



Le Train des Pignes, de Nice à Digne

Alpes

Il était une fois une époque où la SNCF n'existait pas encore. C'était le règne de la compagnie PLM, du fameux Train Bleu et de la Madone des Sleepings... Mais un beau jour, hélas, prit fin cette Belle Epoque. Une seule ligne osa résister à cette poussée fatale. Faute de pouvoir porter plus longtemps le titre prestigieux de PLM (Provence, Lenteur, Méditerranée), cette ligne minoritaire se décerna le titre poétique de CP - Chemins (de fer) de Provence - tandis que pour le commun des mortels, elle devenait tout simplement le Train des Pignes.

Aujourd'hui, les petits trains bleus perpétuent vaillamment chaque jour de l'année les valeurs portées par leurs prestigieux ancêtres : celles qui privilégient la splendeur sauvage des paysages, celles qui s'octroient le luxe inouï de la lenteur, celles des arrêts imprévus dans des haltes du bout du monde.

Des valeurs que, de Nice à Digne et du Var au Verdon, les randonneurs ne pouvaient que partager. Et c'est bien le but de ce circuit : randonner tout en jouant à "saute-wagons" avec le plus provençal de nos petits trains.. Il permet de découvrir la partie la plus sauvage et la plus désertifiée des Préalpes du Sud. Jouant avec le petit train des Pignes, il passe comme lui d'une vallée à l'autre, du Haut Var au Verdon, puis à celle de l'Asse, affluent de la Durance. Cheminant à travers villages abandonnés, bergeries perdues, crêtes et canyons.

9 jours / 8 nuits



POINTS FORTS

Jouez à "saute-wagons" avec le plus provençal des petits trains
Des transferts historiques et écolos : du bonus pour tous !
Des randonnées exceptionnellement sauvages et variées entre Mercantour et Haute Provence

PROGRAMME

JOUR 1 : Nice - Entrevaux

Découverte du petit village d'Entrevaux, cité frontière fortifiée par Vauban au XVII^es, et de son patrimoine. Selon la formule d'hébergement choisie, nuit à Entrevaux (petits hôtels) ou à Puget-Théniers (hôtels 2**).

Chamina-Voyages - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : contact@chamina-voyages.com
www.chamina-voyages.com

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n° Li 63950005 - 389249496 R.C.S. Clermont-Fd - Code APE n°633 Z
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

JOUR 2 : Entrevaux - Puget-Théniers - Saint Léger

L'itinéraire commence par la montée jusqu'à la citadelle d'Entrevaux, perchée au-dessus du village. Un sentier-balcon au-dessus de la vallée du Var conduit jusqu'au petit hameau abandonné des Lacs. Il faut ensuite gagner la crête d'Aurafort (1050m). Un très beau sentier se faufile à travers les falaises pour descendre sur Puget-Théniers et ses oliveraies. Transfert pour Saint Léger, au fond de la vallée de la Roudoule. Diner et nuit à Saint Léger.

5h00 de marche, Montée 650m, Descente 750m.

Option plus longue : d'Entrevaux jusqu'à Saint Léger à pied, en passant par le hameau de Villars-la-Croix.

6h00 de marche, Montée 1000m, Descente 420m.

Si vous partez de Puget-Théniers, vous ferez l'étape en sens inverse, de Puget jusqu'à Entrevaux, avant de regagner Puget-Théniers avec le train des Pignes dans l'apr ès-midi. Seconde nuit à Puget-Théniers.

JOUR 3 : Saint Léger - Guillaumes - Annot ou la traversée des terres rouges du Barrot

De Saint Léger part un très ancien chemin en balcon au-dessus de la vallée de la Roudoule. Il traverse par le col de Roua (1284m) un massif unique en France : les terres rouges (les pélites) du massif de Barrot et des gorges de Daluis. C'est un itinéraire absolument grandiose par ses paysages et unique par son atmosphère. Transfert en taxi pour Annot par les gorges de Daluis (trajet de 0h30). Diner et nuit à Annot.

