



LE VERDON à vélo

Guide
2023/2024

Carnet de route / Road book



VÉLO LOISIR
PROVENCE

www.veloloisirprovence.com



Sommaire

Table of contents

Présentation Vélo Loisir Provence	3
Le Parc naturel régional du Verdon	
About us and the Verdon regional natural Park	
Carte Le Verdon à vélo	4-5
Map the verdon by bike	
Préparer son séjour	6-17
Accès, transports et covoiturage	6
Access, Transport and carpooling	
Conseils et préparatifs de séjour,	7-11
Advice and trip preparation, useful	
Agences de voyages, des séjours clés en main	12
Travel Agencies, all included journey	
Guides accompagnateurs	13
Accompanying guides	
Louer et réparer son vélo	14-15
Bike rental and repair shop	
Evènements vélo et VTT	16
Cycle and mountain bike Events	



Légende et balisage VTC 17
Key and road signs

Carnet de route : 18-23

Le Tour du Verdon à vélo 258 km étape par étape

Road book : Le Tour du Verdon à vélo
step by step

Itinéraires vélo loisir 24-25 bike routes

Terres, truffes et cascades 24
Cabanons et pigeonniers 25

Itinéraires VTT et Gravel 26-31

MTB and Gravel routes

Grandes traversées VTT 27

Provence Verdon et Provence Alpes 28-29

Des sources aux gorges du Verdon 30-31

Accueil Vélo : Les bonnes adresses dans le Verdon 32-33

Accueil vélo : accommodations & restaurants in the Verdon

Aller plus loin 34-35

More information

QUI SOMMES-NOUS ?

L'association Vélo Loisir Provence regroupe plus de 200 professionnels du tourisme, engagés depuis 25 ans, à accueillir les randonneurs à vélo. C'est aussi une équipe d'animateurs à votre écoute pour faciliter l'organisation de votre séjour. Elle est soucieuse de développer les déplacements à vélo dans les Parcs naturels régionaux du Luberon et du Verdon !

ABOUT US

The Association "Vélo Loisir Provence" is made up of more than 200 touristic professionals who have been receiving bikers in this region for more than 25 years. There is also a staff available to facilitate the organization of your stay. It sets out to carefully develop safe and enjoyable cycling in the regional natural Parks of the Luberon and the Verdon!



Voir le Verdon en Grand !

Des paysages d'exception à la croisée de la Provence et des Alpes, dont la réputation attire des visiteurs du monde entier et qui justifient le classement en Parc naturel régional. Gorges du Verdon, lacs de Sainte Croix, d'Esparron, de Castillon, plateau de Valensole....

Créé en 1997, il s'étend sur une surface de 188 000 hectares. A cheval sur les départements des Alpes-de-Haute-Provence et du Var, il regroupe environ 35 000 habitants répartis sur 46 communes.

Ces paysages sont autant de biens communs qu'il faut préserver et à la fois valoriser. Cette quête d'équilibre n'est pas chose facile. Le Parc est chargé d'y veiller mais ce doit être l'affaire de tous : habitants et visiteurs.

De l'hiver à l'été, le Verdon se prête idéalement à la découverte à pied ou à vélo. Les montagnes de l'Artuby et des Préalpes seront particulièrement appréciées pour leur fraîcheur en été. Les ascensions du Puy de Rent (1996 m) ou du Mont Chiran (1905 m), emblématiques sommets locaux, permettront de prendre de la hauteur et de voir loin ! Au printemps, en automne et en hiver le plateau de Valensole et les collines du Haut Var feront ressentir la douceur de vivre du Verdon.

Ne manquez pas de visiter la Maison du Parc et bon voyage à la découverte des milles et un visage et paysages du Verdon !

Pratique : le site www.cheminsdesparcs.fr sera un outil parfaitement adapté à l'organisation de vos balades nature !

These landscapes of exceptional beauty at the crossroads of Provence and the Alps have a reputation which attracts visitors from all around the world and are justifiably ranked as a Regional Natural Park. The Gorges du Verdon, the lakes of Sainte Croix, Esparron and Castillon, the Plateau of Valensole... :

Created in 1997, it covers an area of 188,000 hectares. Straddling the departments of Alpes-de-Haute-Provence and Var, it brings together around 35,000 inhabitants spread over 46 municipalities.

These landscapes are so valuable as collective goods that they must be preserved but also promoted. The quest to achieve a natural balance is not easy. The park is responsible for ensuring this balance but this must also be the responsibility of everyone, from inhabitants to visitors.

From winter to summer, the Verdon offers an ideal destination for exploration on foot or by bike. The Mountains of Artuby and the Pré-Alpes are particularly appreciated for their freshness during summer. The emblematic summits of the area, the Puy de Rent (1996m/6,067ft) or Mont Chiran (1905m/5,794ft), offer from their heights a never ending view of the region. In spring and autumn the Plateau of Valensole and the hills of the Haut Var bring to life the gentle ambience of the Verdon.

Don't miss a visit to "La Maison du Parc" and above all enjoy exploring and discovering the thousand and one facets and landscapes of the Verdon.

Tip: the site www.cheminsdesparcs.fr is a useful tool perfectly adapted to help organising nature walks and wildlife outings!

Parc naturel régional du Verdon

Maison du Parc - Domaine de Valx
04360 Moustiers-Sainte-Marie
04 92 74 68 00
info@parcduverdon.fr
www.parcduverdon.fr
geo.pnrrpaca.org

 @ParcduVerdon

LE VERDON À VÉLO



Grands itinéraires

Tour du Verdon :
258 km - D+ 4000m

La Méditerranée à vélo : 850 km
Liaison Manosque - Varages (non balisé)

Liaison TER Manosque-Meyrargues

Plateau de Valensole - Lac de Sainte-Croix

Plateau de Valensole : 53 km

La Romaine : 47 km

Lacs du Verdon : 74 km

variantes

route non sécurisée et fréquentée
Road traffic

Limite du Parc naturel régional du Verdon

Basses Gorges et Haut-Var

Les Plateaux du Bas-Verdon : 57 km
Les Barrages du Verdon : 65 km
Terres, truffes et cascades : 35 km

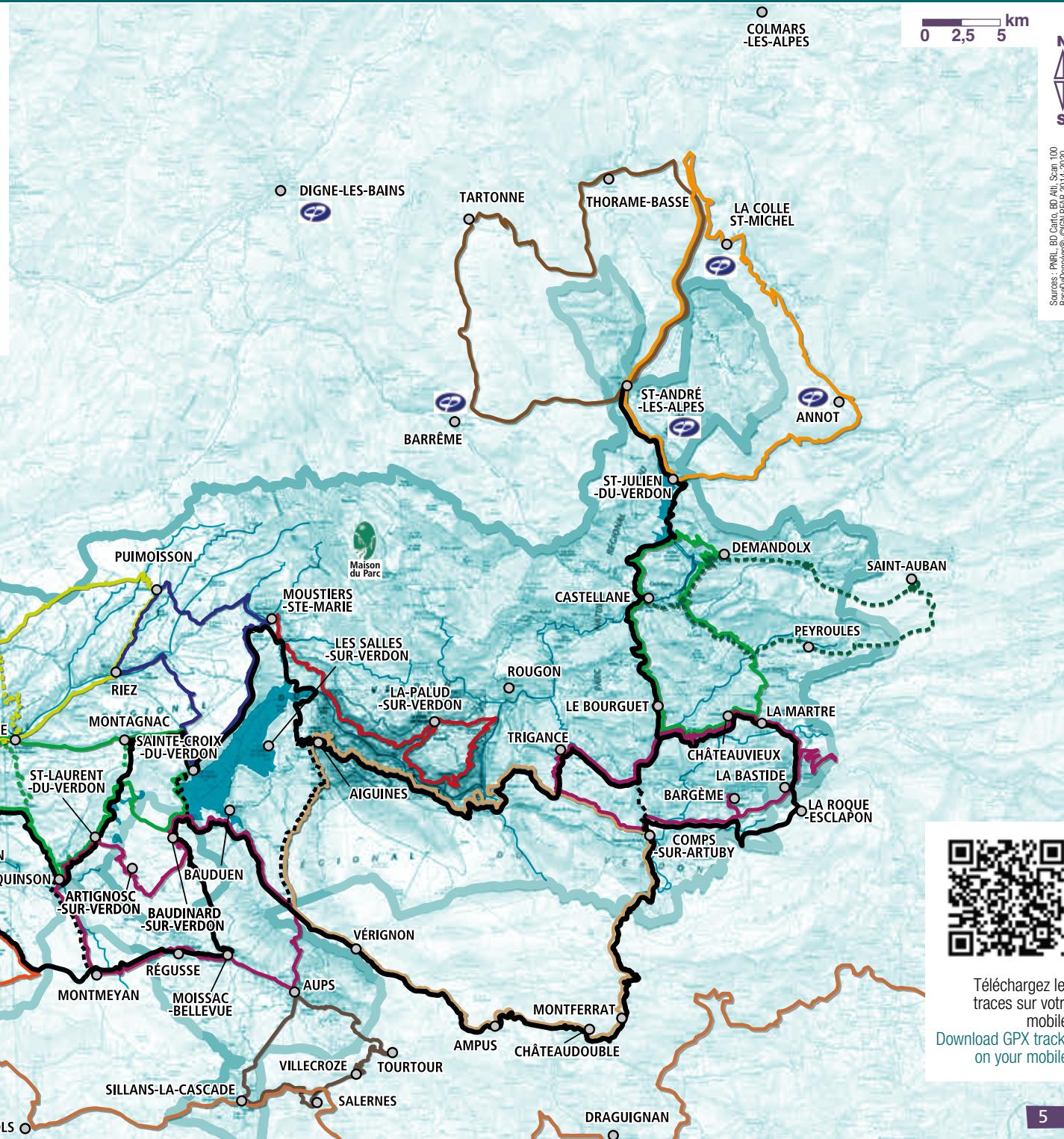
Haut et Moyen Verdon

Les Hautes Vallées : 72 km
Verdon et Vaire : 71 km
Belvédères du Verdon : 57 km
Autour du Teillon (non-balisé) : 57 km

Grandes Gorges et Artuby

Grand Canyon : 60 km
Les Gorges du Verdon : 98 km
Le Toit du Var : 71 km

0 2,5 5 km



Accès, transports et covoiturage

Access, transports and carpooling



À VÉLO BY BIKE

- EuroVelo 8 – La Méditerranée à vélo
www.lamediterraneeavelo.com

EN VOITURE BY CAR

- A51 sortie / exit n°17 Gréoux-les-Bains, Vinon-sur-Verdon
- A51 sortie / exit n°18 Valensole, Gréoux-les-Bains
- A8 sortie / exit n°36 Draguignan
www.inforoute04.fr - www.var.fr/routes/info-route

EN TRAIN BY TRAIN

A bord des trains TER, transport de vélo gratuit et sans réservation. Service accessible sous réserve d'emplacements disponibles / Transport is free and without reservation. This service is available subject to available spaces

- Gare TGV / TGV station Saint-Charles (Marseille) / Aix-en-Provence TGV puis liaison par les gares TER de / then rail connection with Meyrargues, Manosque, La Brillanne.

