement de familles. Séminaires. Groupes cyclistes.

+33 (0)6 15 22 49 87

[christine.valentin2@wanadoo.fr](mailto:christine.valentin2@wanadoo.fr)

[Site internet](#)

Crédit photo : Christine Valentin

---



## Evasion équestre (C)

Gîte d'étape, location week-end et semaine.

4 route de Banon

04150 L'Hospitalet

Restauration, cuisine en gestion libre, pique-nique à emporter.

+33 (0)6 69 44 07 58

+33 (0)4 92 72 61 54

[evasion.equestre@hotmail.fr](mailto:evasion.equestre@hotmail.fr)

[nicodada@hotmail.fr](mailto:nicodada@hotmail.fr)

[Page Facebook](#)

Crédit photo : Evasion équestre

---