GUIDE DES SENTIERS

Raquettes

RATERY
LA COLLE-SAINT-MICHEL
VAL D'ALLOS

#DESSOURCESAUXGORGESDUVERDON

#VALDALLOS

VERDON tourisme

Val d'Allos
l'Espace Lumière

VERDONTOURISME.COM
WWW.VALDALLOS.COM

Sommaire

Renseignements utiles . . . . . P 2-6

Sentiers raquettes autour

de La Colle-Saint-Michel . . . . . P 7-11

de Ratery. . . . . P 12-14

du Val d'Allos . . . . . P 15-20

Découvrez nos trois sites nordiques *en raquettes et en ski de fond !*

Prenez le temps de vivre l'aventure des étendues nordiques. Au cœur des Alpes du sud, la haute vallée du Verdon constitue un subtil mélange entre la tranquillité des grands espaces de neige, les sites grandioses du Mercantour, la fête de l'hiver au cœur des stations et les chaleureuses soirées des centres nordiques.

Retrouvez notre plan des pistes de ski de fond aux accueils de l'Office de Tourisme.

Numéros utiles

• **Verdon Tourisme Colmars-les-Alpes :**
+33 (0)4 92 83 41 92 • www.verdontourisme.com
• **Office de Tourisme du Val d'Allos :**
+33 (0)4 92 83 02 81 • www.valdallos.com
• **Bulletin météo des neiges :** 32 50

Retrouvez l'état des pistes en temps réel ! Bulletin neige et webcam www.verdontourisme.com www.valdallos.com

Secours

• **Ratery 1700 :** +33 (0)4 92 83 07 63
• **La Colle-Saint-Michel :** +33 (0)4 92 83 33 99
• **Secours sur pistes :** sur les itinéraires balisés et damés les secours sont assurés pendant les horaires d'ouverture par le service des pistes. Et en dehors de ces horaires par les secours en montagne.
• **Val d'Allos :** 112 ou 15
• **Secours en montagne :** ces secours interviennent en domaine de montagne non sécurisé incluant les parcours raquettes non damés et balisés. Vous y circulez sous votre entière responsabilité. Nous vous invitons à la prudence.

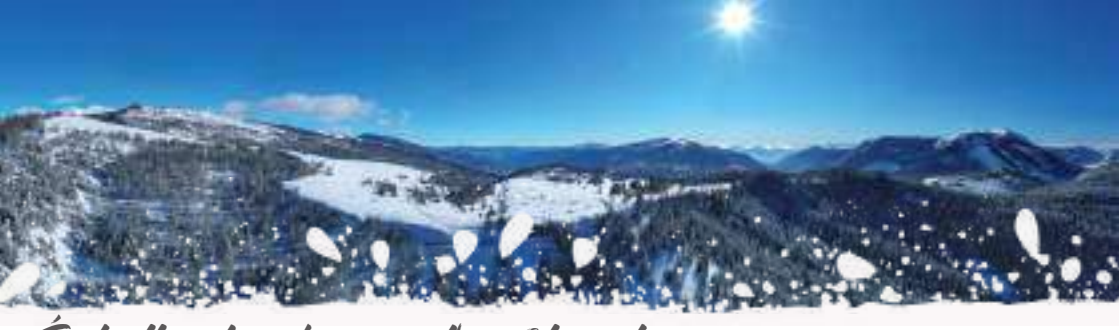
Règles de bonne conduite et de sécurité

• Respectez le sens des sentiers
• Remportez tous vos déchets
• Respectez le silence des grands espaces et des forêts pour la sérénité des animaux sauvages que vous pourrez d'autant mieux observer
• Tenez compte des prévisions météo lors de votre sortie
• N'hésitez pas à emporter de l'eau et de quoi grignoter
• Ayez un équipement adapté

Difficultés

La difficulté de l'itinéraire est établie à partir de critères comme la longueur, la pente, l'ambiance, la dangerosité...