Ou Gare TGV / or TGV station Les Arcs-Draguignan
www.sncf-connect.com - www.sncf.com

- Chemins de fer de Provence : ligne / route Nice - Digne les Bains avec des gares à / with stations in Entrevaux, Annot, Thorame-Haute, Saint-André-les-Alpes.

Trajet Saint-André-les-Alpes / Digne-les-Bains sera assuré en autocar jusqu'à nouvel avis. Buses replace all trains between Saint-André-les-Alpes and Digne-les-Bains.

Le transport de vélos démontés est garanti sous certaines conditions / Disassembled bicycles are allowed with conditions
www.cpzou.fr

EN BUS BY COACH

- Réseau régional ZOU ! / Regional bus services 0 809 400 013 - zou.maregionsud.fr
Transport de vélo possible sur lignes LER, en soute ou sur supports vélos si ligne équipée. En souté, il est conseillé de transporter votre vélo protégé dans une housse de protection. Contacter le service Allô ZOU ! Bus pour réservation et conditions d'emport des vélos à bord.
Bike transport possible in the hold or on bike rack. It is advisable to carry it in a protective cover. Contact the Allô ZOU! Bus service to find out the conditions for transportation on board and reservation.

- Lignes TransAgglo / bus connections in the Verdon 0 800 870 942 – mobilité.dlva.fr
Nouveau : ligne 131 Manosque – Vinon-sur-Verdon - Gréoux-les-Bains équipée d'un porte-vélo. Réservation la veille
New : line 131 Manosque – Vinon-sur-Verdon – Gréoux-les-Bains equipped with a bike-rack. Reservation the day before.
- Navette Blanc-Martel / Blanc-Martel shuttle navette.parcduperdon.fr

- Liaisons européennes / European bus services Certaines compagnies (Blablabus, flixbus) permettent de voyager avec votre vélo, en soute ou sur un porte-vélo. Conditions d'emport et de réservation à vérifier auprès de l'opérateur.
Some bus companies (Blablabus, flixbus) allow you to travel with your bike, in the hold or on a bike carrier. Transportation and booking conditions to be checked with the operator.

EN AVION BY PLANE

- Aéroport Marseille-Provence
Marseille-Provence Airport: www.marseille.aeroport.fr
- Aéroport Nice Côte d'Azur / Nice Côte d'Azur Airport: www.nice.aeroport.fr



Bien vous accueillir

Parce qu'il est important d'être accueilli chez des professionnels qui connaissent vos besoins de randonneurs à vélo et qui s'efforceront de prendre soin de vous et de votre vélo, toutes les bonnes adresses proposées ici sont labellisées « Accueil Vélo ».



Make you feel welcome

Because it's important to be well received by professionals who understand your requirements and are committed to take care of you and your bike, all services providers are registered under the national label « Accueil Vélo » (Bike Welcome).

Hébergements, restaurants, loueurs et réparateurs de vélo, lieux de visite et caves mais aussi offices de tourisme, tous vous garantissent :

- Être à moins de 5 km d'un itinéraire cyclable
- Des équipements et des services dédiés
- Un accueil attentionné et des conseils pour mieux apprécier votre séjour

Découvrez tous les services « Accueil Vélo » sur notre site : www.veloloisirprovence.com

Accommodations, restaurants, bike rentals and repair services, places to visit, wine cellars and tourist offices, they all guarantee :

- Being within 5 km of a cycle route,
- Adapted equipments and services
- A warm welcome and advices to fully enjoy your stay

Discover all service providers « Accueil Vélo » on our website: www.veloloisirprovence.com



RECHARGER LES BATTERIES !

Vous roulez à vélo à assistance électrique ? Profitez d'une pause déjeuner ou d'une visite pour recharger vos batteries. Des chargeurs « Bosch » sont à votre disposition dans certains offices de tourisme et sites de visite « Accueil Vélo », à l'initiative du Département des Alpes de Haute-Provence. Retrouvez-les dans ce carnet de route, facilement identifiables grâce au symbole ci-dessus.

Recharge the batteries

Do you ride an electrically-assisted bicycle ? Take advantage of a lunch break or a visit to recharge your battery. Bosch chargers are available at some cultural sites and tourist offices marked « Accueil Vélo » on the initiative of the Alpes de Haute-Provence department. Find them in this road book, easily identifiable with the symbol above.

Conseils et préparatifs de séjour

Quelle variété de parcours ! Plus de 700 kilomètres d'itinéraires balisés sur des petites routes et près de 2 000 kilomètres d'itinéraires VTT : le Verdon jouit d'une diversité de parcours peu commune.

Un grand circuit en itinérance vélo pour plusieurs jours de randonnée, ou plutôt une balade en boucle, à la journée ou à la demi-journée ; l'aventure d'une grande traversée d'une semaine à VTT, ou des petites boucles de tous niveaux : chaque formule est ici présentée. A vous de choisir, de venir, et... de revenir pour tout découvrir !

Choisissez bien votre monture, fidèle compagnon pour parcourir ces petites routes et ces sentiers. Vélo Tout Chemin et randonneuse sont recommandés pour la majorité des itinéraires vélo, et un bon VTT, de préférence tout suspendu, sera indispensable sur des chemins souvent pierreux. Les vélos et VTT à assistance électrique sont de bons alliés pour adoucir un relief parfois escarpé !

Advice and trip preparation

Such a variety of routes to choose from! More than 700 km / 438 miles of marked and sign-posted itineraries along lanes and pathways and nearly 2000 km / 1242 miles of mountain bike itineraries: the Verdon rejoices in an uncommonly diverse choice of routes.

Select from a large circuitous route of over several days cycling or perhaps a small cycle loop for a day or half day; opt for the adventure of mountain biking over a whole week or plump for a few little loops adapted to all levels. Various formulae are presented here. The choice is yours! Come and enjoy and... come back again for more!

Select your bicycle with care; it will be your faithful companion along these secluded routes and tracks. All-road bikes and trekking bikes are recommended for the majority of the itineraries, and a good mountain bike, preferably with full-suspension, will be essential on rocky paths. E-bikes and MTBs are good partners to soften a quite hilly area!

De préférence hors été...

Secteur extrêmement touristique, le Verdon ne désemplit pas en été. Certaines de ses routes sont alors saturées d'automobilistes, rendant dangereuse la pratique du vélo. De ce fait, mais également en raison des fortes chaleurs, nous vous recommandons vivement les périodes de mars à juin et septembre à mi-novembre.

Partez équipés et en toute sécurité ! Set out equipped and secure!



Le port du casque est fortement recommandé pour tous et obligatoire jusqu'à 12 ans.
Wearing a helmet is highly recommended for everyone and mandatory up to 12 years.



Prévoyez de l'eau, de la crème solaire et un encas...
Bring water, sunscreen and a snack.



Assurez-vous d'être visible le soir, la nuit ou de jour par mauvaise visibilité avec des éclairages qui fonctionnent et un gilet de sécurité...
Make sure you are visible in the evening, at night or during the day in poor visibility with working lights and a safety vest.

OUTDOOR VISION PRÉSERVONS NOTRE TERRAIN DE JEU !

Je partage mes traces GPS pour la préservation et l'aménagement de mes sites de pratique.

outdoorvision.fr



Contrôlez l'état de votre matériel et prévoyez le nécessaire de réparation.
Check the condition of your equipment and plan the necessary repair



Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage.
If you go alone, leave your itinerary to those around you.



L'achat d'un topoguide vélo ou d'une carte du Verdon est vivement conseillé.
Rendez-vous sur notre boutique en ligne :
www.veloloisirprovence.com.
The purchase of a «bike» topoguide or a map of the Verdon is strongly recommended.

*Go to our online store:
www.veloloisirprovence.com*

Un voyage à vélo, c'est quoi ?

Découvrir une région, ses paysages, villages et sites touristiques, à son rythme et librement, telle est la promesse du voyage à vélo.

What is a bike trip?

Discovering a region, its landscapes, villages and tourist sites, at your own pace and freely, such is the promise of cycling.

Nos conseils pour se préparer à un voyage à vélo

The equipment to be provided for a bike trip



- Prenez votre vélo ou optez pour la location de vélos équipés (p.14-15)
Bring your bike or opt for the rental of equipped bikes (p.14-15)



- Voyagez léger : utilisez des sacoches, du bikepacking ou faites appel à un service de transport de bagages
Travel light: use panniers, bikepacking or use a luggage transport service



- Planifiez votre route : choisir un itinéraire existant ou combiner plusieurs parcours en utilisant notre carte interactive.
Plan your route : choose an existing itinerary or create your own route, using our interactive map.
Rendez-vous sur / Check out
www.veloloisirprovence.com

CARTE INTERACTIVE

Découvrez notre outil gratuit et facile d'accès pour créer votre itinéraire vélo dans le Luberon et le Verdon en quelques clics !



INTERACTIVE MAP

Discover our free and easy-to-access tool to create your cycling itinerary in the Luberon and the Verdon in a few clicks!

Organisez votre voyage en fonction de votre niveau :

- Les familles parcourent plutôt entre 20 à 50 km par jour
- Les habitués de l'itinérance autour de 60-80 km par jour
- Les plus « sportifs » pourront parcourir jusqu'à 120 km par jour (avec une allure avoisinant les 25-30 km/h).

Si votre point de départ est différent du point d'arrivée, alors utilisez le « Louez votre vélo ici, laissez le ailleurs » et prenez un taxi ou un transport en commun pour votre retour.

Renseignez-vous auprès des loueurs de vélos.

Partez sereins : vous pouvez louer des vélos équipés (p.14-15), vous faire accompagner (p.13), organiser votre itinérance avec une agence de voyage (p.12) et trouver des bonnes adresses pour dormir, manger et faire des pauses ludiques et culturelles (p.32-33).

Osez l'aventure !

Organize your trip according to your level:

- Families travel approximately between 20 and 50 kilometers per day
- Regulars of bike trips around 60-80 km per day
- The most «athletic» can travel up to 120 kilometers per day (with a pace of around 25-30 km/h)

If your point of departure is different from the point of arrival, then use the «Rent your bike here, leave it elsewhere» and take a taxi or public transport for your return.