5h de marche, Montée 650m, Descente 600m

Si vous partez de Puget-Théniers, la journée débute par un transfert en minibus de Puget-Théniers à Léouvé, dans la vallée de la Roudoule. Randonnée jusqu'au col de Roua (1284m) où les deux itinéraires se confondent pour gagner Guillaumes. Dans ce cas, l'étape est un peu plus courte. Au total, +350m - 600m et 5h30 de marche.

JOUR 4 : Méailles - Annot par les grès d'Annot

Au matin, transfert en train des Pignes jusqu'à la gare de Méailles. Montée au village de Méailles, d'où un bon sentier s'élève progressivement et pénètre dans le massif des grès d'Annot jusqu'à atteindre le col d'Argenton (1468m). De là, on peut poursuivre en aller-retour jusqu'au hameau d'Argenton (2h aller-retour). La redescente sur Annot est la plus belle partie de l'itinéraire : un cheminement splendide et très sauvage permet de rejoindre l'itinéraire classique des grès (passages spectaculaires). Diner et nuit à Annot.

5h de marche (7h jusqu'à Argenton), Montée 600m, Descente 750m.

JOUR 5 : Annot - Peyresq - Vallée du Verdon

Depuis Annot, transfert par le train des Pignes pour la halte de Peyresq. Montée au village puis traversée entre alpages et forêts jusqu'au hameau de la Colle St Michel, avant de redescendre sur la haute vallée du Verdon. Diner et nuit à Thorame.

5h de marche, Montée 600m

JOUR 6 : Moriez - St André les Alpes

Découverte du massif très sauvage de la crête de l'Aup

Transfert par le train des Pignes de Thorame jusqu'à Moriez . Ascension de la Grau de Courchons (1543m) par un itinéraire très sauvage jusqu'au village abandonné de Courchons (1350m). Puis descente dans les pinèdes sur St André les Alpes.

6h00 de marche, Montée 800m, Descente 820m. Diner et nuit à St André les Alpes.

Option plus courte : montée directe au village de Courchons, sans passer par le sommet (+ 510m, -530m et 5h)

JOUR 7 : Barrême - Le Poil - Chabrières :

Transfert par le train des Pignes jusqu'à la gare de Barrême, puis en taxi jusqu'au Planet Montée à la ferme de St Maime, col (1350m), village en ruines du Poil , descente par les hameaux en ruines de Creisset. Diner et nuit à Chabrières.

6h30 de marche, Montée : 700m, Descente : 750m.

Option plus courte : Montée directe aux hameaux de Creisset et descente sur Chabrières par la chapelle St Etienne. (+/-560m et 4h00 de marche)

JOUR 8 : Chabrières - Digne.

Depuis Chabrières, montée au Pas de l'Ane. On suit ensuite le chemin du hameau d'Entrages avant de redescendre directement sur Digne. Diner et nuit à Digne.

6h de marche, Montée : 700m, Descente 700m.

Une balade de la demi-journée est également possible pour ce dernier jour : la « voie romaine » des grès de St Jurson, depuis la gare de Mezel. (environ 3h de marche).

JOUR 9 : Digne

La capitale de la lavande vous accueille. Découvrez les thermes, la Réserve Géologique de Haute de Provence, le musée Alexandra David Neel ou la Route Napoléon.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Chamina-Voyages - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : contact@chamina-voyages.com
www.chamina-voyages.com

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n°Li 63950005 - 389249496 R.C.S. Clermont-Fd - Code APE n°633 Z
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

NIVEAU

Niveau 3 : Modéré, activité régulière et enchaînée de plusieurs étapes consécutives. Pas de difficulté technique. La pratique d'une activité physique régulière est conseillée pour faciliter votre endurance.

Cette randonnée s'adresse à des randonneurs avertis car elle se déroule dans des espaces très sauvages où vous ne rencontrerez certainement personne. Il est donc essentiel de savoir lire une carte et de rester prudent. Le J4 comporte un passage vertigineux d'1/4 d'heure, mais il est possible de l'éviter (indications dans le Carnet de Route).

HEBERGEMENT – REPAS

LE CHOIX DE VOTRE HÉBERGEMENT :

En petits hôtels 1* et auberges rurales au départ d'Entrevaux. Hébergement en chambres doubles ou en chambres individuelles, avec douches et WC généralement dans la chambre ou parfois sur le palier.