Itinéraire facile
Itinéraire moyen
Itinéraire difficile
Itinéraire très difficile



Échelle de risque d'avalanche

L'échelle européenne de risque d'avalanche comporte 5 niveaux définis par une évaluation de la stabilité et de ses conséquences en terme de probabilité de déclenchement. Aucun de ces indices n'est à négliger. Le risque 0 n'existe pas et le danger auquel s'expose les pratiquants croît avec la valeur des indices.
Le risque d'avalanche n'étant pas un paramètre mesurable, chaque indice de l'échelle traduit non pas ce qui va se produire, mais ce qui peut se produire avec la meilleure probabilité, eu égard à l'analyse de la situation et à l'état des connaissances.

Le manteau neigeux est faiblement stabilisé dans la plupart (*) des pentes suffisamment raides.
De nombreux départs spontanés de grosses avalanches, et parfois de très grosses, sont à attendre, y compris en terrain peu raide.

Risque 5

Le manteau neigeux est faiblement stabilisé dans la plupart (*) des pentes suffisamment raides.
Déclenchements d'avalanches probables même par faible surcharge (**) dans de nombreuses pentes suffisamment raides (***).
Dans certaines situations, de nombreux départs spontanés d'avalanches de taille moyenne et parfois grosse sont à attendre.

Risque 4

Dans de nombreuses (*) pentes suffisamment raides, le manteau neigeux n'est que modérément à faiblement stabilisé.
Déclenchements d'avalanches possibles parfois même par faible surcharge (**) et dans de nombreuses pentes, surtout dans celles généralement décrites dans le bulletin.
Dans certaines situations, quelques départs spontanés d'avalanches de taille moyenne, et parfois assez grosse, sont possibles.

Risque 3

Dans quelques (*) pentes suffisamment raides, le manteau neigeux n'est que modérément stabilisé.
Ailleurs, il est bien stabilisé.
Déclenchements d'avalanches possibles surtout par forte surcharge (**) et dans quelques pentes généralement décrites dans le bulletin. Des départs spontanés d'avalanches de grande ampleur ne sont pas à attendre.

Risque 2

Le manteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes.
Les déclenchements d'avalanches ne sont, en général, possibles que par forte surcharge (**) sur de très rares pentes raides (***).
Seules des coulées ou de petites avalanches peuvent se produire spontanément.

Risque 1

(*) Les caractéristiques des pentes sont précisées dans le bulletin : altitude, orientation, topographie...
(**) Surcharge indicative : forte : skieurs groupés, engins de damage, explosifs... faible : skieur isolé, piéton...
(***) Pentes particulièrement propices aux avalanches en raison de leur déclivité, la configuration du terrain, la proximité de la crête...
Le terme « déclenchement » concerne les avalanches provoquées par surcharge, notamment par le(s) skieur(s).
Le terme « départ spontané » concerne les avalanches qui se produisent sans action extérieure.

Navettes

Sites nordiques : Ratery 1700 et La Colle-Saint-Michel

Elles vous permettent de rallier la vallée aux 2 domaines nordiques de Ratery 1700 et de La Colle-Saint-Michel.
Elles fonctionnent du 25 décembre au 1er janvier 2023 et du 11 février au 4 mars 2023.
Les vendredis, samedis, dimanches et lundis
Elles sont gratuites.

Val d'Allos - La Foux (gare routière)	9h30	17h00
Val d'Allos - Le Village (abris-bus)	9h45	16h45
Colmars-les-Alpes (garage HVV)	10h00	16h30
Ratery 1700	10h30	16h00

Val d'Allos - La Foux (gare routière)	9h30	17h00
Val d'Allos - Le Village (abris-bus)	9h45	16h45
Colmars-les-Alpes (garage HVV)	10h00	16h30
Villars-Colmars (abris-bus)	10h05	16h20
Beauvezer (abris-bus du rond point)	10h10	16h15
La Colle-Saint-Michel	10h40	15h45

Navettes Intervallée

Elles fonctionnent du 25 décembre au 1er janvier 2023 et du 11 février au 4 mars 2023. 7 jours/7.
Elles sont gratuites.
Transport Haut Verdon Voyage : +33 (0)4 92 83 95 81

Val d'Allos - La Foux (gare routière)	17h15	9h25
Val d'Allos - Le Village (abris-bus)	17h30	9h10
Colmars-les-Alpes (garage HVV)	17h45	8h55
Villars-Colmars (abris-bus)	17h50	8h50
Beauvezer (abris-bus du rond point)	17h55	8h45
Thorame-Haute (abris-bus)	18h10	8h30

Info routes

Pour connaître l'état des routes consultez le site du Conseil Départemental des Alpes de Haute-Provence :
www.inforoute04.fr

Le territoire est classé en zones montagneuses, les pneus hiver ou les chaînes sont obligatoires à partir du 1er novembre jusqu'au 31 mars.