Check with bike rental companies.

Leave with peace of mind: you can rent equipped bikes (p.14-15), have someone accompany you (p.13), organize your roaming with a travel agency (p.12) and find good places to sleep, eat and take fun breaks and cultural (p.32-33).

Let's go for the adventure !





LES GRANDS ITINÉRAIRES Long travel bike rides

Tour du Verdon à vélo



4 à 7 jours
4 to 7 days
258 km
160 miles



Amateurs d'itinérance,
d'aventure et de grands
espaces préservés, cet
itinéraire est fait pour
vous !

Parcourez le Tour du
Verdon, une immersion
totale dans la diversité des paysages et des ambiances
de ce territoire unique.

Par de petites routes pittoresques, contemplez des
panoramas époustouflants, parfois impressionnantes.
Rejoignez la plupart des villages emblématiques du
Verdon, mais aussi ses espaces plus méconnus et
confidentiels. Ressentez l'authenticité d'un territoire aux
facettes multiples.

Prolongez votre séjour et profitez de la liaison jusqu'à
Saint-André-les-Alpes, ville étape du Train des Pignes.
L'occasion de longer le lac de Castillon et de faire étape
à Castellane.

RECOMMANDATIONS :

- Ce parcours est adapté à un public habitué à l'itinérance voire sportif et ne convient pas aux familles. Sans être alpin, le territoire présente parfois des dénivelés importants.
- Planifiez vos étapes en fonction de leur difficulté ou de votre niveau. Réservez vos hébergements à l'avance (p.14 à 23).

Itinéraire balisé dans les deux sens.

GPX à télécharger sur www.veloloisirprovence.com



Are you a fan of touring? Do you love adventure and wide open spaces? Then this tour is for you!
Along pretty picturesque lanes and paths, be captivated by the breath-taking views and impressive panoramas. Threading through the most characteristic villages of the Verdon but also exploring the lesser known and more secluded spots. Feel the authentic atmosphere of this multi-faceted region.

Extend your stay and take advantage of the connection to Saint-André-les-Alpes, a stopover town for the Train des Pignes. The opportunity to walk along the Castillon lake and stop off at Castellane.

RECOMMANDATIONS :

- This tour is not suitable for families and is recommended for cyclists who are used to strenuous cycling circuits. The region often presents a mountainous profile with severe gradients.
- Plan the tour in stages taking into account cycling experience or the level of difficulty. Plan your accommodation in advance (p.14 to 23).

signposted in both directions.

Informations auprès de Vélo Loisir Provence :
04 92 82 20 13 - www.veloloisirprovence.com

À vélo au fil de l'eau

Surcombez à cette charmante randonnée à la rencontre des merveilles de l'ouest-Verdon : les majestueux lacs d'Esparron et de Sainte-Croix, ceux plus confidentiels de Montpezat et de Saint-laurent, sans oublier leur trait d'union, les paisibles basses gorges. Le carnet de route vous suggère des étapes pour parcourir l'itinéraire sur 3 ou 4 jours, vous livre les pauses incontournables, les bonnes informations logistiques, et vous permet de comprendre ce territoire chargé d'une histoire singulière. Retrouvez le carnet de route sur : www.veloloisirprovence.com.

CYCLING BY THE WATER'S EDGE

Enjoy this charming bike ride and take in the splendours of Provence's Verdon region: the majestic Lac d'Esparron and Lac Sainte-Croix, the less well-known Lac de Montpezat and Lac Saint-Laurent and, of course, the peaceful lower gorges which link them.



The route guide includes suggested stages to enable you to cover the route

Non balisé
Non sign-posted
3 à 4 jours
3 to 4 days
135 km
88 miles

in 3 or 4 days, details of unmissable stops along the way, useful logistical information, and an insight into this region and its unique history. Find it online at: www.veloloisirprovence.com.



La Méditerranée à vélo : Echappées en terres du Sud !

La Méditerranée à vélo est la partie française de l'EuroVelo 8 qui relie 11 pays européens, depuis l'Espagne jusqu'à Chypre puis la Turquie sur 7 500 km. Il connecte les Parcs du Luberon et du Verdon, rejoignant ce dernier à Sillans-la-Cascade, et continue le long d'une ancienne voie ferrée du train « le Varois ». Dans les Alpes de Haute-Provence, l'itinéraire est balisé sur des voies partagées jusqu'à Manosque, et une liaison en TER est proposée pour rejoindre Meyrargues et poursuivre le parcours.

Informations auprès de Vélo Loisir Provence :
04 90 76 48 05 – www.lamediterraneevelo.com

The Mediterranean route : Get away in southern lands!

The Mediterranean route is the French section of EuroVelo 8 that connects 11 European countries, from Spain to Greece and Turkey for a distance of 7 500 km (3 658 miles).

It links the Luberon and Verdon regional natural Parks, joining the latter in Sillans-la-Cascade, and follows the former « le Varois » Train railway.

In Alpes de Haute-Provence, the route is marked on shared roads until Manosque, and a train transfer is proposed to join Meyrargues and continue the ride.



Agences de voyages, des séjours sur mesure

Travel Agencies, Custom-made journey



Votre séjour à vélo sur mesure
Your custom-made bike journey

CHEMINS DU SUD
04 90 09 06 06
infos@cheminsdusud.com
www.cheminsdusud.com



40 ans d'expérience en Provence, et dans le Verdon. Des séjours personnalisés, une flexibilité appréciée. Du lac Sainte Croix au plateau de Valensole (et ses lavandes), itinéraires pittoresques et très peu fréquentés par les basses gorges, le Verdon accessible à tous ! Écoute, sympathie et réactivité. Entreprise SCOP (Economie Sociale et Solidaire).

40 years of experience in Provence, and in the Verdon. Personalized stays, appreciated flexibility. From Lac Sainte Croix to the Valensole plateau (and its lavender), picturesque and very little frequented routes: through the lower gorges, the Verdon accessible to all! Listening, sympathy and responsiveness. Company SCOP (Social and Solidarity Economy)



Votre séjour VTT sur mesure
Custom-made mountain bike journey

CAP LIBERTÉ
Bâtiment Igloo - Pré Joubert - 05260 Ancelle
06 62 09 49 86
info@cap-liberte.fr
www.cap-liberte.fr



Grandes Traversées VTT des Alpes de Haute-Provence (la TransVerdon et l'Alpes-Provence) et de Vaucluse, avec des packages tout compris pré-conçus ou à la carte, en liberté. Exemple : Grande Traversée VTT TransVerdon en intégralité : séjour 6 jours / 5 nuits avec notamment hébergement, transfert de bagages, navette retour, traces GPS...

For long journeys across the Vaucluse, the Luberon and the Verdon, we propose either an inclusive ready-made or a personalized package. For example : TransVerdon MTB great crossing: 6 days / 5 nights trip with accomodation, luggage transfer, return-way shuttle, point GPS navigator...



Guides accompagnateurs Accompanying guides

Ils connaissent leurs territoires, maîtrisent la pratique du vélo pour vous proposer un parcours adapté sur route ou chemin.

C'est la garantie de moments conviviaux, de petites anecdotes... et c'est techniquement rassurant !

They know their district, manage the practicalities of cycling to propose cycling tours adapted to your requirements, on road or mountain bikes.

A guarantee for friendly and memorable moments and it's technically reassuring.



DIGNE LES BAINS - 04000

JASON ROSSI
VTT Evolution
17 rue des remparts
06 20 06 22 84
vttevolution@gmail.com
www.vttevolution.com

Partez à la découverte des Alpes-de-Haute-Provence en VTT, VAE ou VTTEA.

Familles, débutants et experts : Jason, moniteur diplômé d'état, vous propose des sorties adaptées et sur-mesure. Des Terres Noires au Verdon, en passant par le Luberon, de somptueux paysages vous attendent !

Formats disponibles : demi-journées, journées ou plusieurs jours. Possibilité de livraisons des vélos.

Discover Alpes-de-Haute-Provence mountain biking or e-biking. Families, beginners and experts : Jason, MTB instructor, will offer you the best riding experience.

From Verdon to Luberon and through Black Hills, amazing landscapes await !

A half day, full day or extended trip : everything's possible. Bike delivery option..



GRÉOUX-LES-BAINS - 04800

ANTOINE RIFFAUD
7 place de l'Hôtel de ville
06 76 72 02 42 - 04 92 78 01 08
06 81 00 33 98 (réservation/booking)
a.riffaud@tourisme-dlva.fr

f VTT Provence Verdon

Passionné de cyclisme sous toutes ces formes, grand connaisseur et pratiquant assidu de VTT, Antoine s'adapte à votre niveau, à vos envies et vous propose une belle découverte du Verdon, sur route, sur sentier, et en dehors des sentiers battus ! Balade sur mesure possible.

Passionate about all type of cycling, Antoine, who practices mountain bike on a regular basis, will share his passion for the Verdon with you and will adapt his tours according to your level, your wishes on road, path or off the beaten track. Customised tour possible.



LA PALUD -SUR- VERDON - 04120

GUILLAUME CAUVIN
VERDON.E. BIKE
Les gîtes – Route de Moustiers
06 88 10 91 73
verdonebike@gmail.com
verdonebike.com

Envie d'évasion cycliste autour des Gorges du Verdon, laissez-vous guider par un moniteur diplômé à travers de magnifiques routes, chemins ou sentiers.

Pratiquant assidu disposant d'une grande connaissance de son terrain de jeu, Guillaume sera en mesure d'adapter le programme en fonction de vos souhaits et de votre niveau.

Renseignements par téléphone. Uniquement sur réservation. You want a cycling escape around the Gorges du Verdon, let a qualified instructor guide you through magnificent roads, paths or trails.

Assiduous practitioner with a great knowledge of my playground, Guillaume will be able to adapt the program according to your wishes and your level.

Information by phone. Only by reservation.



MOUSTIERS SAINTE MARIE - 04360
FEEL PUECHBERTY
06 85 85 09 10
feel-singletrack@gmail.com
www.feel-singletrack.com

Feel vous accompagne en VTT VTTEA, Gravel ou route, en demi-journée, journée, en étoile ou en itinérance, aux alentours de Moustiers-Sainte-Marie et des gorges du Verdon. Hébergement possible.

Feel will accompany you on mountain biking, mountain biking, gravel or road, in half-day, day, star or roaming, around Moustiers-Sainte-Marie and the Gorges du Verdon. Accommodation possible.





