

## GRP® TDV - Etape 1 : Moustiers-Ste-Marie - La Palud-sur-Verdon

Moustiers-Sainte-Marie



Lac de Sainte Croix (Teddy Verneuil / AD04)

*Une première étape pour découvrir le lac de Sainte-Croix et les hauteurs des gorges du Verdon.*

Cette traversée offre une belle vue sur la queue du lac de Sainte-Croix et la partie terminale du canyon puis rejoint La Palud-sur-Verdon par les crêtes en rive droite du Grand-Canyon.

### Informations pratiques

Pratique : Randonnée itinérante

Durée : 6 h

Longueur : 16.6 km

Dénivelé positif : 1043 m

Difficulté : Difficile






Type : Itinérance

# Itinéraire

Départ : Moustiers-Ste-Marie

Arrivée : La Palud-sur-Verdon

Balisage :  GRP®  GR®

1.  **Parking Maire** (575 m) - Remonter la D952 sur 200 m, prendre à droite le chemin de Quinson et descendre à la passerelle de la Maire. Traverser le ruisseau et prendre à gauche jusqu'au croisement (  ).
2.  **Peyrengues** (535 m) - Prendre à gauche le GR®4 sur la petite route en direction de la Palud. Rejoindre la D952, tourner à droite et la longer 700m jusqu'au rond point. Prendre à gauche et suivre la D952 80 m jusqu'au sentier qui coupe le lacet de la départementale. Continuer à monter en forêt jusqu'à la crête.
3.  **Crête de l'Ourbes** (962 m) - Rester sur le GR®4 et suivre la crête sur 3 km en passant par le "Col de l'Âne". Au "Col de Plein Voir", prendre tout droit et traverser le plateau.
4.  **Plateau de Barbin** (1200 m) - Continuer tout droit le GR® en direction de La Palud. Passer l'Adrech de Barbin et entrer dans La Palud par une longue traversée descendante jusqu'à la D123.

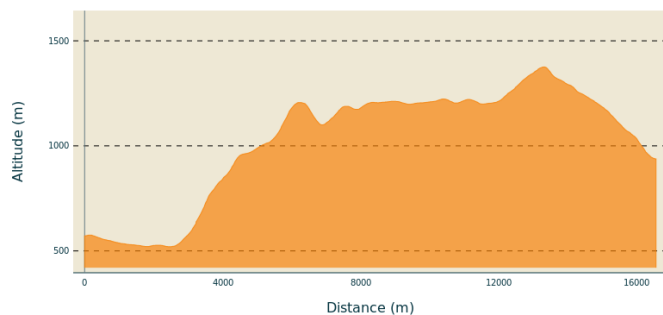
*Itinéraire inscrit au Plan Départemental de la Randonnée des Alpes de Haute-Provence.*

# Sur votre chemin...



# Toutes les informations pratiques

## Profil altimétrique



Altitude min 520 m  
Altitude max 1376 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 de Moustiers-  
Sainte-Marie  
Maison de Lucie, 04360 Moustiers-  
Sainte-Marie  
[info@moustiers.fr](mailto:info@moustiers.fr)  
Tel : +33 (0)4 92 74 67 84  
<http://www.moustiers.eu/>