Ou

En hôtels 2** au départ de Puget-Théniers (avec deux nuits consécutives dans chaque hôtel, sauf à Chabrières). Hébergement en chambres doubles ou en chambres individuelles, avec douches et WC dans chaque chambre.

EXTENSION DE SEJOUR

Nous consulter.

DOCUMENTATION FOURNIE POUR CETTE RANDONNEE

1 descriptif détaillé des étapes

1 extrait de carte pour chaque étape

1 carte IGN

1 porte-carte étanche

BALISAGE

Pas de balisage spécifique à cette randonnée.

LE PRIX COMPREND

- l'hébergement
- la demi pension ou pension complète selon formule choisie
- le transport des bagages
- les taxes de séjour
- la documentation carnet de route
- tous les transferts (train des Pignes ou taxi) d'Entrevaux (ou Puget-Théniers) à Digne

NON COMPRIS

- les boissons et dépenses personnelles
- les visites éventuelles
- l'assurance
- les repas du midi selon formule choisie
- l'accès à Entrevaux et le départ de Digne

ACCES

Nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare ; une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant. Pour vos pré-acheminements en véhicule personnel, pensez au co-voiturage. Nous avons mis à votre disposition sur notre site internet un système d'annonces vous permettant de vous organiser sur vos dates de départs, rubrique "bourse-aux-equipiers".

SI VOUS VENEZ EN TRAIN

Par Nice : TGV pour Nice puis train des Pignes (départs de Nice à 12h55 et 17h15 gare des Chemins de Fer de Provence, à 15mn à pied de la gare SNCF de Nice)

Par Aix en Provence et Digne : TGV pour Aix en Provence TGV, puis autocars pour Digne, puis Train des Pignes (départs 14h25 et 17h30)

Pour connaître les horaires de train, consultez le site Internet www.sncf.com

SI VOUS VENEZ EN VOITURE

Accès en voiture depuis Nice ou par Grenoble et Digne (RN 202) .

Pour établir votre itinéraire, consultez les sites Internet www.viamichelin.com ou www.mapy.com.

A Entrevaux : parking municipal gratuit non surveillé mais généralement sûre.

Pour ceux qui viendraient en voiture depuis le Nord (Savoie, Lyon...), arrivée par la route qui longe la voie du train et passer à St André les Alpes. Ils est donc possible de garer votre voiture au parking municipal gratuit non surveillé (également habituellement sûre) et rejoindre le départ par le train des Pignes pour avoir votre voiture à la fin de la rando.

Chamina-Voyages - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : contact@chamina-voyages.com
www.chamina-voyages.com

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n°Li 63950005 - 389249496 R.C.S. Clermont-Fd - Code APE n°633 Z
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

SI VOUS VENEZ EN AVION

Depuis Paris, navette Air France toutes les heures ou vols low-cost sur EASYJET.

Depuis l'Europe, nombreuses compagnies low-cost.

Si vous venez en avion, sachez que l'aéroport de Nice est relié directement à la gare SNCF (ligne n°99), située elle-même à 20 minutes à pied de la gare des Chemins de fer de Provence

Retour depuis Digne vers Nice ou Entrevaux par le train des Pignes. Retour depuis Digne sur la gare d'Aix en Provence-TGV par autocars SNCF.

ENVIRONNEMENT

Les randonnées se déroulent le plus souvent dans des espaces naturels sensibles ; à ce titre toute activité se doit d'en respecter l'environnement : respect du patrimoine naturel, respect du patrimoine culturel et des habitants, respect des ressources naturelles (eau, sols, habitats, faune, flore, climat) et lutte contre les pollutions et tous les impacts sur l'environnement.

Saint André les Alpes est une porte d'entrée du parc naturel régional du Verdon et sur le territoire de la réserve géologique de Haute Provence.

CLIMAT

Climat de montagne, beau et chaud en été. La chaleur est toutefois tempérée par l'altitude. Des pluies sont toujours possibles.