Louer et réparer des vélos Bike rental and repair



Besoin d'un vélo route, VTC ou VTT, mais aussi d'une remorque pour enfants, sièges, ou sacoches ? Envie de parcourir l'un des itinéraires les plus spectaculaires du Verdon au guidon d'un vélo à assistance électrique ? Les loueurs ont de quoi répondre à vos besoins.

In need of an all-roads bike, an hybrid bike or a mountain bike, but also a child trailer, child seat or saddlebags? Want to ride one of the most spectacular Verdon routes within an electrically assisted bike? The bike rental companies can cater for all your needs.

AUPS - 83630

STATION BEE'S VERDON AUPS
41, Avenue Georges Clemenceau
06 95 30 57 86
aups@stationsbees.com
www.stationbees.com

Située dans le Var et au sud des Gorges du Verdon, la Station Bee's Verdon d'Aups est le point de départ idéal pour découvrir le Parc Naturel Régional du Verdon à vélo électrique ; un lieu où la faune et la flore sont en parfaite harmonie.

Located in the Var and south of the Gorges du Verdon, the Bee's station in Aups is the ideal starting point to discover the Verdon Regional Natural Park by electric bike; a place where fauna and flora are in perfect harmony.



CASTELLANE - 04120

BUENA VISTA RAFTING
Jeanfi
Hameau de La Baume
06 24 34 53 70
contact@buena Vista rafting.com
www.buenavistrafting.com

Bienvenue dans les Gorges du Verdon ! Ouvrez grands les yeux et pédez en douceur autour des lacs de Castillon et de Chaudanne, partez à la découverte des hameaux de Castellane, ou à l'aventure sur un itinéraire de votre choix.

Location de VAE à la demi-journée, journée ou pour un séjour plus long.

Welcome to the Gorges du Verdon! Open your eyes wide and pedal gently around the lakes of Castillon and Chaudanne, discover the hamlets of Castellane, or adventure on a route of your choice.

Rent an electric bike for half a day, a day or for a longer stay.



* Tarifs différents selon le type de vélo, la gamme et les services proposés / Different rates depending on the type and the style of bike but also the services offered.

Plus de détails sur / More details on www.veloloisirprovence.com

COLMARS - 04370

AD MONTEM

Serge Daumas
Juste en face l'hôtel - restaurant Le France
07 68 33 72 74
serge.admontem@gmail.com
ad-montem.fr

Au cœur de la Vallée du Haut Verdon, Ad Montem vous propose la location de Vélos à Assistance Électrique (VTT et VTC), un atelier de réparation, la possibilité de recharger la batterie de votre VAE, la vente d'accessoires et de pièces détachées pour votre cycle. Tarifs et réservations par téléphone.

In the heart of the Haut Verdon Valley, Ad Montem offers you the rental of Electrically Assisted Bicycles (MTB and VTC), a repair workshop, the possibility of recharging the battery of your VAE, the sale of accessories and spare parts for your cycle. Prices and reservations by phone.



GRÉOUX-LES-BAINS - 04800

BACHELAS BIKE

Benjamin Bachelas
21 chemin neuf
06 81 00 33 98
bachelas.location@orange.fr
www.bachelasbikeshop.com

Location et réparation de vélos de route, VTC, VTT et vélos à assistance électrique. Accessoires divers dont remorque. Magasin de location également sur Manosque : 24 boulevard de la Plaine. Mêmes coordonnées. Possibilités d'y laisser les vélos loués à Gréoux et vice-versa. Réservation en ligne sur notre site !

Road bike, hybrid bike, mountain bike and electric bike rental and repair. Several accessories including trailer. Rental store also in Manosque: 24 Boulevard de la Plaine, same contact details. Possibility to leave hired bikes from Gréoux and vice-versa. Booking online !

Tarifs dégressifs à la durée. / Price reductions depending on length of time.



LA PALUD-SUR-VERDON - 04120

VERDON.E.BIKE

Guillaume Cauvin
Rue grande
06 88 10 91 73
verdonebike@gmail.com
verdonebike.com

Location de vélos à assistance électrique pour parcourir l'incontournable route des crêtes. Location de VTTAE avec ou sans accompagnateur.

E-bikes rental to ride the unavoidable ridge road. E-mountain bike renting with or without bike guide.

Boucle à vélo de 24 km au départ de La Palud-sur-Verdon pour découvrir les plus beaux points de vue sur les Gorges du Verdon.

Cycling loop of 24 km from La Palud-sur-Verdon to discover the most beautiful points of view on the Verdon Gorges.



MOUSTIERS-SAINTE-MARIE - 04360

EBIKE MOUSTIERS

Noël Voyer
D952 Garage Achard
06 11 53 13 86
contact@ebikemoustiers.fr
www.ebikemoustiers.fr

Location de vélos à assistance électrique aux portes des Gorges du Verdon. Nombreux circuits à télécharger pour un guidage par GPS tout au long du parcours. Réparation. Livraison.

Electric bikes rental near the Verdon Gorges. Many tours are available for download and to find easily your route with a GPS. Repair. Delivery available on request.

Tarifs dégressifs à la durée. Price reductions depending on length of time.



Possibilité réparation

MOUSTIERS BIKE SERVICES

Adrien Amiel
Domaine du Petit Lac
06 42 18 58 86
moustiersbikeservices@outlook.com
moustiersbikeservices.com

Location VTT et VTC à assistance électrique pour toute la famille (assistance électrique à partir d'1m30). Proposition de parcours ou balade accompagnée au cœur du Verdon.

Atelier de réparation et vente pièces détachées
Electric mountain bike and hybrid bike rental for the whole family (electric assistance from 1.30m). Suggested route or guided tour in the heart of the Verdon.
Repair workshop and sale of spare parts

Tarif dégressif pour chaque jour supplémentaire / Decreasing rate for each additional day
Ouvert toute l'année / Open all year



SAINT-ANDRÉ-LES-ALPES - 04170

CASTELLANE - 04120

E-BIKE 04

Marc Frandino - Metal Concept
Impasse Notre-Dame
06 72 92 63 40
marc.frandino@orange.fr
www.ebike04.fr

Location et réparation de vélos : VTC, VTT, vélo à assistance électrique. Accessoires : porte-bébé, remorque enfant. Réservation sur le site internet vivement conseillée.

Location in alternance sur 2 sites de location.
Rental and repair for bikes: hybrid, mountain and electric bikes. Equipment: baby seat and child trailer. Booking online is highly recommended. Alternating rental on 2 rental sites !
Point de location également à Castellane (parking du Casino D4085 - Route de Digne) en juillet et août.
Rental site in Castellane (parking du Casino D4085 - Route de Digne) in july and august.



SAINT-ANTONIN-DU-VAR - 83510

NATUR'EVASION
93 route de Carcès
06 45 55 36 95 - 04 94 80 28 44
contact@naturevasion.com
naturevasion.com



Location de VTC, VTT et vélo route, avec ou sans assistance électrique. Explorez les sentiers et circuits vélo varois au départ de notre site , à la journée ou sur un week-end. Randonnées guidées, réparation et transport de vélo.

Road bike and mountain bike rental, electric or mechanic. Explore paths and bike routes from our base, for a day or a week-end. Guided hikes, bike transportation and repair services.



SAINT LAURENT DU VERDON - 04500

SATION BEE'S VERDON - SAINT LAURENT DU VERDON
(Camping Farigoulette 5*)
1029, route de Montpezat
06 47 94 02 19
verdon@stationsbees.com
www.stationbees.com

La Station Bee's Verdon est installée à Saint Laurent du Verdon aux abords du camping haut de gamme « Ciela Village – La Farigoulette » pour une découverte des Alpes de Haute de Provence et du Haut Var à vélo électrique ! Hop hop hop... en selle pour de nouvelles aventures !

The "station bee's verdon" is settling in Saint Laurent du Verdon, at the top-of-the-range campsite « Ciela Village - La Farigoulette » for a discovery of the Alpes de Haute de Provence and the Haut Var by electric bike!



40 KM AUTOUR DE QUINSON

VELO VERDON REPARATION

Benoit Ogier
06 71 41 54 23
veloverdonreparation@protonmail.com

velo verdon reparation

Atelier mobile de réparation vélo. Déplacements sur les basses gorges du Verdon et le Haut-Var. Entretien et dépannage de tous types de vélos : VTT, vélos de route, VTC, vélos à assistance électrique.

Mobile bicycle repair shop. Services on the lower gorges and upper-Var area. Maintenance and repair on all type of bikes : mountain bike, road bike, electric bicycle...



Sur rendez-vous

Événements vélo et VTT

Cycle and mountain bike events



FÉVRIER

Du 11 au 16 - Boucles du Haut Var - Villages du Haut Var - 06 75 13 12 36 - www.velosporthyerois.fr

MAI

Le 14 - Les boucles du Verdon, Gréoux-les-Bains 06 80 14 78 62 - www.24hvtt.com

1^{er} au 31 - Mai à vélo, retrouvez partout en France des animations vélo - maavelo.fr

JUIN

Les 10 et 11 - Rando d'Or Trans-piades, Vinon-sur-Verdon - www.transpiades.com

Le 17 - Alpes Verdon Tour, Castellane alpesverdowntour.com

Le 25 - Rando du Haut Var, Salernes 07 77 20 42 71 - ochv.com

JUILLET

Du 1 au 2 - Enduro series et Championnat de France VTT enduro, Val d'Allos 04 92 83 02 81 - www.valdallos.com/course-vtt.html

Du 9 au 14 - Grand Rallye VTT TransVerdon, Colmars - 06 33 79 11 46 - grandrallyevtt.com

JUILLET

Du 1 au 2 - Enduro series et Championnat de France VTT enduro, Val d'Allos 04 92 83 02 81 - www.valdallos.com/course-vtt.html

Du 9 au 14 - Grand Rallye VTT TransVerdon, Colmars - 06 33 79 11 46 - grandrallyevtt.com

AOÛT

Le 6 - Les 3 Cols, Barcelonnette 06 72 58 00 64 - www.club-cycliste-ubaye.com

Le 20 - Randonnée de la St Roch, La Verdière 06 10 23 01 65 - veloclubebvasion.fr

- Bike & Beer, Gréoux-les-Bains 06 95 67 12 97 - teamgreouxbike.com/vtt/

SEPTEMBRE

Le 30 - Les 10 ans du Naturman Var natureman-var.fr

NOVEMBRE

Le 11 - Rando d'Or Verdon des Collines Gréoux-les-Bains - 06 95 67 12 97 teamgreouxbike.com/vtt/

