

La Routo : De Aix en Provence à Digne les Bains

FRANCE - PROVENCE



Partez à l'aventure de Aix en Provence à Digne les Bains via le GR69 et laissez vous porter par les magnifiques paysages provençaux. Des sentiers sinueux aux panoramas à couper le souffle, cette randonnée vous promet une immersion totale dans la nature sauvage. Rencontrez des bergers, respirez les parfums enivrants des champs de lavande et laissez vous porter par le charme des villages pittoresques. Terminez votre périple à Digne les Bains, ville thermale accueillante où vous pourrez vous ressourcer après cette randonnée.



8 jours / 7 nuits
7 jours de
randonnées



1 à 15 personnes



Itinérant



★★



Hôtel - Gîte -
Chambres d'hôtes



Code : 1484

LES POINTS FORTS :

- Un patrimoine culturel varié



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

Jour 1 : AIX EN PROVENCE

Arrivée à Aix en Provence, vous déposerez vos affaires à l'hôtel puis vous pourrez profiter de cette ville au mille fontaines.

Nuit et dîner en hôtel.

JOUR 2 : AIX EN PROVENCE - RIAN

Après un court transfert en taxi vous débuterez la randonnée à Vauvenargues. Arrivée dans le charmant village de Vauvenargues, niché au pied de la montagne Sainte-Victoire, immortalisée par le pinceau de Cézanne. Enveloppé par la tranquillité des oliveraies et des vignobles, vous apprécierez la beauté naturelle de ce coin de paradis. Au fil de la journée traverserez des forêts ombragées, des champs de lavande ondulant sous la brise légère, et des villages figés dans le temps. En chemin, ne manquez pas de vous arrêter pour admirer les vestiges historiques qui parsèment votre route, témoins d'un passé riche en histoire et en culture. Du château de Vauvenargues aux églises médiévales de Rians, chaque pierre raconte une histoire captivante qui vous transportera à travers les siècles.

Nuit en hôtel 2* et dîner à votre hébergement.

 6h de marche, 21.5km, +630m de dénivelé

JOUR 3 : RIAN - VINON SUR VERDON

Durant cette journée vous pourrez traverser les paysages de la Provence lors de votre randonnée de Rians à Vinon sur Verdon. Quittez le charme rustique de Rians pour vous aventurer dans les collines et les vallées qui caractérisent cette région préservée. Dès les premiers pas, vous serez accompagnés par la tranquillité des oliveraies et des champs de lavande, tandis que les sentiers vous mèneront à travers des panoramas à couper le souffle. Sous le chaud soleil provençal, chaque virage révèle de nouveaux trésors naturels, des rivières aux falaises qui dominent l'horizon. Alors que vous approchez de Vinon sur Verdon, laissez vous porter par la beauté pittoresque de cette ville provençale, nichée au bord de la rivière Verdon, elle offre un moment paisible où vous pourrez vous ressourcer après cette journée de randonnée.

Cette étape peut-être raccourci sur demande.

Nuit et dîner en auberge.

 7h de marche, 25km, +400m de dénivelé

JOUR 4 : VINON SUR VERDON - VALEN

Au départ de Vinon sur Verdon après le petit déjeuner vous quittez les rives tranquilles de la rivière Verdon pour vous aventurer dans les vastes étendues de la campagne provençale, où vous pouvez découvrir des champs de lavande à perte de vue. En suivant les sentiers, vous traversez des paysages typiques ainsi que des collines réputées pour les vignobles. Chaque pas vous rapproche un peu plus des trésors de la région, des villages perchés sur les hauteurs aux anciennes abbayes nichées dans les vallées. Vous approchez de Valensole, célèbre pour ses vastes plateaux de lavande qui s'étendent à perte de vue. Imprégnez-vous de l'atmosphère envoûtante de ce village provençal, où les ruelles pavées regorgent de charme et d'histoire.

Dîner et nuit en chambre d'hôte.

 5h30 de marche, 21.4km, +400m de dénivelé



JOUR 5 : VALENSOLE - RIEZ

Après votre petit déjeuner vous quittez les champs de lavande et les paysages de Valensole pour vous aventurer à travers les sentiers de la campagne provençale. Au fil de votre voyage, laissez-vous guider par la diversité des paysages qui s'offrent à vous. En chemin, découvrez les trésors de la région, des villages médiévaux perchés sur les collines aux vestiges romains disséminés le long de votre parcours. Chaque pas est l'occasion de plonger dans l'histoire riche et captivante de la Provence. Alors que vous approchez de Riez, laissez-vous séduire par le charme authentique de cette ville provençale avec ses ruelles pittoresques et les vestiges de son passé. Dîner et nuit en hôtel 3*.