L'ESPRIT CHAMINA

ETHIQUE ET TOURISME RESPONSABLE

CERTIFICATION ATR

Début 2008 la certification Agir pour un Tourisme Responsable a été attribuée à notre agence.

Gage de confiance pour notre clientèle, elle porte sur quatre engagements essentiels, desquels découlent de nombreuses actions sur le terrain et en interne :

1 - Information claire et sensibilisation du voyageur au tourisme responsable

Description détaillée des prestations, diffusion de la charte éthique du voyageur, mention sur la culture et les us et coutumes locaux dans les fiches techniques...

2 - Sélection des prestataires selon l'esprit du tourisme responsable

Les prestataires respectent les conditions juridiques d'exercice de leur métier en vigueur dans leur pays ; ont une politique de gestion des déchets et ressources naturelles...

3 - Mise en place d'un transfert de compétences vers les prestataires

Formation des accompagnateurs, sensibilisation du personnel local au tourisme responsable...

4 - Engagement du voyageur pour sa propre structure

Politique de gestion environnementale : tri des déchets, utilisation de papier recyclé ou issu de forêts gérées durablement, co-voiturage, compensation des émissions de CO2 pour les déplacements aériens...

Plus d'information concernant la labellisation ATR sur le site www.tourisme-responsable.org

Chamina Voyages est également membre de CETO (Centre d'Etude des Tour Opérateurs). Ce collectif a pour objectif de faire connaître et valoriser le professionnalisme des tour-opérateurs, de développer un capital confiance avec les voyageurs en leur apportant de réelles garanties de services.

RECOMMANDATIONS POUR UN SEJOUR RESPONSABLE

Chamina Voyages recommande à tous ses clients d'adopter durant leur séjour une attitude fidèle aux engagements d'ATR. Ces recommandations sont déclinées à travers la charte éthique du voyageur et la charte Chamina Voyages.

La charte éthique du voyageur :

Vous pouvez consulter à tout moment sur notre site Internet www.chamina-voyages.com le contenu de la Charte Ethique du Voyageur. Nous pouvons également vous l'envoyer, sur simple demande de votre part.

Chamina-Voyages - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : contact@chamina-voyages.com
www.chamina-voyages.com

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n°Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

La charte Chamina Voyages :

Elle a été élaborée par nos salariés et accompagnateurs, qui sont des voyageurs et randonneurs réguliers. Elle donne des règles simples à adopter pour voyager de façon responsable. Elle est consultable dans nos brochures, et téléchargeable sur notre site Internet. Nous pouvons également vous l'envoyer, sur simple demande de votre part.

SE PREPARER AU DEPART

EQUIPEMENT CONSEILLE

VETEMENTS

Pour la randonnée

- pour un maximum de confort, privilégier un système de vêtements « multi couches » : sous-vêtements chauds (collant + maillot) type "carline" ou "capilène" (fibres creuses évacuant la transpiration) + sweat ou veste polaire + veste de montagne et surpantalon avec membrane imperméable et respirante (type « gore tex » ou équivalent) pour le mauvais temps.

De façon générale et en dehors des climats et pays chauds, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées.

- pantalon de toile - shorts - T-shirts

- 6 à 7 paires de chaussettes de randonnée

- 1 cape de pluie couvrant le randonneur et le sac à dos. Si vous avez des survêtements très techniques (voir ci-dessus), il est possible de ne recouvrir que le sac à dos avec un protège sac contre la pluie. Le parapluie quant à lui est moins pratique, surtout en cas de vent ou d'orage...

- 1 chapeau de soleil, l'idéal étant une casquette type saharienne avec visière et protection de la nuque

- 1 foulard pour se protéger du soleil et/ou du vent

- 1 bonnet et 1 paire de gants, selon la saison et l'altitude : toujours les avoir au fond du sac.

Pour l'étape

- tenues de rechange et chaussures confortables

- boules "Quies" ou bouchons d'oreilles "Ear"

- affaires de toilette minimum + serviette + maillot de bain

Globalement, vos vêtements doivent être adaptés en fonction de la saison et de la région choisie.