DÉCEMBRE

Le 10 - Rallye VTT de Noël www.durance-luberon-verdon.com



Balisages



balise permanente/ signpost all year round

Suivre les panneaux indicateurs qui jalonnent les itinéraires / the itineraries are marked out by road signs

Tour du Verdon 258 km



La Méditerranée à vélo - 850 km



Les hautes vallées 72 km



Verdon et Vaïre 71 km



Belvédères du Verdon 57km



Grand Canyon 60km



La Romaine 47 km



Lacs du Verdon 74km



Plateau de Valensole 53 km



Les Plateau du Bas-Verdon 57km



Les Barrages du Verdon 65 km



Terres, truffes et cascades 35 km



Les Gorges du Verdon 95 km



Les Balcons du Haut-Var 54 km



Le Toit du Var 71 km



Légende Key

Accessible personnes à mobilité réduite / Access to people with reduced mobility

Nombre d'emplacements tente, caravane, camping-car
Number of pitches, caravan, camping-car

Nombre de locatifs équipés
Number of mobil-home, chalet, equiped tent, yurt

Nombre de location saisonnière
Number of self-catering gite

Nombre de chambres
Number of bedrooms

Capacité totale d'accueil
Total capacity

Bornes et chargeurs Bosch
Bosch Battery-charging stations and chargers

VTC / Hybrid bike

VTT / Mountain bike

Vélo assistance électrique
Electrically powered bike

VTT assistance électrique
Mountain electrically powered bike

Hébergement

Restauration
Restaurant

Site culturel
Cultural site

Cave / Wine cellar

Produits du terroir
Local products

Loisirs / Leisure

Qualité Tourisme

Valeurs Parc naturel régional

Classement
Clé vacances

Classement
Gîte de France

Autoroute / Highway

Bus / Bus

Train / Train

Atelier mobile
Mobile bicycle repair shop

Loueur de vélos
Bike rental

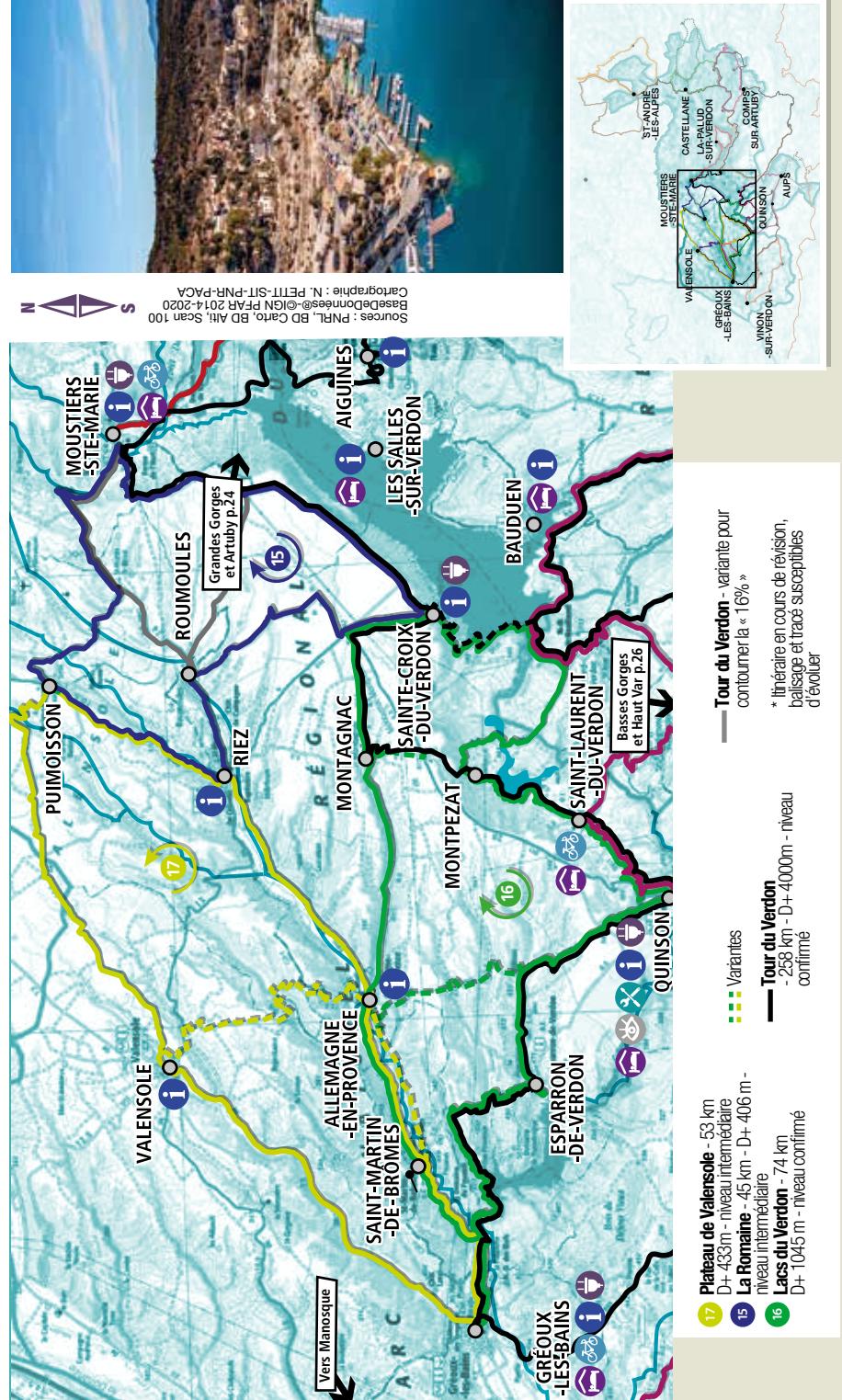
Réparation / Repair

Office de Tourisme
Tourist Office



TOUR DU VERDON

ÉTAPE 1 : Gréoux-les-Bains <-> Moustiers-Sainte-Marie



Entre Plateau, Lacs et Basses Gorges
Enivrez-vous sur les routes colorées du Plateau de Valensole ou longez les eaux paisibles du Verdon entre les basses gorges et le lac d'Esparron-de-Verdon. Le charme des villages traversés vous invite à faire halte... alors ne résistez pas à la tentation de poser pied à terre.

Along Plateau, Lakes and lower gorges
Get intoxicated by the colourful roads of the Plateau de Valensole or follow the peaceful waters of the Verdon between the low gorges and the Esparron-de-Verdon lake. The charm of the villages you pass through invites you to make a stop... so don't resist the temptation to set foot on the ground.

Office de Tourisme Luberon
www.durance-luberon-verdon.com
04 92 74 01 08

Durante DURANCE LUBERON VERDON

Office de Tourisme Moustiers-Sainte-Marie
04 92 74 67 84
info@moustiers.fr
www.moustiers.fr

À VISITER / Cultural site

QUINSON - 04500
MUSÉE DE PRÉHISTOIRE DES GORGES DU VERDON
Route de Montmeyan
04 92 74 09 59
contact@museeprehistoire.com
www.museeprehistoire.com

BOUCLES CYCLOTOURISTIQUES DES ALPES DE HAUTE-PROVENCE ALPES DE HAUTE-PROVENCE CYCLE MAP
17 itinéraires balisés et 19 cols bornés pour silloner ce beau département dans toute sa diversité, entre Luberon, Verdon, Haute-Provence et Ubaye. Carte disponible dans les offices de tourisme et traces GPX à télécharger à l'adresse ci-dessous. Explore the 17 itineraries and 19 mark out cols to ride through this beautiful and varied department, between Luberon, Verdon, upper-Provence and Ubaye. Map available in tourist offices and GPX to download at the link below.

www.tourisme-alpes-haute-provence.com/velo

RANDO
Randonnée à vélo en Provence-Alpes-Côte d'Azur

Office de tourisme Sainte-Croix-du-Verdon
04 92 77 85 29
info@saintecroixduverdon-tourisme.com
www.stcroixduverdon-tourisme.fr



Alpes de Haute Provence premier département labellisé vélo par la Fédération française de cyclotourisme