▲ 4h40 de marche, 18.5km, +310m de dénivelé

JOUR 6 : RIEZ - BRAS D'ASSE

Cette étape vous fait quitter les ruelles médiévales de Riez et plonger dans la campagne environnante, où les collines et les vallées paisibles vous invitent à la découverte. Au fur et à mesure que vous avancez, vous découvrez la diversité des paysages qui défilent sous vos yeux. Des champs de lavande ondulants aux forêts denses de chênes verts, chaque étape révèle de nouveaux trésors naturels à découvrir. Ne manquez pas de vous arrêter en chemin pour explorer les petits villages perchés qui jalonnent votre parcours. En approchant de Bras d'Asse promenez-vous à travers les ruelles, découvrez cette ville paisible et savourez l'hospitalité chaleureuse de ses habitants. Diner et nuit en gîtes.

▲ 6h de marche, 20km, +500m de dénivelé

JOUR 7 : BRAS D'ASSE - DIGNE LES BAINS

Vous quittez le charme tranquille de Bras d'Asse et vous laissez entraîner par les sentiers qui serpentent à travers les collines et les vallées. À mesure que vous avancez, laissez-vous séduire par la diversité des paysages qui s'offrent à vous. Des champs de lavande baignés de soleil aux forêts de pins et de chênes, chaque étape révèle de nouveaux trésors naturels à explorer. Imprégnez vous de l'atmosphère authentique de ces villages préservés, où le temps semble s'être arrêté et où règne une sérénité absolue.

Quelques kilomètres avant le Chaffaut, un transfert en taxi sera organisé pour vous déposer à Digne Les Bains. Nuit et dîner en Hôtel.

▲ 6h45 de marche, 23.5km, +610m de dénivelé

JOUR 8 : DIGNE LES BAINS

Fin du séjour après le petit-déjeuner

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.

NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

Nuits supplémentaires possible avec supplément (Nous consulter)



FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

➤ **Marcheur Régulier**

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière. De 5 à 7h de marche par jour environ, les distances des étapes sont généralement comprises entre 17 et 22km. Dénivelé pas très important, en revanche deux étapes plus longue avec possibilité de les raccourcir.

NIVEAU TECHNIQUE :

Ce circuit ne présente aucune difficulté terrain particulière.

ENCADREMENT :

Vous randonnez sans accompagnateur. Vous êtes en autonomie avec l'ensemble de vos documents de voyage (topoguide, cartes...).

TOPOGUIDE :

Votre topo (dossier de voyage) vous sera envoyé par courrier environ 2 à 3 semaines avant votre départ : il récapitulera les contacts utiles et le détail de votre programme jour par jour, ainsi que les points de RV et d'accès à vos hébergements. Votre questionnaire de satisfaction y sera aussi présent. Pour ce séjour Un livret FFR vous indiquant l'ensemble des étapes des randonnées est fourni pour ce séjour. Vous trouverez en complément un document vous permettant de rejoindre vos hébergements. Possibilité d'envoi de plusieurs topos (avec supplément). En cas de réservation de dernière minute ou d'adresse à l'étranger, votre topoguide sera envoyé au premier hébergement de votre séjour et vous sera remis à votre arrivée sur place.

HÉBERGEMENT :

Vous êtes hébergés en hôtels Hôtel, Chambres d'hôtes, Auberge (ou équivalent).

TRANSPORT DES BAGAGES :

Vous randonnez uniquement avec vos affaires de la journée. Le transport de vos bagages est prévu les jours 2,3,4,6, 7 et 8.

TRANSFERTS :

Durant ce séjour vous aurez un transfert prévu de Aix en Provence à Vauvenargues.

GROUPE :

A partir de 1 participant (avec suppléments)



RENDEZ-VOUS :

Jour 1 à l'heure de votre convenance à votre hôtel à Aix en Provence.

DISPERSION :

Jour 8 à votre hôtel à Digne les bains après votre randonnée.

MOYENS D'ACCÈS :



EN TRAIN

Pour rejoindre Aix en Provence en train vous pouvez partir de la plupart des grandes gares de France. Vous arriverez à la Gare de Aix En Provence TGV puis vous pourrez prendre le bus 40 pour rejoindre la gare routière du centre ville. Vous pouvez consulter les billets sur www.sncf-connect.com



EN AVION

L'aéroport de Marseille Provence est situé à 40 minute de Aix en Provence vous pouvez rejoindre la gare routière de Aix en Provence depuis l'aéroport.
La ligne à prendre à la sortie de l'aéroport est la 40.

DATES ET PRIX

INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Départ possible tous les jours du 15 avril au 31 octobre 2025.

➤ Prix par personne en basse saison (du 15/04 au 30/06 et du 01/09 au 31/10) :

Prix 1 participant : Nous consulter.

A partir de 2 participants : 1160€/pers.

A partir de 3 participants : 1030€/pers.

A partir de 4 participants : 970€/pers.

➤ Prix par personne en haute saison (01/07 au 31/08) :

Prix 1 participant : Nous consulter.