Pour vous accompagner...

ALICE BONNET
Accompagnateur en montagne raquettes
+33 (0)6 59 19 93 08
alice.bonnet@neuf.fr

BÉNÉDICTE ELLUIN
Accompagnateur en montagne raquettes
+33 (0)6 62 63 08 28
benedicte.elluin@laposte.net

CHRISTIANE RAY ANEZIN
Accompagnateur en montagne raquettes
+33 (0)6 15 31 49 57
www.randonneesmontagne.fr

ERIK BELENGUER
Accompagnateur en montagne raquettes
+33 (0)6 70 15 20 22
erik-belenguer.jimdo.com

ESF VAL D'ALLOS - LE SEIGNUS
Ecole du ski français
Ski de fond - sorties raquettes - iniation au biathlon
Immeuble Le rond Point des pistes - Le Seignus Bas
+33 (0)4 92 83 00 65
www.esf-allos.com

ESF VAL D'ALLOS - LA FOUX D'ALLOS
Ecole du ski français
Sorties raquettes
Maison de la Foux - La Foux d'Allos
+33 (0)4 92 83 81 64
www.esf-valdalloslafoux.com

NICOLAS DAUMAS
Accompagnateur en montagne raquettes
+33 (0)6 67 57 83 91
nico.montagnes@yahoo.fr

PIERRE MOUNIER
Initiation Fat Bike à La Colle-Saint-Michel et Val d'Allos
+33 (0)7 68 77 87 06
www.fat-tracks-bike.com

RANDO TERRES D'AZUR
Accompagnateur en montagne raquettes
+33 (0)6 71 20 99 03
www.randoterresdazur.fr

VERDON NATURE
Accompagnateur en montagne raquettes
+33 (0)6 82 23 21 71
www.verdon-nature.com

Légende pictogrammes

- Office de Tourisme
- Départ parcours
- Aire de pique-nique
- Piste de luge
- Location matériel
- Fat Bike
- Centre de secours
- Toilettes
- Parking
- Salle Hors sac
- Parcours raquettes
- Parcours piétons/raquettes/fatbike
- Cabane forestière

BON PLAN

Retrouvez le programme de ces activités sur **verdontourisme.com** ou **valdallos.com** et dans les bureaux d'information touristique.
Ou scannez le QR Code !

La Colle-Saint-Michel
Thorame-Haute

Altitude 1 430 m - 1 760 m

ENTRE NEIGE ET LUMIÈRE

Un des plus beaux domaines des Alpes du sud, le centre nordique de La Colle-Saint-Michel à 1 430 m d'altitude, vous accueille dans un charmant hameau de montagne bien ensoleillé et sur de vastes plateaux enneigés où la glisse est parfaite, sauvage, au cœur du silence des montagnes.

Navettes gratuites pendant les vacances scolaires, profitez-en ! voir page 5

Des vacances de Noël à fin mars, tous les jours pendant les vacances scolaires.
Ouverture de 9 h à 17 h.