MATERIEL DIVERS

Pour la randonnée :

- 1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante, type « gore tex » ou équivalent) dans lesquelles vous êtes bien ! Il faut « casser » les chaussures neuves avant de partir en randonnée en les portant quelques semaines auparavant afin d'éviter les désagréments des ampoules et échauffements...

- 1 (voire 2) paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum.

- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)

- 1 gourde de préférence isotherme de 1 litre minimum. Boire est indispensable en randonnée, 2 gourdes de 1 à 1,5 litre ne seront pas du luxe en période estivale et/ou dans des régions sèches et chaudes.

- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet.

- 1 bol type tupperware avec couvercle pour les pique-niques.

- papier hygiénique, mouchoirs en papier.

- 1 paire de bâtons télescopiques, facultatif, mais ils servent à s'équilibrer et alléger le poids du corps en descente, et aident durant la montée en rythmant la marche et en complément de poussée.

- 1 boussole (recommandée).

- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, certificat de vaccinations, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)

- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins)

Chamina-Voyages - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : contact@chamina-voyages.com
www.chamina-voyages.com

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n°Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et/ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Antidiarrhéique et antiseptique intestinal, Antispasmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, somnifère léger, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique, Arnica Montana en granules 9 CH (courbatures)...

Pour l'étape :

- 1 paire de sandales légères.

Pour randonnées avec hébergements en gîtes d'étape et/ou refuges :

- 1 lampe de poche ou lampe frontale

- 1 sac de couchage (garnissage en fibre creuses, léger et compressible) ou drap sac en coton, soie ou fibre polaire (couverture fournie dans les gîtes et les refuges).

BAGAGES

Randonnées « sac transporté » :

- 1 sac à dos de 35 à 40 litres à dos aéré, réglable et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de protection, l'appareil photo...

- 1 sac de voyage souple (valises rigides exclues) pour contenir les affaires de rechange pour la semaine à confier aux transporteurs. Attention ! Un seul sac par personne ne dépassant pas 10 kg. Tout surplus pourra être refusé.

Randonnées « sac au dos » ou randonnées portage obligatoire pour 1 à 3 nuits :

- 1 sac à dos de 40 à 50 litres à dos aéré et réglable et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de pluie, l'appareil photo...

ASSURANCE

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, nous ne saurions nous substituer à votre Responsabilité Civile Personnelle.

Nous avons mis au point avec EUROP ASSISTANCE, une assurance "assistance-annulation-interruption de séjour-bagage" dont le contrat vous est remis après souscription.

Veuillez donc lire attentivement votre fascicule d'assurance et l'emporter avec vous pendant la randonnée.

Chamina Voyages sert d'interface entre ses clients et l'assureur, elle n'a pas la latitude pour influencer sur l'une ou l'autre des parties. Nous nous en tenons aux conditions strictes de vente. Vous êtes responsables du respect des procédures de déclaration de tout sinistre. Avant toute décision, prendre contact avec EUROP ASSISTANCE.

Si vous avez refusé notre assurance, n'oubliez pas de vérifier que votre contrat personnel est valable pour la destination choisie et de vous munir d'une attestation pendant le voyage.

BIBLIOGRAPHIE

Deux livres sur le Train des Pignes :

- « Légendaire Train des Pignes » de Paul Cèze. Ed Cheminements, 2000 (environ 13 Euros)

- « Le siècle du Train des Pignes » de J Banaudo. Ed du Cabri, 2001 (environ 65 Euros) : c'est la Bible sur le sujet.

Trois sites internet :

- <http://www.trainprovence.com> C'est le site officiel des Chemins de fer de Provence. On y trouve en ligne tous les renseignements utiles (horaires, tarifs, etc...)

- <http://cccp.trainprovence.free.fr/> C'est le site associatif des amoureux du train (débat, photos, historique)

- <http://www.gecp.asso.fr> C'est le site des nostalgiques du Train des Pignes à vapeur et de l'association qui fait rouler ce train chaque Dimanche d'été de Puget-Théniers jusqu'à Annot.

Chamina-Voyages - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : contact@chamina-voyages.com
www.chamina-voyages.com

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n°Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd