

Forcalquier n°2

Animateurs : *Jean Jacques Bochent « JJB »* tél 06 79 05 45 09
et *Georges Gayraud « GG »* tél 06 8 34 14 49

- Semaine 18 : du lundi 2 mai au vendredi 6 mai 2016
- 4 randonnées et 4 nuitées + visite touristique de Sisteron (le 5^{ème} jour)
- 15 participants en tout ; quelques places sont réservées aux baragneurs qui étaient sur la liste d'attente du séjour du mois d'octobre 2015
- Le dernier jour, visite de Sisteron, sa citadelle, le château de Misons, etc ... ; plus d'info ultérieurement (des documents seront réunis par les participants-conférenciers) et repas festif.
- Retour à la maison ;
- Frais partagés de transport calculés et organisés

Hébergements :

- Pré Giraud à Sigonce - Marie Christine Pellegrin (2 nuitées)
Environ 40 € / personne / jour en demi pension
Panier repas sur demande
Vente à la fromagerie de fromages de chèvre et de produits savoureux
- Mas du Figuier- La Fontaine - 04200 Bevons (2 nuitées)
<http://www.chambre-hote-gite-cabane-sisteron.com/>
45 € / personne / jour en demi pension
Panier repas sur demande
- Séjour itinérant, pas d'agrément tourisme

Voici cinq randonnées possibles

Randonnée n° 1 - (Cette randonnée est connue)

Transfert Fréjus & Saint Raphaël - Forcalquier (2 heures)
De Forcalquier à Fontienne - randonnée étonnante traversant les Mourres, pays géolitique de 25 millions d'années, paysages typiques de Forcalquier, son aqueduc de plus de 500 ans, le village de Fontienne avec sa « salle à manger » ; Retour par la « mère des fontaines » etc....
6 heures - 20 km - dénivelé positif 700 m - randonnée en boucle
Installation à Pré Giraud pour 2 nuitées
Animateur JJB et GG

Randonnée N° 2

Transfert Sigonce - l'Hospitalet = 40 minutes et 30 km
Au sud de la montagne de Lure - Chemin des Bergeries
L'Hospitalet ; Champ de l'Amant ; Jas de la plaine de Clapiers ; le Tréboux (alt 1550 m) ; les Jas (cinq) ; Saumane ; l'Hospitalet
6 heures 30 - 20 km - dénivelé positif 900 m (environ) - randonnée en boucle

« *Jas* » est un terme provençal (jaç en graphie occitane normalisée) signifiant « gîte » et servant à désigner les grandes bergeries construites à l'écart des fermes et hameaux, au milieu des terres de dépaissance. Souvent les jas sont bâtis en pierres sèches.

Randonnée N° 3 - (cette randonnée sera reconnue)

En début de journée, transfert à Bevons (60 minutes et 40 km) et/ou installation au Mas du Figuier pour 2 nuitées ; puis transfert au départ de la randonnée ; Noyers sur Jabron = 10 minutes et 4 km

Noyers sur Jabron : Montagne de Pelegrine
De noyers sur Jabron, nous empruntons le PR jusqu'au pas des Portes pour rejoindre le Jas de Madame, puis nous irons jusqu'au Pas de Long Rocher et retour par les crêtes de Boudeichard et les crêtes de la Montagne de Pélegrine avec une vue à couper le souffle
6 heures - 18 km - dénivelé positif 900 m - randonnée en boucle
Retour à Bevons

Randonnée n° 4 - (cette randonnée est connue)

Transfert Bevons - Les Richauds = 10 minutes et 4 km
Des Richauds on accède aux crêtes de Lure à travers buis et chênes ; balcon impressionnant sur le cirque de Valbelle et les massifs alentours ; La descente, à partir du Pas de Jean Richaud conduit près du Jas de Bailles ; grimpette jusqu'à la Chapelle romane de Saint Pons (en aller/retour)
7 heures - 19 km - dénivelé positif 1200 m - randonnée en boucle
Possibilité de prolonger, en crête, la randonnée jusqu'au Cairn 2000 (+ 5 km environ A/R)
Retour à Bevons

Rando - Citée - « A l'Assaut de Sisteron, Visite, culture et gastronomie

Office du Tourisme :

<http://www.sisteron.fr/pages/accueil/index.php?pg=otsi&rub=VS>

Ville de Sisteron :

http://www.sisteron.fr/pages/visiter_sisteron/index.php?pg=gen_presentation&sm=generalites&rub=VS

La citadelle : <http://citadelledesisteron.fr/fr/site-monument.html>

La vieille ville : <http://www.sisteron-tourisme.fr/patrimoine.html>

Transfert Sisteron - Peyruis = 25 km sur le route du SUD

Visite du moulin à huile (d'olive) et de la savonnerie de Henry Paschetta à Peyruis et Oraison : <http://www.savonnerie-moulinahuilepaschettahenry.com/>



Transfert Peyruis - Niozelles = 17 km sur la route du SUD

pour le repas de fin de séjour vers 14 heures

Noizelles
A 4 km de forcalquier
<http://bistrot.niozelles.net/>



Proposition non confirmée à ce jour (8/12/2015),

Une cuisine : traditionnelle, provençale

Niozelles 04300 – ALPES DE HAUTE PROVENCE –

Sur la place du village 04300 Niozelles - Téléphone : 04.92.73.10.17

Issu d'une famille de restaurateur où se confondent les cuisines provençale et lyonnaise, Roger fait vivre le café de Niozelles.

Sa terrasse vous enchantera et sa cuisine aussi !

Au menu : brouillades de truffe en saison, foie gras de Sarlat (cuisiné au bistrot mi-cuit en terrine), agneau de Sisteron à la crème d'ail, daube au vin de Visan, gras double et pied et paquets, fromage de Banon en saison, tête de veau sauce Ravigote.

Spécialité(s) : Pieds et paquets, daube provençale, souris d'agneau confite, brouillade de truffe (en saison)

- Services le midi et le soir – Fermé le Jeudi

Tarifs :

- Entrée+plat+dessert 26€ la semaine et le week-end
- Assiette Bistrot de Pays 15€
- Carte de 8€ à 16€

Réservations ou renseignements au :

- Tél. : +33(0)4 92 73 10 17
- Mobile : +33(0)6 71 18 98 95
- Email : bistrot-de-niozelles@orange.fr

Retour à la Maison

Les participants inscrits au 6/12/2015