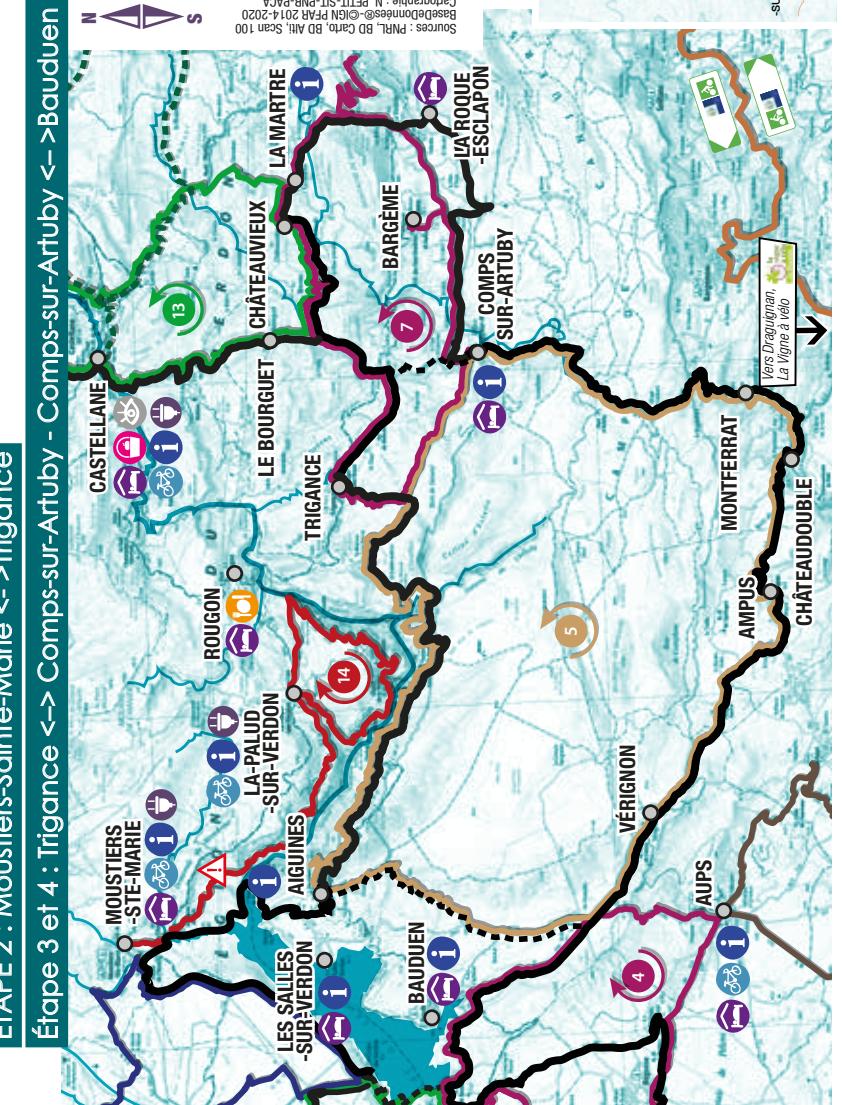
TERRITOIRE VÉLO



TOUR DU VERDON

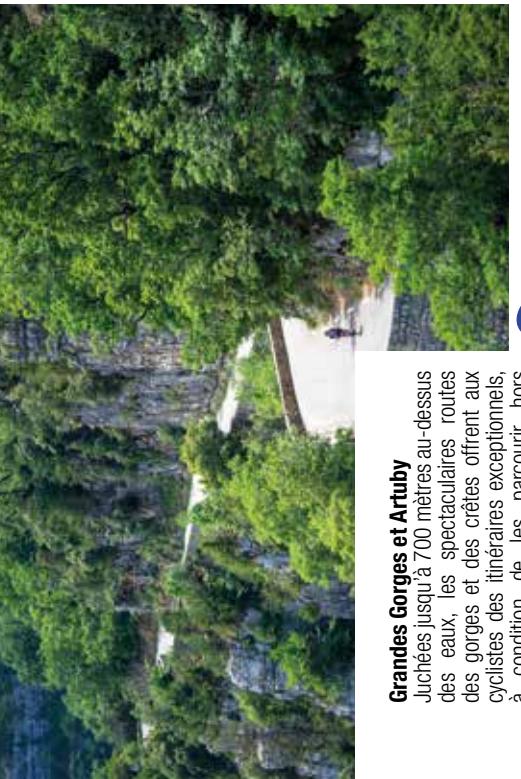


ÉTAPE 2 : Moustiers-Sainte-Marie <-> Trigance



Sources: PRB BD Carto, DB Al1, Scen 100
Cartographe: N. PETIT-ST-PN/PAC
Base de données: ©IGN PRB 2014-PAC
Cartographie: N. PETIT-ST-PN/PAC
Carte détaillée: ©IGN PRB 2014-PAC

1 Ferries, tuques et cascades : 35 km D+ 400m - niveau intermédiaire
Route fréquentée en saison estivale / Road traffic in summer



Grandes Gorges et Artuby
Juchées jusqu'à 700 mètres au-dessus des eaux, les spectaculaires routes des gorges et des crêtes offrent aux cyclistes des itinéraires exceptionnels, à condition de les parcourir hors saison. Au sud-est, l'Artuby étend ses vertes vallées et ses superbes villages perchés, propices à une découverte tout en douceur.

Perched up to 700 meters above the waters, the breathtaking gorges and ridge roads offer exceptional routes for cyclists provided you come in the low season. To the Southeast, the Artuby region stretches its high wooded valleys and its beautiful perched villages, a perfect scenery for a smooth discovery.

i Lacs et Gorges du Verdon

Tourisme
04 94 70 21 64
www.acs-gorges-verdon.fr



i Dracénie Provence Verdon
Tourisme
04 98 10 51 05
tourisme.dracenie.com

i DESTINATION DRACÉNIE PROVENCE VERDON
Boulevard Saint-Michel
04 92 89 04 24
contact@maisondesgorgesduverdon.fr
[Maison des gorges du Verdon](https://www.maisondesgorgesduverdon.fr)



Un « musée à ciel ouvert »

Le vélo est idéal pour parcourir la Réserve Géologique de Haute-Provence, véritable musée à ciel ouvert. Si le relief est plus marqué, chacun peut à son rythme profiter de la beauté des sites géologiques et paysages. Promis, ça vaut vraiment le coup de pédale.

An « outdoor museum »

Cycling is ideal to explore the Haute-Provence Geological Reserve, a real outdoor museum. Although the relief is more pronounced, everyone can enjoy the beauty of the geological sites and landscapes at their own pace. Promised, it's really worth pedalling for. Plus d'informations / More information: www.aventuregeologique.com

À VISITER / Cultural site

CASTELLANE - 04120
MAISON NATURE & PATRIMOINES
Place Marcel Sauvage
04 92 83 19 23
maisonnaturepatrimoines@gmail.com
www.maison-nature-patrimoines.com



Où DÉGUSTER ? / Cellars

CASTELLANE - 04120
MAISON DE PRODUITS DE PAYS DES GORGES DU VERDON
Produit du terroir / Local products
Boulevard Saint-Michel
04 92 89 04 24
contact@maisondesgorgesduverdon.fr
[Maison des gorges du Verdon](https://www.maisondesgorgesduverdon.fr)

Vigne à vélo

The route links Les Arcs sur Argens station, to Chateaudouble gorges over a distance of 28 kms. Discover at your own pace wine estates, woodlands, villages and museums. Draguignan section is linked to EuroVélo 8.



i Lacs et Gorges du Verdon

Tourisme
04 94 70 21 64
www.acs-gorges-verdon.fr



i Dracénie Provence Verdon
Tourisme
04 98 10 51 05
tourisme.dracenie.com

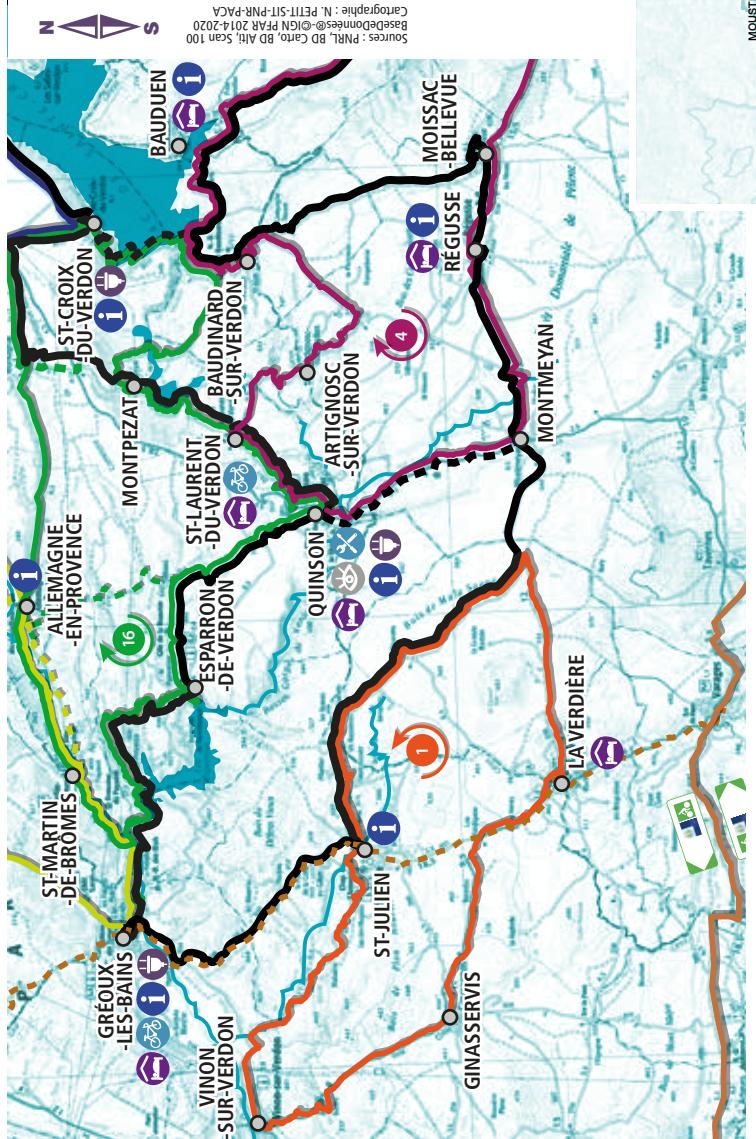
i DESTINATION DRACÉNIE PROVENCE VERDON
Boulevard Saint-Michel
04 92 89 04 24
contact@maisondesgorgesduverdon.fr
[Maison des gorges du Verdon](https://www.maisondesgorgesduverdon.fr)





Tour du Verdon

Étape 5 : Bauduen <-> Gréoux-les-Bains



- 65 km - D+ 890 m - niveau confirmé

Les Plateaux du Bas-Verdon

57 km - D+ 581 m - niveau intermédiaire

卷之三

- **Tour du Verdon** - 258 km - D+ 4000m - niveau confirmé
- **Lacs du verdon** - 74km - D+4000m - niveau confirmé
- **La Méditerranée à vélo** —  - 850 km
- **Terres, truffes et cascades** : 35 km / D+ 400m - niveau intermédiaire

Les Barrages du Verdon
55 km - D+ 890 m - niveau confirmé
Les Plateaux du Bas-Verdon
77 km - D+ 581 m - niveau intermédiaire

HAUT ET MOYEN VERDON - LIAISON TOUR DU VERDON



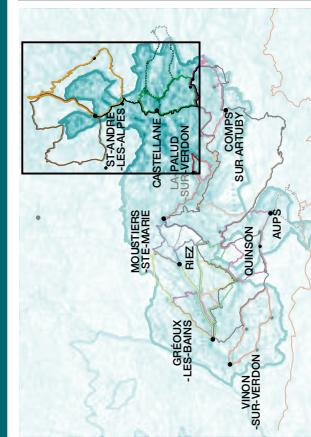
A map of the Colmars-les-Alpes area, showing the town's location between Villars-Colmars to the west and Colmars-les-Alpes to the east. The map includes a compass rose indicating North (N), South (S), East (E), and West (W). A blue circle with a white letter 'i' and a question mark symbol is placed near the town center.