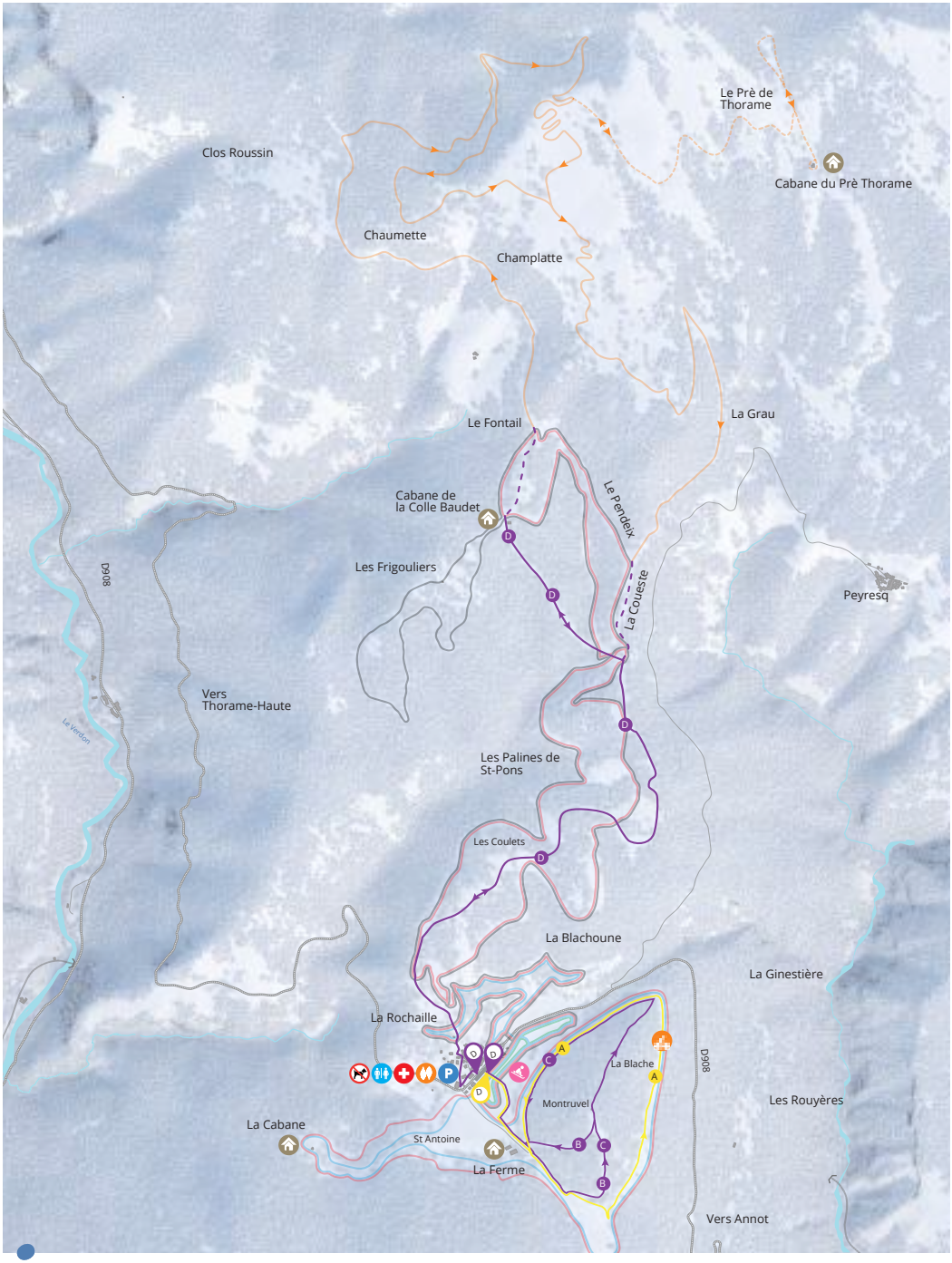
- 7 pistes de ski de fond • 57 km
- 1 piste itinéraire nordique • 21 km
- 2 sentiers raquettes • 15,5 km
- 1 sentier piétons/raquettes/trail/fatbike • 3,5 km
- Espace luge et initiation biathlon

Chiens interdits sur les sentiers.

Accès aux sentiers avec forfait obligatoire :
Tarifs journée : Raquettes : 4 €
Autres tarifs se renseigner.
Attention : les cartes bancaires ne sont pas acceptées par le centre de ski nordique et le village ne dispose pas de distributeurs de billets.

Contacts : Foyer de ski nordique de La Colle-Saint-Michel
Tél. +33 (0)4 92 83 33 99
Site : ski-la-colle-st-michel.com
Facebook : sitenordiquelacollesaintmichel

Domaine de La Colle-Saint-Michel



A La Colle-Saint-Michel - *Tour de Montruvel*

Itinéraire damé - Raquettes / Piétons / Fat Bike / Trail

: Jaune
: Centre nordique de La Colle-Saint-Michel
: 2h
: 3,6 km
: 1 430 m - 1 485 m

Petit parcours en forêt idéal avec des enfants.

B La Colle-Saint-Michel - *Montruvel 1*

Itinéraire non damé - raquettes

: Violet
: Centre nordique de La Colle-Saint-Michel
: 2h30
: 2,3 km
: 1 430 m - 1 530 m

Au sommet culmine une pyramide ayant servi de visée pour le percement du tunnel du Train des Pignes. Vous profiterez de la vue sur les villages de La Colle-Saint-Michel, de Peyresq et sur les sommets du Grand Coyer, du Ruch, du Rent et du Grand Cordoeil.

C La Colle-Saint-Michel - *Montruvel 2*

Itinéraire non damé - raquettes

: Violet
: Centre nordique de La Colle-Saint-Michel
: 2h30
: 3,4 km
: 1 430 m - 1 530 m

Au sommet culmine une pyramide ayant servi de visée pour le percement du tunnel du Train des Pignes. Vous profiterez de la vue sur les villages de La Colle-Saint-Michel, de Peyresq et sur les sommets du Grand Coyer, du Ruch, du Rent et du Grand Cordoeil.

D La Colle-Saint-Michel - *Cabane de Colle Baudet*

Itinéraire non damé - raquettes

: Violet
: Centre nordique de La Colle-Saint-Michel
: 5h
: 9,8 km
: 1 430 m - 1 600 m

Parcours alternant des passages en forêt et en crête. Beaux points de vue sur le village de La Colle-Saint-Michel et le Pic du Rent.

8 La Colle-Saint-Michel - *Champlatte*

Itinéraire non damé jusqu'à la cabane de Colle Baudet - damage non garanti sur Champlatte - raquettes

: Violet / orange
: Centre nordique de La Colle-Saint-Michel
: 7h
: 20,9 km
: 1 430 m - 1 771 m

Parcours d'aventure et de longue distance entre forêts et vastes plateaux.

Initiation au Fat Bike

Envie de découvrir la montagne autrement ?
À La Colle-Saint-Michel et au Val d'Allos !
Sensations garanties avec le fat bike, un VTT électrique aux pneus surdimensionnés, adapté aux sentiers enneigés.
Prenez un bol d'air frais et partez découvrir notre belle nature lors d'une balade accompagnée.

Contact et renseignements :
Pierre Mounier : +33 (0)7 68 77 87 06
fat.tracks.bike@gmail.com

Espace luge

Pour les enfants.

Webcam

Voir l'état des pistes en direct
au domaine de
La Colle-Saint-Michel
Scannez le Qr code !

Restauration et hébergement

AUBERGE RESTAURANT L'OUSTALET
Restaurant traditionnel
Gite d'étape et de séjour
La Colle-Saint-Michel - Thorame-Haute
+33 (0)4 92 83 23 80
www.gite-auberge-oustalet.com/fr

GÎTE DE LA COLLE ST MICHEL
Restaurant traditionnel
Gite d'étape et de séjour
La Colle-Saint-Michel - Thorame-Haute
+33 (0)4 92 83 30 78
www.gite-haut-verdon.com

BON PLAN

Retrouvez le programme de ces activités sur **verdontourisme.com** ou **valdallos.com** et dans les bureaux d'information touristique.
Ou scannez le QR Code

Ratery 1700
Colmars-Les-Alpes

Altitude 1 700 m - 1 790 m

NEIGE POUDREUSE ET MÉLÉZIN DANS UNE AMBIANCE FEUTRÉE

Ratéry 1700 est un domaine nordique complet situé à 1 700 m d'altitude, à 6 km de Colmars-les-Alpes dans le Col des Champs. Sa forêt de mélèzes à l'ubac est spectaculaire à toutes les saisons et garante d'un enneigement toujours d'excellente qualité.