A partir de 2 participants : 1160€/pers.

A partir de 3 participants : 1030€/pers.

A partir de 4 participants : 970€/pers.

➤ **A partir de 5 participants : remise privilégiée. Nous contacter.**

➤ Le supplément chambre individuelle est obligatoire pour 1 participant et pour les bases 3 participants.

Séjours liberté - fonctionnement avec Chemins du Sud :

Nous procédons aux réservations auprès de nos fournisseurs dès le paiement de votre acompte. Dès la validation de chacun d'entre eux, nous vous contactons pour confirmer votre séjour.

Nous vous tenons informés au plus vite si des modifications devaient intervenir en cas d'indisponibilité : les dates ou les prestations peuvent être ainsi modifiées, et dans ce cas, le prix de votre séjour peut être ajusté (à la hausse ou à la baisse). Par exemple, si nous sommes contraints de réserver un hébergement ou un type de chambre de catégorie différente, ou impliquant des transferts supplémentaires.

En cas de faible hausse, nous prenons le supplément à notre charge par courtoisie.

Pour plus de détails concernant les Privilèges Chemins du Sud, et pour les villes et dates des Salons, vous pouvez consulter notre page : www.cheminsdusud.com/remises-privileges

Privilèges Chemins du Sud : remise fidélité -5%

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 5%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!).

Cette remise vous sera attribuée systématiquement pour tous les séjours suivants, et sans durée de validité imposée. Elle est appliquée rétroactivement si elle a été oubliée sur un séjour réservé !

Remise FFRandonnée - remise -5%

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur tous nos séjours, à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée.

Remise Salons - remise -5%

Chemins du Sud a un stand sur plusieurs salons du Tourisme en France et en Belgique. Réduction de 5% accordée sur tous nos séjours, pour toute personne nous rendant visite à notre stand. Utilisation de cette remise une fois par Salon, sans obligation d'achat sur place : pas de durée limitée pour l'utiliser.

Remise Groupes constitués - remise -8% à -18%

La réduction varie selon le nombre de participants. Que ce soit en formule Liberté ou avec un de nos accompagnateurs, partez entre amis ou avec votre club de randonnée, en groupe privatisé, à la date de votre choix.

NOTRE PRIX COMPREND :

- L'hébergement 6 nuits,
- Les 7 petits déjeuners,
- Les 6 dîners du J2 au J7 (vins et boissons non compris),
- La fourniture d'un topoguide pour les randonnées (1 pour 4 personnes),
- Le transport des bagages.

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les repas de midi
- Les boissons et dépenses personnelles,
- Le repas du soir du J1
- Les frais d'inscription éventuels,
- L'assurance annulation et/ou assistance,
- Le supplément chambre individuelle,
- Les taxes de séjour
- Le transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion,
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend".

FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.

EN OPTION :

Vous avez la possibilité de réduire la plupart des randonnées du séjour avec un transfert en taxi. Pour cela nous consulter.

Le supplément chambre individuelle en basse saison est de 310€ par personne (sous réserve de disponibilité)

Le supplément chambre individuelle en haute saison est de 380€ par personne (sous réserve de disponibilité)

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

BAGAGES :

- ✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.
- ✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, il est demandé de limiter également le poids à 10-12kg, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Nous vous invitons également à éviter d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.



VÊTEMENTS :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- ✓ une couche légère et respirante
- ✓ une couche chaude
- ✓ une couche imperméable et respirante.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter cette veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire.

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)

- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants légers
- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant
- ✓ 1 short ou pantacourt, confortable et solide
- ✓ Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ✓ ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été.
- ✓ 1 paire de guêtres (facultatif)
- ✓ 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir
- ✓ 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.



MATÉRIEL :

- ✓ 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- ✓ 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- ✓ 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie, ou même de canicule)
- ✓ 1 paire de bâtons de marche télescopiques (facultatif, selon vos habitudes ou le niveau technique des randonnées, se référer au paragraphe « Niveau Technique » de la fiche technique du séjour)
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3 ou 4) couvrant bien les côtés
- ✓ Crème solaire avec un bon indice de protection (30 minimum) et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- ✓ Trousse de toilette (brosse à dents, déodorant, etc...)
- ✓ Protections auditives en cire ou en mousse (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- ✓ Mouchoirs
- ✓ Papier toilette
- ✓ 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- ✓ Des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- ✓ Appareil photo, jumelles (facultatif)

PHARMACIE :

PHARMACIE

- ✓ Vos médicaments habituels
- ✓ Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ Médicaments contre les troubles digestifs (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Petits ciseaux (facultatif)
- ✓ Vitamine C (facultatif)
- ✓ Pince à échardes (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.



FORMALITÉS

FORMALITÉS :

➤ Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance).

ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du dossier (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du dossier.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du dossier.



NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h
En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



infos@cheminsdusud.com



57 rue François Gernelle BP 155
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 24/12/2024