- 11 Les Hautes Vallées - 74 km**
D+ 1062 m - niveau confirmé
- 12 Véron et Vaire - 71 km**
D- 1315 m - niveau confirmé
- 13 Belvédères du Verdon - 57 km**
D+ 1180 m - niveau confirmé

HAUT ET MOYEN VERDON

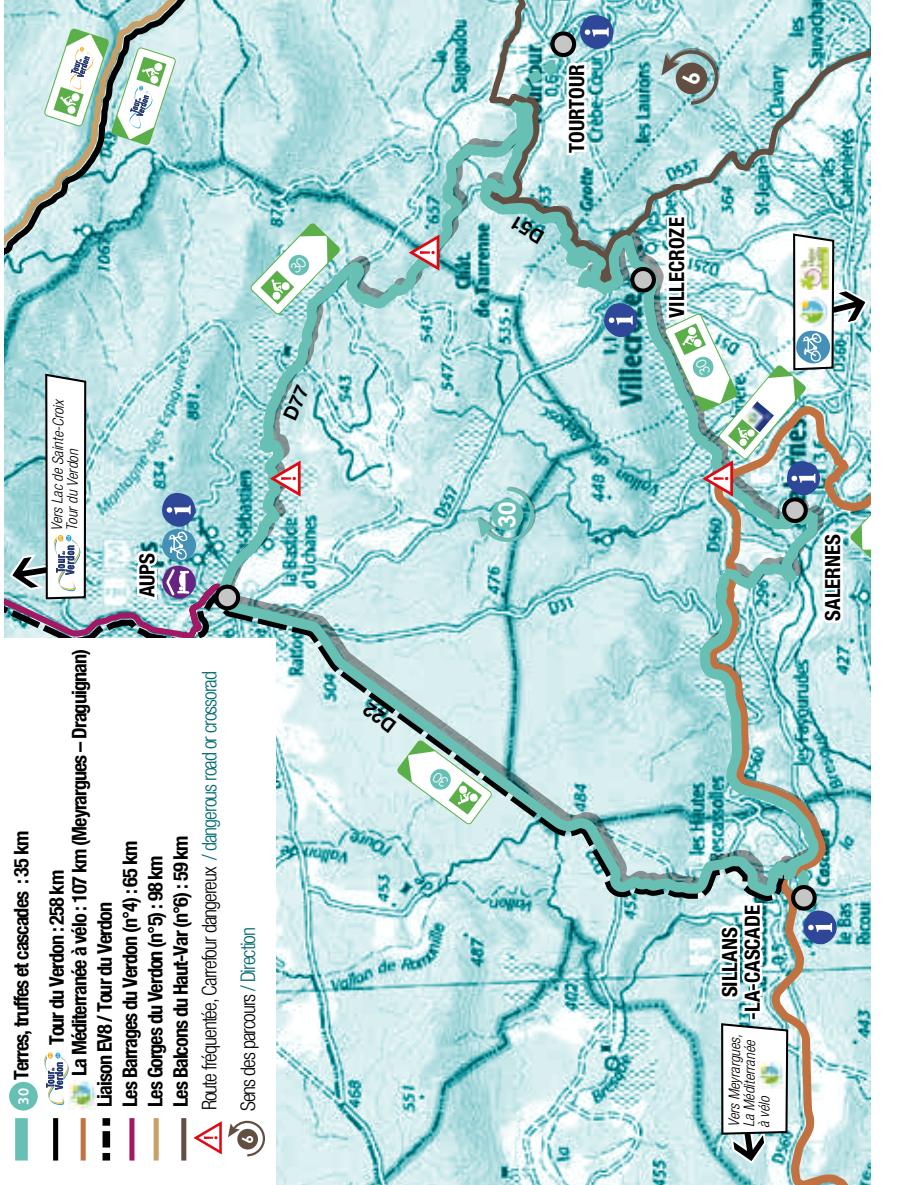
A quelques pas du Mercantour, dans le massif de la Sestrière, le Verdon prend sa source à 2400 mètres d'altitude, se fraie un chemin au fil des vallées, rejoint le lac de Castillon avant de s'engouffrer dans les gorges à partir de Castellane. Superbes paysages de montagne, sommets éternellement enneigés, cols cyclistes légendaires... Bienvenue dans les Alpes du Sud !

Not far from Allos, in the Sestrère mountain, the Verdon river has its source at 2400m. It then finds its way through valleys before reaching the Castillon lake and rushing into the canyon from Castellane. Splendid mountain landscapes, permanently snowcovered summits, famous cycling passes...





Entre Dracénie et Verdon, pour la découverte des richesses du Haut-Var. Sur votre route, villages colorés et sites naturels remarquables, mais aussi producteurs locaux et sites de tourisme invitant à éveiller vos sens... le Var est une terre de vélo, aussi un terroir et des saveurs, vous promettant une expérience inoubliable.



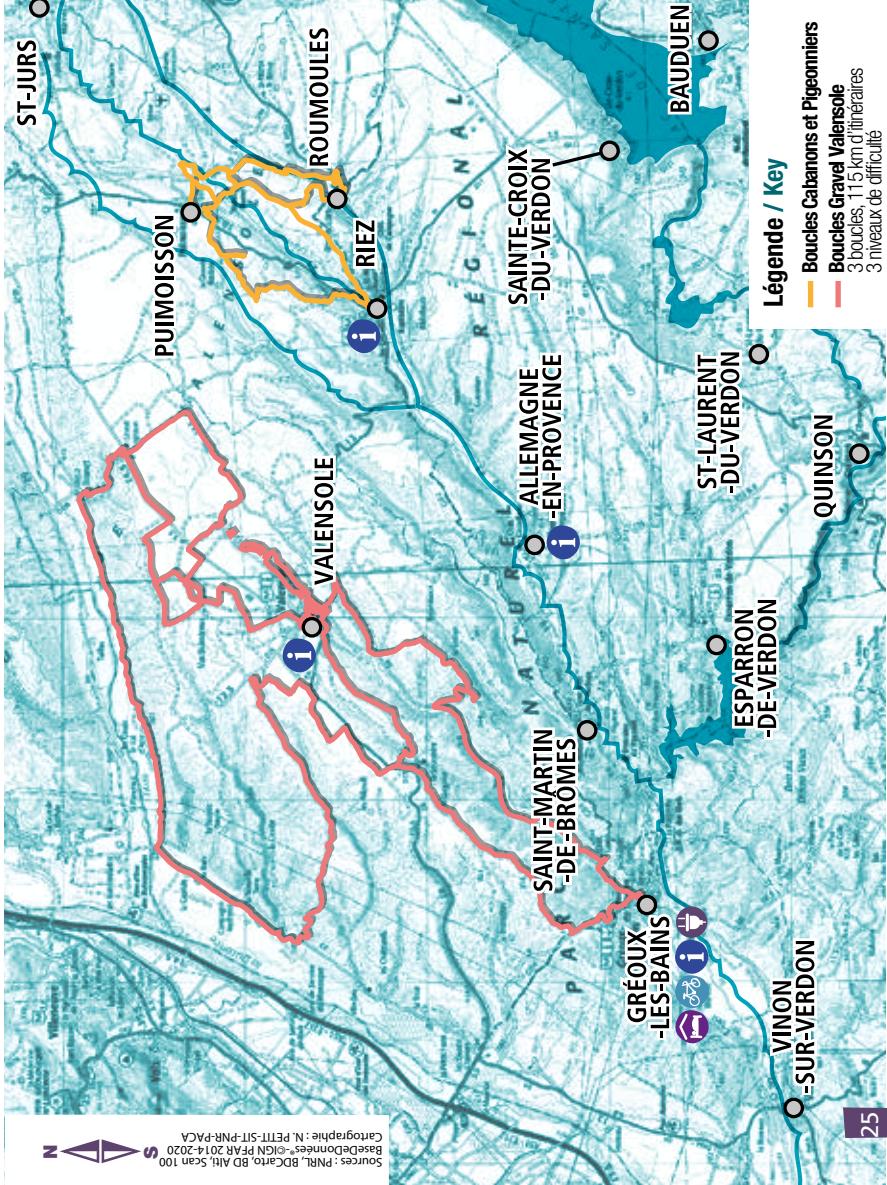
CABANONS ET PIGEONNIERS



CABANONS ET PIGEONNIERS DU PLATEAU PLATEAU'S PROVENCAL HUTS AND DOVECOTES

Par une succession harmonieuse de chemins caillouteux, de pistes roulantes et de petites routes tranquilles, deux itinéraires VTT-VFC (journée/semi-journée) vous emmènent à la découverte du riche patrimoine bâti du plateau de Valensole, au départ de Riez, Puimoisson ou Roumoules.

By a harmonious succession of rocky paths, rolling tracks and quiet roads, 2 mountain and hybrid bike loops (daytime/half-day), take you to the discovery of the rich building heritage of Valensole plateau, departing from Riez, Puimoisson or





Vous avez dit Tout Terrain ?

Le Verdon dispose d'un réseau de sentiers exceptionnels et variés pour les vététistes. Des sommets alpins aux plateaux rocheux, des collines boisées aux crêtes aériennes, des rives de lacs émeraudes aux singles en fond de vallons, l'expérience tout terrain promet une immersion au cœur de ce que le Verdon à de plus grandiose à offrir.

Pas moins de 3 sites labellisés proposent un panel de circuits balisés par difficultés, ainsi que des services spécialisés : le site VTT-FFC Provence Verdon, le site VTT-FFC Des Sources aux Gorges du Verdon et le domaine VTT-FFCT-FFC Provence Alpes. Amateurs comme riders expérimentés trouveront parcours à leur niveau.

Pour les plus aguerris en quête d'aventure sur plusieurs jours, deux Grandes Traversée VTT épiques et physiques empruntent les plus beaux sentiers de la région : la TransVerdon et les Chemins du Soleil.

Did you say "Mountain Bike"?

The Verdon have an unique network of varied trails for mountain bikers. From alpine peaks to rocky plateaus, wooded hills to aerial ridges, from the shores of emerald lakes to playful singletracks, moutain-bike is an experience not to be missed.

No less than 3 moutain-biking areas offer a panel of marked trail of different level, as well as bike services : « site VTT-FFC Provence Verdon », « site VTT-FFC Des Sources aux Gorges du Verdon » and « VTT-FFCT-FFC Provence Alpes ». Amateurs as experienced riders will find tour fitting to their level.

The more hardened cyclists in search of adventure over several days may ride two epic and physical trek through the most scenic trails in the area : « TransVerdon » and « Chemins du Soleil ».

QUELQUES CONSEILS...

- Restez sur les itinéraires balisés et respectez l'environnement
- Portez un casque, ne surestimez pas vos capacités, maîtrisez votre vitesse
- Contournez les troupeaux en pâturage et me renseigne sur les bons réflexes à adopter face aux chiens de protection
- Respectez les propriétés privées et zones de culture,
- Renseignez-vous sur les conditions et la réglementation d'accès aux massifs forestiers (risque incendie !).
- Laissez la priorité aux randonneurs et cavaliers et soyez courtois

A FEW WORDS OF ADVICE...

- Stay on marked trails and respect environment
- Wear a helmet, never over estimate your capabilities, control your speed
- Keep a distance with grazing herds and learn about the right reflexes to adopt when dealing with protective dogs
- Respect private properties and crops
- Get informed about access and regulation in forest area (fire risk)
- Give priority to hikers and horse-riders



CONNAISSEZ-VOUS LES ESPACES VTT-FFC ?