Navettes gratuites pendant les vacances scolaires, profitez-en ! voir page 5

De début décembre, selon enneigement à fin mars, tous les jours pendant les vacances scolaires.
Ouverture de 9 h à 17 h - Une journée de fermeture hebdomadaire hors vacances.
- 4 pistes de ski de fond • 20 km
- 2 sentiers raquettes • 9 km
- Espace luge et initiation biathlon

Attention : Il n'y a pas de sentiers piétons.
Chiens interdits sur les sentiers.

Accès aux sentiers avec forfait obligatoire :
Tarifs journée : Raquettes : 4 €
Autres tarifs se renseigner.
Attention : les cartes bancaires ne sont pas acceptées par le centre de ski nordique.

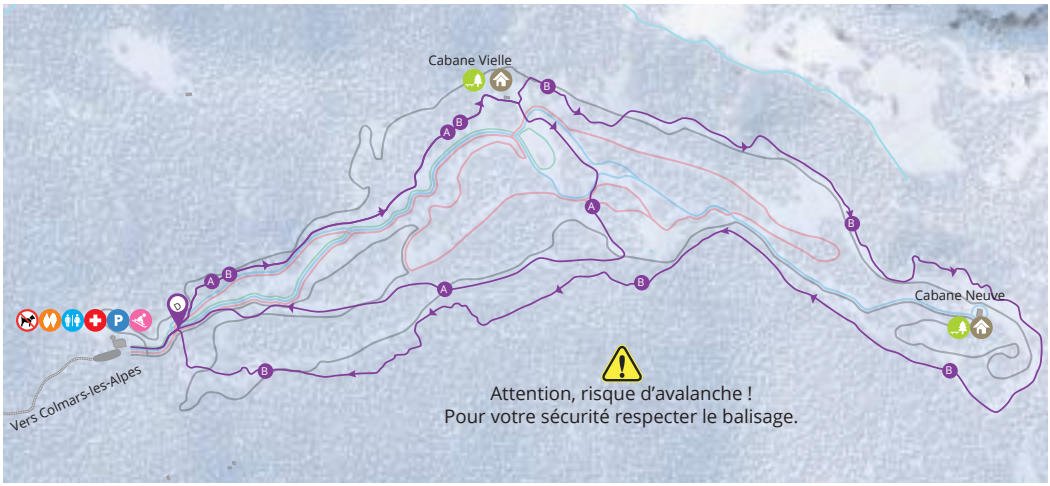
Festinordic
5 février 2023

Une journée pour découvrir les activités nordiques Nombreuses animations pour tous !

Programme complet sur : verdontourisme.com

Contacts : Chalet d'accueil Ratery 1700
Tél.+33 (0)4 92 83 07 63 - +33 (0)6 67 57 83 91
Mail : infos.ratery@gmail.com
Facebook : https://fr-fr.facebook.com/ratery.centremultiactivites

Domaine de Ratery



A Ratery

Cabane vieille, la balade à JP

Itinéraire damé - raquettes

: Violet
: Centre nordique de Ratery
: 2h
: 2,9 km
: 1 710 m - 1 790 m

Parcours en forêt, idéal en famille pour découvrir le milieu hivernal.

B Ratery

Forêt de Ratery

Itinéraire damé - raquettes

: Violet
: Centre nordique de Ratery
: 4h
: 5,6 km
: 1 710 m - 1 810 m

Parcours en forêt, pour une aventure nordique de clairière en clairière.

Initiation au biathlon

Ratery ce n'est pas que du ski ! Le domaine innove en vous proposant d'autres pratiques sur réservation.

À partir de 8 ans, découvrez le Biathlon, une discipline olympique associant ski nordique et tir à la carabine laser. Encadré par nos moniteurs spécialisés, prenez un maximum de plaisir avec ce sport complet associant effort physique et concentration !

Contact et renseignements :
ESF Val d'Allos - Le Seignus : +33 (0)4 92 83 00 65

Espace luge

À côté du chalet d'accueil,
un espace est dédié à la luge.

Webcam

Voir l'état des pistes en direct au domaine de Ratery
Scannez le Qr code !

Restauration et hébergement

RESTAURANT D'ALTITUDE RATERY 1700
Restaurant d'alpage
Route du Col des Champs - Colmars-les-Alpes
+33 (0)6 67 57 83 91
infos.ratery@gmail.com

YOURTE DE MONTAGNE RATERY 1700
Yourte
Route du col des Champs - Colmars-les-Alpes
+33 (0)6 67 57 83 91
infos.ratery@gmail.com

BON PLAN

Retrouvez le programme de ces activités sur **verdontourisme.com** ou **valdallos.com** et dans les bureaux d'information touristique.
Ou scannez le QR Code

Val d'Allos
Espace Lumière

Altitude 1 400 m - 2 060 m

RANDONNÉES ET BALADES NORDIQUES, SKI DE PISTE...

UN SAVOUREUX COCKTAIL

Dans le Val d'Allos, les plaisirs de la neige se conjuguent au pluriel. Les parcours nordiques piétons et raquettes jalonnent chacun des trois sites. Du charmant village d'Allos aux stations, les itinéraires vous emmènent le long du Verdon dans les mélézins, dans le grand cirque blanc à la découverte d'un espace préservé.

Les parcours sont accessibles gratuitement.

Contacts : Office de Tourisme du Val d'Allos
Tél. +33 (0)4 92 83 02 81
www.valdallos.com

Espaces luge

Stade de luges : Accès gratuit
• Baby-luge de 2 à 6 ans
• Espace luge pour les plus de 6 ans
Val d'Allos - la Foux : à côté de l'espace débutant,
Val d'Allos - le village : à côté de l'espace débutant du village.

A Val d'Allos - La Foux venez découvrir des sensations hors-normes sur près de 1 000 m avec la luge sur rail Verdon Express !

Chiens de traîneaux

Confortablement assis dans le traîneau, ou à la tête d un attelage de 3 ou 4 chiens, vous découvrirez la montagne autrement.

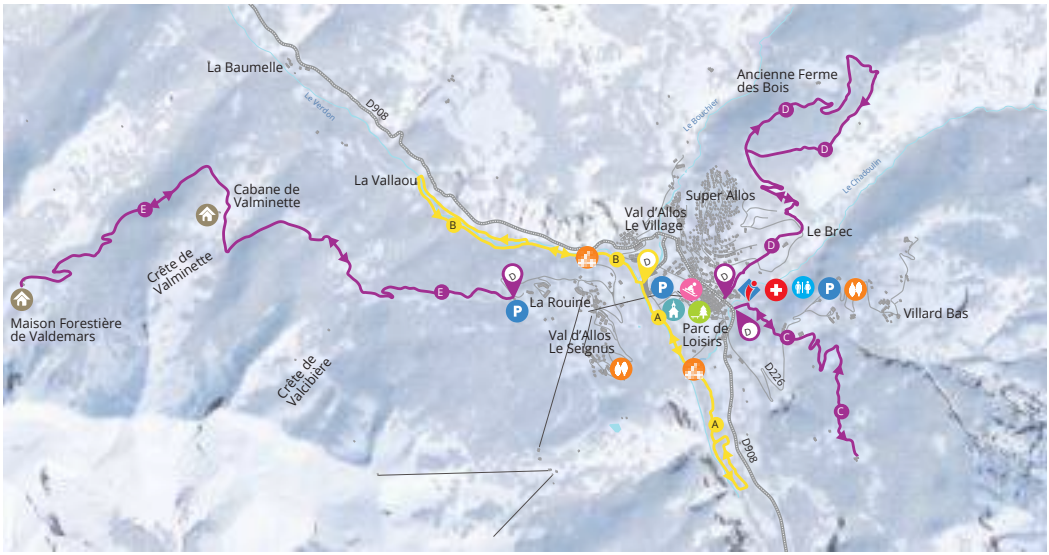
Contact et renseignements :
Passion traineau : +33 (0)6 48 23 12 36
www.passiontraineau.fr

BON PLAN

Retrouvez le programme de ces activités sur **verdontourisme.com** ou **valdallos.com** et dans les bureaux d'information touristique.
Ou scannez le QR Code

Webcam

Voir l'état des pistes en direct du Val d'Allos
Scannez le Qr code !



A Val d'Allos - Le Village
Le Plan et le Circuit Trappeur

Itinéraire damé - Raquettes / Piétons / Fat Bike

: Jaune
: Parking du parc de loisirs
: 1h30
: 3,7 km
: 1 380 m - 1 420 m

Parcours piétons et raquettes, à la fois familial et ludique, qui vous fera longer la rivière du Verdon.

B Val d'Allos - Le Village
La Vallaou

Itinéraire non damé - Raquettes / Piétons / Fat Bike

: Jaune
: Parking du parc de loisirs
: 1h30
: 4,4 km
: 1 420 m - 1 480 m

Ce parcours facile, accessibles aux piétons et raquettes, vous fera découvrir la rivière le Verdon.

C Val d'Allos - Le Village - *La Haute Perrière*

Itinéraire non damé - Raquettes

: Violet
: Le long de la route, en aval de la mairie
: 4h
: 4,9 km
: 1 430 m - 1 710 m

Le sentier vous fera rejoindre puis longer la ferme de Sainte Brigitte, pour arriver ensuite à la ferme de la Haute Perrière.

D Val d'Allos - Le Village - *Forêt de Vacheresse*

Itinéraire non damé - Raquettes

: Violet
: A l'angle de la salle des fêtes, derrière la mairie
: 5h
: 7,5 km
: 1 430 m - 1 790 m

Vous emprunterez un chemin qui vous conduira jusqu'à la Forêt de Vacheresse. Vous évoluerez en limite du coeur du Parc national du Mercantour (espace naturel réglementé).

E Val d'Allos - Le Seignus - *Maison Forestière de Valdemars*

Itinéraire non damé sur la 1ère partie (1,2 km) puis damé - Raquettes

: Violet
: La Rouine, quartier des Champons
: 5h30
: 11,8 km
: 1 580 m - 2 020 m

Vous emprunterez un sentier forestier qui vous guidera jusqu'à la maison forestière sous la crête de Valdemars.

Cabane de la Sestrière
F
Cirque des sources du Verdon
Le Verdon
F
Bergerie de la Sestrière
D
P
Col d'Allos
Val d'Allos La Foux
D
P
Pont de Labrau
G
Le Verdon
La Foux
G
G
Près de l'Auriac
Le Sarret
Vers Allos

F Val d'Allos - La Foux - *Cabane de la Sestrière*

Itinéraire damé - Raquettes / Piétons

: Jaune

: Au pied de la route du Col d'Allos, dans le quartier des étoiles

: 1h30

: 3 km

: 1 870 m - 2 050 m

Dans le vallon de Sestrière, suivez le sentier, damé ponctuellement, qui monte tranquillement jusqu'à la cabane de berger : c'est dans ce vallon que le célèbre Verdon prend sa source. Le retour se fait par le même itinéraire.

G Val d'Allos - La Foux - *Grand Près*

Itinéraire non damé - Raquettes

: Violet

: Quartier du Pont de Labrau

: 2h

: 3,2 km

: 1 750 m - 1 930 m

Vous découvrirez le secteur de l'Auriac. A l'entrée de la station, à côté du Pont de Labrau qui enjambe le Verdon, une montée sillonne dans un premier temps dans des sous-bois. Le parcours vous conduit ensuite vers un paysage ouvert et vous offre une vue imprenable.

WWW.VERDONTOURISME.COM
WWW.VALDALLOS.COM

Impression : Caractère • Plans : Kalliblue • Crédit photos : ©R. Palomba ; mairie de Colmars - Office de Tourisme du Val d'Allos ©stock.adobe-AINZ, Arnaud Brunet Neus pour Verdon Tourisme, ©CC Alpes-Provence-Verdon

VERDON tourisme

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES ALPES PROVENCE VERDON Sources de lumière

Val d'Allos L'Espace Lumière

intense VERDON