DESTINATIONS QUEYRAS
et ailleurs... sur les chemins du randonneur responsable

Les Alpilles, d'Alphonse Daudet à Van Gogh

PRESENTATION

Randonnée itinérante accompagnée
7 Jours, 6 Nuits, 5 Jours de randonnée et 1/2 journée de visite

Petit massif calcaire dominant la plaine de la Crau et la Camargue, les Alpilles abritent, au milieu de paysages somptueux, une grande richesse botanique et faunistique. Les Alpilles sont aussi une terre d'artistes : c'est le pays des écrivains provençaux Alphonse Daudet et Frédéric Mistral. Avec Saint Rémy de Provence, c'est aussi le lieu qui accueillit Vincent Van Gogh, où il réalisa ses plus grands chefs d'œuvre, et l'endroit où le musicien Charles Gounod composa son opéra 'Mireille'.

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

PROGRAMME

Jour 1

Visite de Tarascon
Rendez-vous à la gare de Tarascon à 14 heures, pays du célèbre Tartarin. Installation à l'hôtel et visite du Château Royal de Provence, résidence du Roi René au XVème siècle. Nuit en hôtel dans le centre ville de Tarascon.

Jour 2

Tarascon - Fontvieille
De Tarascon, nous nous rendons à Fontvieille en passant par la Chapelle Saint Gabriel, petite chapelle du XIIème au charme délicat avec sa remarquable façade sculptée. Nuit en hôtel*** avec piscine à Fontvieille.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

5 heures de marche, +200m/-200m de dénivelée

Jour 3

Fontvieille - Maussane Les Alpilles
Nous quittons Fontvieille en passant par le Château de Montauban où résida l'auteur des "Lettres de Mon Moulin" et le célèbre Moulin voisin où il allait se retirer pour trouver l'inspiration. Nous poursuivons notre route jusqu'à l'aqueduc Romain de Barbegal que nous longeons pour rejoindre Maussane Les Alpilles. Ce petite village Provençal saura vous séduire de ses nombreux atours.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

5 heures de marche, +200m/-200m de dénivelée

Jour 4

Aureille - Maussane Les Alpilles

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

Petit transfert en bus public sur Aureille et ses ruelles tortueuses, ancien relais sur les chemins de transhumance au pied des monts des Opies qui dominent les nombreuses oliveraies. En suivant l'une des variantes du chemin de Saint Jacques de Compostelle, nous passons par l'Oppidum des Caisses de Jean Jean classé Monument Historique et regagnons ensuite à pied notre hôtel à Maussane les Alpilles.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

6h de marche, +200m/-300m de dénivelée

Jour 5

Les Baux de Provence - Saint Rémy
Nous traversons les Alpilles jusqu'à Saint Rémy de Provence en passant par le merveilleux village fortifié des Baux de Provence perché sur son nid d'aigle rocheux. Par le val de l'Enfer, nous rejoignons les crêtes et leur sublime panorama sur Arles, la vallée du Rhône, le Pays d'Aix, le Luberon et le Mont Ventoux.
Nous nous installons à Saint Rémy pour 2 nuits dans un hôtel 3* avec piscine.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

5h30 de marche, +350m/-350m de dénivelée

Jour 6

Boucle autour de Saint Rémy de Provence
Visite du site de Glanum et des Antiques, cité romaine du Ier au IIIème siècle avant de gagner les crêtes au plateau de Caume et le rocher des Deux trous. Au retour, nous visitons le monastère de Saint Paul de Mausole qui garde le souvenir de Van Gogh qui s'y fit interner entre 1889 et 1890. Il y réalisa plus de 150 toiles et dessins, fasciné par la lumière et la beauté des paysages.
Cet établissement demeure aujourd'hui à vocation et orientation psychiatrique, un endroit unique au carrefour de la culture, du patrimoine et du soin.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

5h de marche- +350m/-350m de dénivelée.

Jour 7

Transfert en bus public pour Tarascon. Séparation à 11h.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le jour 1 à la gare de Tarascon en Provence à 14h

MÉTÉO
Pour connaître les prévisions météo, vous pouvez contacter Météo: 32 50 (0,34 € la minute). Une boîte vocale vous demandera le numéro du département : Marseille, Cassis et La Ciotat sont situés dans les Bouches du Rhône (13).
Vous pouvez également consulter le site de Météo France sur www.meteo.fr (choisir ensuite « nos prévisions »).

Arrivée en train

Gare d'accès : Tarascon

Le premier train de Paris est celui-ci :

- Paris Gare de Lyon 08h14 - Nîmes 11h10 - 12h45 - Tarascon 13h05

Ces horaires sont donnés à titre indicatif. Les vérifier auprès de la SNCF :
https://www.sncf-connect.com/

Arrivée en voiture

Parking :
Si vous venez en voiture, vous pourrez laisser votre véhicule à Tarascon, toutes les places sont gratuites à Tarascon. Il y a un parking en face de la gare.

Covoiturage :
De nombreuses personnes, se rendant au départ de nos randonnées par leurs propres moyens, se rendent compte, une fois arrivée sur place, qu'elles auraient pu faire le voyage ensemble. Il nous est très difficile d'organiser par nous même le covoiturage ne disposant pas toujours des coordonnées de tous les participants et ne connaissant pas leur mode d'accès au point de rendez-vous. De plus, la loi nous interdit la divulgation des coordonnées de nos clients et nous pouvons difficilement jouer le rôle d'intermédiaire. Cependant, soucieux de vous faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de la planète, nous vous incitons à consulter
https://www.blablacar.fr

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

DISPERSION

Le jour 7 à la gare de Tarascon en Provence à 11h.

Gare de dispersion : Tarascon

- Tarascon : 13h22 - Nîmes 13h41 - 13h49 Paris Gare de Lyon 16h46.

Ces horaires sont donnés à titre indicatif. Les vérifier auprès de la SNCF : https://www.sncf-connect.com/

NIVEAU

1 chaussure
Pas de difficulté technique et pas de portage. Il faut aimer la marche et être en bonne forme. 4 h à 6 h de marche par jour. Faibles dénivelés de 200 m à 450 m.

HEBERGEMENT

Hôtel 2 à 3*.
1 nuit à Tarascon hôtel 2* simple : vous serez chaleureusement accueilli dans cet hôtel sobre mais familial qui se trouve proche de la gare et vous permettra de garer gratuitement votre voiture pour la semaine (places limitées, à réserver lors de votre inscription). Très bien situé.
1 nuit à Fontvieille hôtel 3* : une ancienne bâtisse et un beau parc avec piscine vous attende dans cet hôtel à la fois typique et confortable dans le centre du village
2 nuits à Maussane les Alpilles, hôtel 2* : situé au cœur du village, cet ancienne magnanerie est désormais un hôtel restaurant à caractère familial et possède également une piscine
2 nuits à Saint Rémy de Provence, hôtel 3* : un hôtel charmant dans un petit parc fleuri dans lequel vous pourrez savourer votre petit déjeuner et profiter de la piscine pour vous rafraîchir Baignade possible en piscine tous les soirs sauf à Tarascon.
Les types d'hébergement décrits ci-dessus sont donnés à titre indicatif, notamment en ce qui concerne leurs prestations (piscine, etc.). En cas d'indisponibilité dans nos hébergements habituels, nous réservons un établissement de catégorie similaire.
Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambre de 2 personnes sauf si vous demandez le supplément chambre individuelle.

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'État.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ :
(À adapter selon les saisons)

- 1 sac à dos confortable (minimum 30 à 40 litres) pour le transport de vos affaires de la journée (appareil photo, pique-nique réparti entre tous les participants, couvert, gourde...),
- Chaussures de randonnée de préférence à tiges hautes et avec des semelles antidérapantes de type Vibram
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif)
- 1 pantalon solide ou knickers
- 1 pull chaud et léger
- Chaussettes de laine ou de coton
- 1 short
- 1 casquette avec visière pour se protéger du soleil
- Lunettes, crème et chapeau pour le soleil
- 1 vêtement de pluie (léger et peu encombrant)
- Assiette, gobelet, couverts et canif pour les pique-niques
- 1 gourde d'au moins 1 litre : il est conseillé de boire 1,5 à 2 litres d'eau par jour
- 1 lampe de poche, crème solaire, papier hygiénique, pharmacie individuelle

N.B: Vos affaires personnelles transportées devront être contenues dans UN SEUL BAGAGE (de préférence sac à dos ou sac de voyage) n'excédant pas 12 kg.

Un supplément sera demandé aux personnes qui se présenteront au départ avec plusieurs sacs à transporter par véhicule.

GROUPE

De 6 à 15 personnes

PORTAGE DES BAGAGES

Uniquement les affaires de la journée

TRANSFERTS INTERNES

Très peu de transfert sur ce séjour : 2 seulement pendant toute la semaine, en bus public (dont un très court), les jours 4 et 7.

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

A partir de 995€/personne

Options

Supplément chambre individuelle (sous réserve de disponibilité) : 280€ (pour les départs en avril, fin septembre ou en octobre), ou 310€ (pour les départs de mai à mi-septembre)

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'hébergement en hôtels et chambres d'hôte, en demi-pension du dîner du J1 au petit-déjeuner du J7
- Les pique-niques le midi (du jour 2 au jour 6)
- Le transfert des bagages
- Les transferts prévus au programme
- les taxes de séjour

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances
- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Le repas du midi des J1 et J7
- Les visites (environ 30 €)
- Les boissons et dépenses personnelles
- Le supplément chambre individuelle

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

Guides :
« Provence » Guide LOVELY PLANET
« Provence » Guide Bleu HACHETTE
« Povence» Guide Vert MICHELIN
« Provence » Guide du Routard HACHETTE

Lectures :
Tous les romans de Jean Giono, et en particulier : Colline, Regain et le Hussard sur le toit.
Tous les romans d'Henri Bosco, et en particulier l'Enfant et la Rivière, Le Mas Théotime, L'âne Culotte.
Les lettres de mon moulin d'Alphonse Daudet. Un enchantement pour les petits comme pour les grands.
Les Souvenirs d'enfance de Marcel Pagnol avec les 2 volumes de La Gloire de mon père et Le château de mamère, ainsi que les 2 tomes de l'Eau de la Colline : Jean de Florette et Manon des Sources, remarquablement mis à l'écran avec Yves Montand, Daniel Auteuil, Emmanuelle Béart et Gérard Depardieu, dont de très nombreuses scènes ont été tournées dans le Lubéron.

UN PEU D'HISTOIRE
- 27 000 ans av. J.-C. : pendant la Grande Glaciation, des énergumènes couvrent de graffitis une caverne des environs de Cassis. Depuis, la mer a noyé l'entrée de la grotte de Cosquer, invisible sauf aux plongeurs.
- 600 av. J.-C. : fondation de Massalia (Marseille) par les Phocéens. À son tour, la ville part fonder Nice, Hyères, Antibes et Agde.
- 124 av. J.-C. : venue défendre une nouvelle fois Marseille, Rome trouve plus commode de rester. La Provincia (Provence) est née. Elle devient bientôt « une autre Italie » (Pline).
- Ier siècle av. J.-C. : les Romains affirment leur présence en Provence, construisant villes, ports et voies routières. Arles détrône Marseille.
- 413 : invasion des Barbares.
- 535 : La Provence passe sous la coupe des Francs
- IXe siècle : création du premier royaume de Provence.
- 883 : les Sarrasins transforment le massif des Maures en base militaire.
- XIVe siècle : les papes s'installent à Avignon pour 70 ans.
- Fin du XIVe siècle : les pestes, la disette et l'insécurité tuent la moitié des Provençaux.
- 1482 : la Provence devient française, à l'exception de la Savoie, de Monaco et du comtat venaissin.
- XVIIe siècle : Richelieu puis Louis XIV renforcent le pouvoir central. Toulon port de guerre, galères à Marseille… La côte provençale devient pour la « Royale » une base majeure.
- 1660 : venu châtier un complot, Louis XIV prend Marseille. Le rouleau compresseur de la francisation

s'est mis en marche.
- 1720 : terrible peste qui décime la population. Marseille perd la moitié de ses habitants.
- 1789 : la province, avec à sa tête Mirabeau, n'est pas la dernière à participer à la Révolution. Avec l'instauration des départements disparaît l'ancienne Provence.
- Fin du XVIIIe siècle : avec Honoré Fragonard et Joseph Vernet, la Provence se hisse au pinacle des arts picturaux.
- 1815 : Napoléon débarque de l'île d'Elbe et emprunte, par Grasse, Digne et Gap, la route qui porte aujourd'hui son nom.
- 1854 : fondation du félibrige, mouvement régionaliste culturel.
- 1860 : le comté de Nice et la Savoie sont rattachés à la France, en échange de l'intervention de Napoléon III en faveur de l'unité italienne contre les Autrichiens. L'année suivante, Menton et Roquebrune sont rachetées à la principauté de Monaco.
- 1942 : les troupes allemandes envahissent la Provence. Le 11 novembre...
- 1944 : le 28 août, Marseille est libérée.
- 1947 : Jean Vilar crée le Festival d'Avignon.
- 1970 : création du parc naturel régional de Camargue.
- 1974 : première réunion du conseil régional de la nouvelle région PACA (la Corse faisant cavalier seul depuis 1970).
- 1977 : le Luberon devient à son tour parc naturel régional. Les Marseillais, eux, prennent le métro.
- 2001 : Marseille est à 3h de Paris en TGV.
- 2004 : l'épave de l'avion d'Antoine de Saint-Exupéry est enfin retrouvée au large de l'île de Riou, près de Marseille.
- 2006 : l'« année Cézanne » à Aix-en-Provence commémore le centenaire de la mort du peintre. Également, à Aix, inauguration en octobre du Pavillon noir, somptueux centre chorégraphique dessiné par l'architecte Rudy Ricciotti.
- 2007 : les Alpilles sont classées Parc naturel régional par décret.
- 2012 : création du Parc national des Calanques.
- 2013 : Marseille « Capitale européenne de la culture ».

Tarascon

A la croisée des chemins entre Alpilles, Montagnette et Camargue, Tarascon possède tous les atouts d'une cité provençale, construite en bordure du Rhône au cœur du triangle d'or Nîmes, Arles et Avignon. Tarascon c'est la rencontre entre l'histoire, l'architecture, la nature et les légendes.
De fêtes en festivals, d'expositions en concerts, Tarascon, écrin emblématique des comtes de Provence, écoute son cœur battre avec passion pour les arts et les spectacles en toute saison.
Au départ du magnifique Château du Roi René, résidence des Comtes Angevins transformée en prison et classée monument historique en 1840, on découvre dans les rues médiévales du centre historique :
- La collégiale Royale Sainte-Marthe. On raconte que Marthe débarqua en 48 dans cette ville où sévissait une terrible créature, la Tarasque, que la Sainte dompta. Bon nombre de pèlerins visitent encore la collégiale Sainte-Marthe, où l'on peut admirer sa crypte, son orgue et sa superbe collection de

grands maîtres.
- L'Hôtel de Ville du XVIIe siècle, classé aux monuments historiques, abrite la Salle des Consuls, ouverte au public. A proximité l'ancienne place du marché et la chapelle de la Persévérance.
- Le Cloître des Cordeliers dont les galeries voûtées accueille des expositions culturelles et artistiques. Il abrite également l'espace Tartarin, et un cabinet de curiosités qui fait revivre le célèbre personnage issu de l'imagination d'Alphonse Daudet.

Maussane les Alpilles

La commune de Maussane-les-Alpilles se situe sur le versant sud du massif des Alpilles. Son territoire est délimité au nord par les rochers d'Entreconque et la crête des Grands Calans et au sud par le bourrelet nord de la Crau. Au centre, une chaîne de faible altitude, la Pène, constitue un étroit sillon rocheux qui s'étend de Fontvieille à Mouriès. Le terroir de Maussane est séparé de celui de Mourides par le gaudre de Malaga.
Il faut admirer la fontaine des 4 saisons, les petits lavoirs et fontaines qui rafraîchissent les ruelles, les bornes militaires romaines qui jalonnent les chemins (la via Aurelia), les oratoires dédiés aux Saints honorés en Provence, la Carte de France de la pierre de taille, un monument unique en France qui rend hommage au travail manuel et à tous les artisans (d'hier et d'aujourd'hui).
Maussane-les-Alpilles, village de l'Olivier et de l'Huile d'Olive ! Avec ses 3 moulins à huile, il est l'un des plus grands producteurs d'huile d'olive en France ; aussi, des circuits gourmands vous amèneront-ils au grès d'une flânerie entre les oliviers, de moulins en confiseries d'olives, d'apiculteurs en fromagers et les producteurs locaux vous parleront de leur savoir-faire…

Fontvieille

Le village de Fontvieille vous attend blotti au creux de ses carrières de pierres blanches. Par son caractère authentique de village provençal, avec ses maisons à tonnelles, ses puits insolites, ses rues sinueuses, Fontvieille vous charmera par ses trésors anciens. Témoins du savoir-faire de notre vie passée, nos oliveraies, notre vignoble et notre terroir soulignent les paysages exceptionnels des collines douces et parfumées d'Alphonse Daudet.
La commune de Fontvieille apparaît officiellement au 18ème siècle, mais l'existence de ce lieu remonterait entre 5.000 à 2.800 ans avant JC, comme le démontre de façon probante la découverte de tombes funéraires souterraines nommées "hypogées". Le village fut façonné par l'utilisation de la pierre dès la période romaine. Au Moyen-Âge, les conflits entre les seigneurs des Baux-de-Provence et les moines de l'abbaye de Montmajour vont favoriser la construction de la Tour des Abbés au 14ème siècle qui servira à la fois de point stratégique d'observation et de défense. Si les premiers moulins à huile apparaissent aux environs du 16ème siècle, il faudra attendre la fin du 18ème siècle pour voir apparaître le premier moulin à vent. L'histoire de Fontvieille prendra son véritable essor après la Révolution Française : la pierre de Fontvieille traversera les continents ainsi que les océans car elle correspondra à un style de construction spécifique : le style Haussmannien.

Les Baux-de-Provence

Les Baux de Provence, du provençal "Baou", rocher élevé, est une place défensive depuis l'antiquité. Dès le 9ème ("Balcium" en 960), la puissante famille des Baux en détient la seigneurie jusqu'en 1426. Les Baux connurent ensuite une histoire mouvementée jusqu'au 18ème. Actuellement, Les Baux, est l'un des sites touristiques les plus visités. Perché sur un plateau à 245m., le village des Baux est situé au cœur des Alpilles. Sa position offre un panorama exceptionnel sur Arles, la Camargue et toutes les Alpilles. C'est un des lieux touristiques les plus fréquentés de France. Le village ne compte pas moins de 22 monuments classées "Monument Historique" : église, château, hôtel de ville, hôpital, chapelles, maisons, portes...

Saint-Rémy de Provence

Le territoire de Saint-Rémy est habité depuis la Préhistoire, en témoignent les gravures rupestres trouvées dans la grotte Otello. Les peintures remontent au Néolithique final et à l'âge du bronze. Le site de Romanin est contemporain de celui de la grotte. Il constitue une station préhistorique sur laquelle se sont installées des populations.

Au premier âge du fer, les habitats préhistoriques continuent d'être habités pour la plupart, notamment au vallon Notre-Dame de Laval. Aux alentours du 6ème siècle av. J.-C., le mont Gaussier se peuple, comme le site de Glanum auquel il s'incorpore. On estime que la ville de Glanon, outre son centre monumental, s'étend jusqu'au mont Gaussier, sur une superficie totale de 40 hectares. À l'entrée du site, de l'autre côté de la route départementale, on aperçoit le cénotaphe des Iulii (dit à tort mausolée) et l'Arc de triomphe de Glanum, voisin de quelques mètres, qu'on appelle traditionnellement les « Antiques de Saint-Rémy-de-Provence ».