



Copyright : Editions les Guides Goursau - www.guidesgoursau.fr

LE DÉFENS OU L'ARESTE

Areste signifie arête rocheuse, crête, angle saillant d'une partie de la montagne.

Balade
assez facile

DURÉE : 4h **ALTITUDE MAXI :** 1290m **DÉNIVELÉ :** 315m
PARKING : au village Le Villard, parking face au glissement de terrain

Ici, vous entrez dans le domaine de la lutte contre l'érosion des sols. Au pied du pic de Couard, ce secteur sauvage abrite toute la faune locale. La vue sur Digne et ses environs est à couper le souffle. Cette randonnée prend un caractère aventureux et offre le dépaysement.

En partant de Digne, prendre la direction du col de Corobin. A la sortie immédiate, avant de franchir un pont sur le torrent Eaux Chaudes, prendre à gauche, direction Le Villard, par la D19. La route étroite serpente en suivant le ruisseau, puis traverse un secteur de cultures. Au nouvel embranchement, toujours suivre « Le Villard », de nouveau par la D569. Une fois au village de « Le Villard », gardez votre véhicule à la sortie de celui-ci sur un plat prévu à cet effet. A partir de ce moment vous faites face au glissement de terrain de 2003.

À partir du parking, suivre la piste qui monte pendant environ 1 km jusqu'à atteindre une ruine en bordure. Une fois rendu à ce secteur relativement plat, vous vous trouvez face à votre randonnée et pouvez prendre des repères pour la suite.

La piste continue puis se sépare en deux : celle qui monte à droite est la bonne, celle qui continue tout droit est celle par laquelle vous reviendrez.

Il vous faut atteindre une citerne DFCI jaune et verte en suivant la piste (sur 1,5 km). Une fois ce point atteint, proche de la cote 1093 (zone plate, orchestrée par les barrières pour bovins), la piste continue en direction du pied du pic de Couard. Là, vous passerez des zones de terres noires, des langues de chênes, pour enfin atteindre un riu (ou ravin de pierres) venant du Vabre (voir carte IGN).

Il faut franchir ce riu, où le sol semble avoir subi le chaos. Deux solutions s'offrent à vous :

- soit vous prenez un cap boussole plein nord : dans la forêt, vous croiserez de vieux sentiers qui vous mèneront, en les remontant, à la piste servant pour le retour.

- soit vous cherchez à atteindre une rupture de pente bien marquée par quelques éboulis à droite en montant, une fois le riu franchi. Suivre cette crête en main courante (à gauche) pendant 500 m maximum jusqu'à tomber sur la piste de retour. Partie la plus technique mais en suivant sa boussole azimut 360°, les drailles (voies facilement repérables tracées par les animaux) vous amènent directement sur la piste.

Une fois sur la piste ne la quittez plus. Dès qu'elle amorce la descente, vous ne risquez plus de vous tromper : le prochain embranchement est à plus de 2 km. Une fois atteint, tournez à gauche. Progressivement vous longerez le bas des terres noires que vous apercevez en montant et tomberez sur des zones propices à l'observation.

Au plus bas de la piste, vous distinguerez les ruines de l'Areste, passerez un torrent avant d'entamer la remontée. Une fois sur le plat, vous reconnaîtrez facilement la piste empruntée. Le retour vers Le Villard se fait sans difficulté.

EN RÉSUMÉ:

Randonnée sportive et technique. Savoir lire une carte et utiliser sa boussole est primordial. Ici, quelle que soit l'heure, les animaux sont présents. Possibilité aussi de parcourir en sens inverse : il est conseillé de parcourir l'itinéraire dans le sens opposé à la description le matin et dans le sens indiqué l'après-midi. Pourquoi ? Tout simplement à cause des brises qui transportent les odeurs humaines, afin de faciliter l'observation de la faune.



Copyright : Editions les Guides Goursau - www.guidesgoursau.fr

Pour vous accompagner dans vos balades et randonnées,
Les Guides Goursau vous proposent de télécharger l'application :

Alpes sommets

PICS, COLS, LACS, REFUGES, VILLAGES, CHAPELLES, ATTRACTIONS, ETC.



Télécharger dans
l'App Store



ANDROID APP ON
Google play



De la France à l'Autriche, plus de 20000 sommets alpins affichés en réalité augmentée.
Fonctionne même sans couverture réseau grâce au GPS.

CONSEILS PRATIQUES

Comment utiliser cette fiche rando ?

Peu encombrant, cette fiche se glissera facilement dans votre sac à dos. Elle est à utiliser seule ou en complément de la carte IGN « Top 25 » n° 3440 ET Digne-les-Bains (La Javie, vallée de la Bléone).

La balade ou randonnée décrite est en effet situées sur cette seule carte, sauf pour accéder à la Bigue en passant par Thoard. Voir la carte IGN n° 3340 ET Digne-les-Bains (Sisteron - Les Méés).

Toutes les saisons se prêteront à vos balades et randonnées, mais restez vigilant car en été la chaleur peut surprendre.

En automne, c'est aussi la saison de la chasse. Des vêtements voyants sont un gage de sécurité, autant que de rester sur les sentiers, pensez-y !

En hiver, selon l'enneigement, il peut être utile de se munir de raquettes pour franchir des secteurs. À l'ubac, vous serez dans la neige, à l'adret, vos grosses chaussures d'hiver vous sembleront presque superflues.

Randonner, c'est partager des moments d'effort, des pique-niques face à la nature et engranger des souvenirs. Mais n'oubliez pas que le temps peut changer rapidement et qu'un minimum d'équipement peut vous éviter des désagréments.

Respectez votre nouvel environnement, il vous accueille, ainsi que ses habitants.

Tenez votre chien en laisse, car il n'est pas rare de croiser un animal.

Prenez la météo avant de partir, surtout si vous partez pour toute la journée.

Choisissez de partir de bonne heure et profitez des différents points d'eau pour vous rafraîchir dans l'après-midi.

Les sentiers choisis sont souvent balisés ; ils sont en tout cas repérables sur le terrain.

Contenu du sac

Le sac à dos doit pouvoir contenir un fond de sac constitué d'un vêtement de pluie, d'un vêtement chaud ou de recharge, de quoi se protéger du soleil et s'hydrater abondamment, d'une boussole, des

numéros de téléphone « au cas où », de la carte topographique et bien sûr de cette fiche rando.

Le choix des chaussures est important : choisissez des chaussures légères qui tiennent bien la cheville ; pensez aux bâtons pour la marche.

DIFFICULTÉ DE LA RANDONNÉE

Balade facile

Tout public même les jeunes enfants. Maximum 3 h 30 de marche et moins de 300 m de dénivellation. Aucune difficulté technique.

Balade assez facile

Pour randonneurs peu entraînés ou voulant emmener de jeunes enfants. Maximum 4 h 30 de marche et moins de 500 m de dénivellation.

Randonnée

Déconseillées avec de très jeunes enfants. Soyez vigilant, suivez le topo-guide et la carte, et pensez au retour si le temps change. Maximum 7 h 30 de marche et moins de 800 m de dénivellation.

Pensez surtout à prendre de l'eau en été car la chaleur peut surprendre.

La pratique des sentiers pédestres proposés dans ce topo-guide reste sous votre entière responsabilité.

EN VENTE
En librairie ou
sur www.guidesgoursau.fr

15 balades et randonnées sur Digne-les-Bains et ses environs.

Un choix des plus beaux sites à découvrir en famille ou entre amis.

