

Tour du vallon du Paradis depuis l'Abbaye de Valcroissant

Itinéraire

Tour du vallon du Paradis depuis l'Abbaye de Valcroissant, est une randonnée sens horaire de **12 km et 980 m** de dénivelé qui culmine à 1536 m. Elle commence sur le parking situé 100 m avant d'arriver à l'Abbaye. L'itinéraire emprunte aussitôt le PR Dôme ou Pié Ferré Abbaye de Valcroissant. Il débute une ascension plein Est jusqu'au panneau les Fays (953 m). Là, marcher plein Nord jusqu'au panneau les 4 Chemins (1021). Dans une épingle à droite, continuer sur le PR jusqu'au Comptoir à Moutons (1250 m). Partir plein Sud entre 2 rochers pour emprunter un très beau sentier qui passe au pied des falaises de Glandasse. Puis dans une large boucle descendre SO jusqu'au Col de l'Abbaye (849 m). Là prendre NO le GR 95 jusqu'au pas de la Roche (594 m). Puis finir sur le PR pour entrer jusqu'au parking

Itinéraire routier vers le départ de la rando : Tour du vallon du Paradis depuis l'Abbaye de Valcroissant.

D'Aix-en-Provence prendre autoroute A 51 jusqu'à sortie 23. Puis prendre D1075. Passer : Laragne – Eyguians – Serres – Aspremont – Aspres-sur-Buech – Saint-Julien-en-Bauchêne – Lus-la-croix-haute-gare. Aux Lusettes, quitter D 1075 à gauche. Prendre D 539, Passer col de Grimone – Grimone – Glandage. Prendre la direction Chatillon-en-Diois – Solaure-en-Diois – Molières-Glandaz. Rouler 700 m jusqu'à rencontrer à droite la route vers l'Abbaye de Valcroissant. Se garer sur le parking situé 100 m avant d'arriver à l'Abbaye.

De l'Abbaye jusqu'aux Quatre Chemins

Départ pour le Tour du vallon du Paradis

De l'Abbaye jusqu'aux Quatre Chemins

Le départ se fait sur le parking situé 100 m avant d'arriver à l'Abbaye de Valcroissant. Devant l'abbaye, emprunter aussitôt plein Est, le PR Dôme ou Pié Ferré Abbaye de Valcroissant. Une petite variante permet de suivre le cours d'eau sur 300 m jusqu'à retrouver le PR. De là, l'itinéraire parcourt 5 lacets qui permettent d'adoucir une pente raide. Dans le dernier lacet prendre à gauche plein Nord sur le même PR. Celui de droite (le GTV à pied) arrive du Col Fauchard. Après 150 m, vous arriver au panneau les Fays (953m). Continuer 800 m plein Nord, sur un sentier qui suit une courbe de niveau. Il traverse une forêt sombre où les arbres couverts de mousse, témoignent de l'humidité du lieux. Puis la forêt s'éclaircie, ce qui permet d'apercevoir de près le Sommet du Ménil jusqu'au panneau (les quatre Chemins)

Des Quatre Chemins au Comptoir à Mouton

Au panneau des Quatre Chemins, suivre sur le PR qui tourne à droite dans une Aiguille. Continuer SE sur 500 m et 80 m de dénivelé avant de rencontrer le site dit : La Fontaine de Juillet. Elle porte ce nom parait-il parce qu'elle ne se tarie jamais même en plein cœur de l'été. Après 700 m et 110 m de dénivelé, vous arrivez devant la « Pierre des Sacrifices ». Elle est en fait la trace de l'exploitation par les Moines de l'Abbaye, qui en extrayait des blocs destinés à tailler des meules pour les moulins à grain. De là continuer sur 400 m, toujours plein Sud et sur le PR jusqu'à obliquer à gauche. Là commence une montée raide en direction de Pié Ferré. Après 900 m et 250 m de dénivelé, vous arriverez devant le lieux dit Comptoir à Mouton.

Du Comptoir à Mouton au Col Fauchard

Au Comptoir à Moutons descendre à droite entre deux gros rochers, passage obligé pour emprunter la vire au pied des falaises. Ce passage servait autrefois aux bergers transhumants pour recenser leurs troupeaux. Cette partie de l'itinéraire est de toute évidence la plus spectaculaire de la randonnée. La vire qui serpente sur près d'un km sur les balcons de Glandasse, offre de magnifiques vues sur le vallon du Paradis à l'Est. A gauche les falaises abruptes ont des couleurs qui vont du rouge au gris en passant par des dégradés d'ocre. Puis l'itinéraire quitte le bas des falaise pour descendre dans la forêt. Dans une large boucle à droite il plonge Sud Est et descend plus de 500 m sur 2 km jusqu'au Col de Fauchard.

Fin du Tour du vallon du Paradis

Du Col de Fauchard au Pas de la Roche

Du Col de Fauchard (903m), un beau sentier en balcon traverse la forêt de Serre de Côte Belle. Il progresse plein Est en suivant une courbe de niveau. Il parcourt 400 m puis s'oriente plein Sud sur 300 m avant d'arriver au Col de l'Abbaye. Du Col de l'Abbaye (849 m) l'itinéraire repart NO dans une boucle à droite jusqu'au Pas de la Roche. Là plusieurs itinéraires balisés s'entrecroisent. Nous choisirons d'emprunter l'itinéraire le plus direct et le plus court. Il évite presque totalement les pistes et après 2 km et 250 m de dénivelé négatif, arrive au niveau du panneau Pas de la Roche (594 m).

Du Pas de la Roche au Point de départ

Au Pas de la Roche, l'itinéraire est à son point le plus bas (594 m). Vous devrez parcourir 800 m et remonter 60 m NE sur l'asphalte pour rallier le parking de départ.