Ce sont des territoires qui proposent une offre VTT de qualité et s'adressant à un public varié. Il s'agit, au minimum, de 100 km de sentiers balisés et entretenus, répartis selon 4 niveaux de difficultés (vert - bleu - rouge - noir) ; une diversité qui permet de passer plusieurs jours sur un même site sans s'ennuyer !

On trouve dans chaque espace VTT-FFC :

- Un point d'accueil,
- Un point de lavage,
- Des panneaux de départ des circuits,
- De l'outillage pour les petites réparations,
- Des cartes disponibles dans les points d'accueil touristique des communes concernées.

Le verdon dispose de 3 espaces VTT-FFC de grande qualité : Des sources aux Gorges du Verdon, Provence Verdon et Provence Alpes, totalisant près de 2000 km de sentiers variés sur lesquels chacun pourra trouver son bonheur.

DO YOU KNOW THE MOUNTAIN BIKE AREAS?

These areas provide for mountain biking of quality and also appeal to a wider public. Made up of a minimum of 100 km / 62 miles of marked and sign-posted paths and trails, in 4 category levels of difficulty (green - blue - red - black) they offer such a variety that there is more than enough diversity and interest to warrant several days spent in the same area!

Each VTT-FFC area comprises:

- A reception area,
- A bike-wash and cleaning area,
- Sign-posted circuit departure points,
- Minor repair tool kits,
- Maps available from the applicable local town Tourist Information centres.

The Verdon has much to offer: 3 VTT-FFC zones of which one was the first to be established in France (the Haut-Verdon, Val d'Allos), and the newborn «Provence Verdon» and «Provence Alpes». 1100 km / 683 miles across 18 villages.

LES GRANDES TRAVERSÉES VTT LONG TRAVEL MOUNTAIN BIKE RIDES

OPTEZ POUR DE MYTHIQUES VOYAGES À VTT !

Elles sont 2 à silloner le territoire, et non des moindres. La **TransVerdon** vous emmène des massifs alpins du Val d'Allos, non loin de la source du Verdon, jusqu'à proximité de sa confluence avec la Durance, à Gréoux-les-Bains. Le long des 260 kilomètres de ce spectaculaire itinéraire, vous traversez de superbes paysages de montagne, dominez les gorges et jouxtez les grands lacs. Inoubliable !

La **TransVerdon en VTTAE** est également accessible !

Empruntant les mêmes sentiers de Thorame-Basse à Castellane, les légendaires **Chemins du Soleil** vous transportent de Thonon les Bains à Nice, le long de 1400 km de sentiers dont 175 km dans les Alpes de Haute Provence. Un voyage physique, technique et résolument ludique !

www.vtopo.fr

Ces deux itinéraires, à parcourir tout ou partie, sont d'un niveau technique important. Ils requièrent une grande habileté de la pratique et une excellente condition physique. N'hésitez pas à nous contacter pour plus de renseignements.

Retrouvez les topos et les traces GPS sur : www.rando-alpes-haute-provence.fr et www.francevelotourisme.com



GO FOR A LEGENDARY MOUNTAIN BIKE JOURNEY!

*There are 2 routes which criss-cross the region. The “**Trans Verdon**” will take you from the alpine massive of the Val d'Allos, not far from the source of the Verdon, all the way to its confluence with the Durance at Gréoux-les-Bains. Along the 260 km / 163 miles of this spectacular itinerary, you will cross superb mountain country-side, dominated by the gorges and juxtaposed with the great lakes of the region. Unforgettable!*

An adapted track exist for electrically-powered MTB.

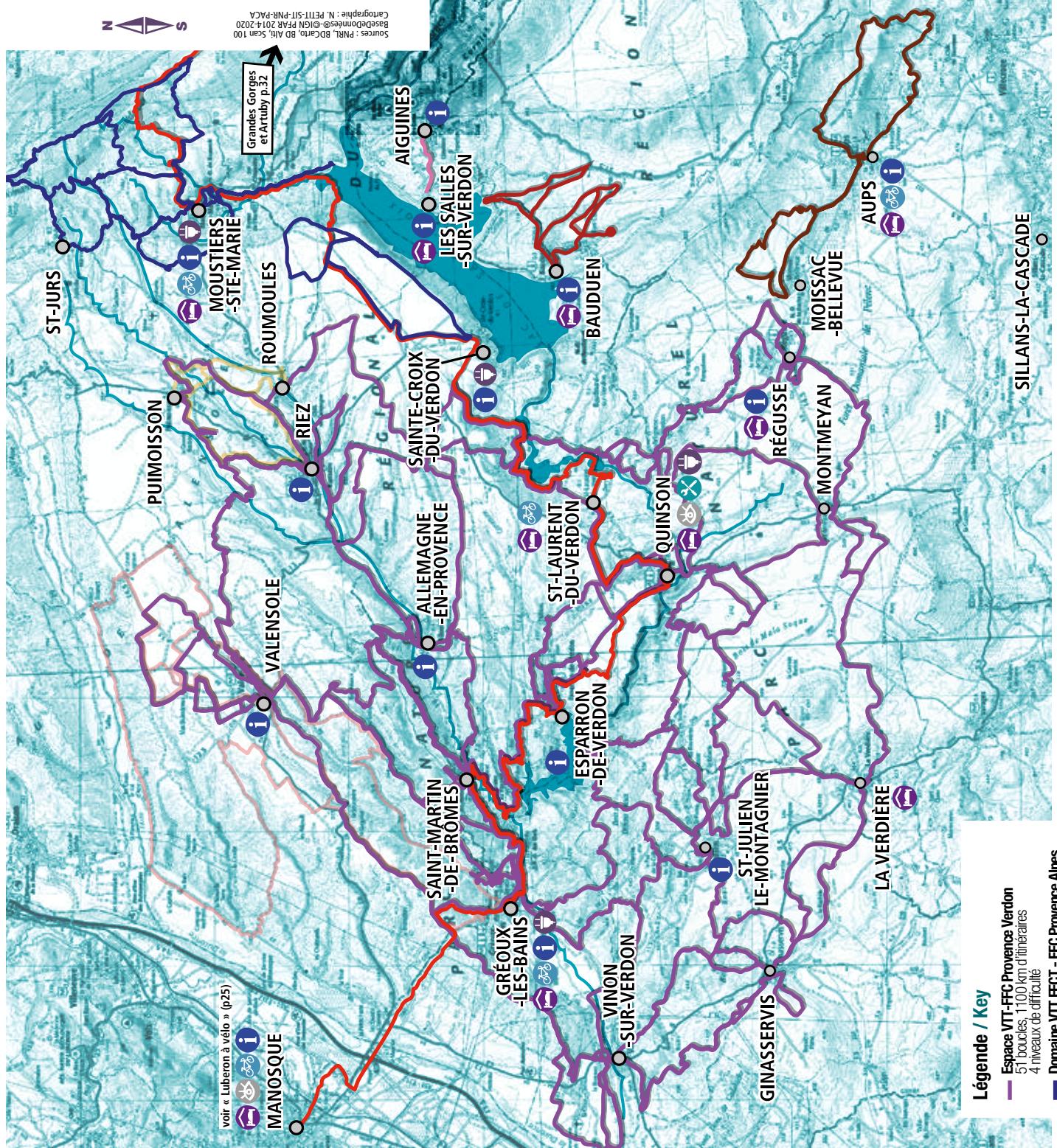
*Taking the same path from Thorame-Basse to Castellane, the legendary “**Chemins du Soleil**” (sunny lanes) will lead you from Thonon les Bains to Nice, along 1 400 km / 875 miles of paths including 175 km/281 miles in the Alpes de Haute Provence. A physically and technically demanding journey but undeniably a fun experience!*

www.vtopo.fr

Whether cycled in full or in part only, these two itineraries require a high level of technical and physical skill. They are reserved for those who are accustomed to the sport and who are in excellent physical health. Don't hesitate to contact us for more information.

Download GPX tracks at www.rando-alpes-haute-provence.fr or www.francevelotourisme.com

PLATEAU DE VALENSOLE, LAC DE SAINTE-CROIX, BASSES GORGES ET HAUT-VAR



Légende / Key

Espace VTT-FFCT Provence Verdon
51 boucles, 1100 km d'itinérarées
4 niveaux de difficulté

Domaine VTT FFCT - FFCT Provence Alpes
7 boucles, 130 km d'itinérarées
4 niveaux de difficulté

La TransVerdon - 250 km à parcourir en itinérance - niveau confirmé

Boucles VTT d'Aups
(départant à l'Or d'Aups)

Boucles VTT de Bauduen
(départant à l'Or d'Aiguines)

Sentier Aiguines - les Salles-sur-Verdon
(départant à l'Or d'Aiguines)

Boucles Cabanons et Pigeonniers

Boucles Gravel Valensole

Aiguines 04 94 70 21 64
Allemagne-en-Provence 04 92 75 01 73
Aups 04 94 84 00 69
Bauduen 09 67 73 43 25
Gréoux-les-Bains 04 92 78 01 08
Quinson 04 92 74 01 12
Les Salles-sur-Verdon 04 94 70 21 84
Moustiers-Sainte-Marie 04 92 74 67 84
Réguisse 04 94 70 19 01
Sainte-Croix-du-Verdon 04 92 77 85 29
Saint-Julien-le-Montagnier 04 94 77 20 95
Valensole 04 92 74 90 02



Le domaine « VTT Provence Alpes », secteur Verdon, offre 7 circuits balisés de différents niveaux au départ de Moustiers-Sainte-Marie et Sainte-Croix, dont 1 circuit Gravel. Des pistes accessibles du plateau aux sentiers techniques du Montdienier, le cadre est exceptionnel pour la pratique. Découvrez aussi 3 autres secteurs de l'espace Provence Alpes pour rouler : « Digne-les-Bains », « Blanche – Serre-Ponçon » ou « Val de Durance ».

Provence Alpe propose 7 signposted circuits for different levels from Moustiers or Sainte-Croix, including 1 Gravel track. Rolling trails on the plateau or technical tracks on the Montdienier offer an exceptional environment for mountain bike. Want more ? Ride on 3 other sectors for bike ride : « Digne-les-Bains », « Blanche – Serre-Ponçon » or « Val de Durance ».



Avec ses petits massifs rocheux, les rives panoramiques de ses lacs, son grand plateau ondulant et ses collines truffées de sentiers joueurs, le Verdon occidental s'impose comme un eldorado du VTT. 51 boucles au départ de 18 communes pour près de 1100 km de parcours balisés : telle est l'offre de cet espace VTT, qui conviendra de sillonna sans modération.

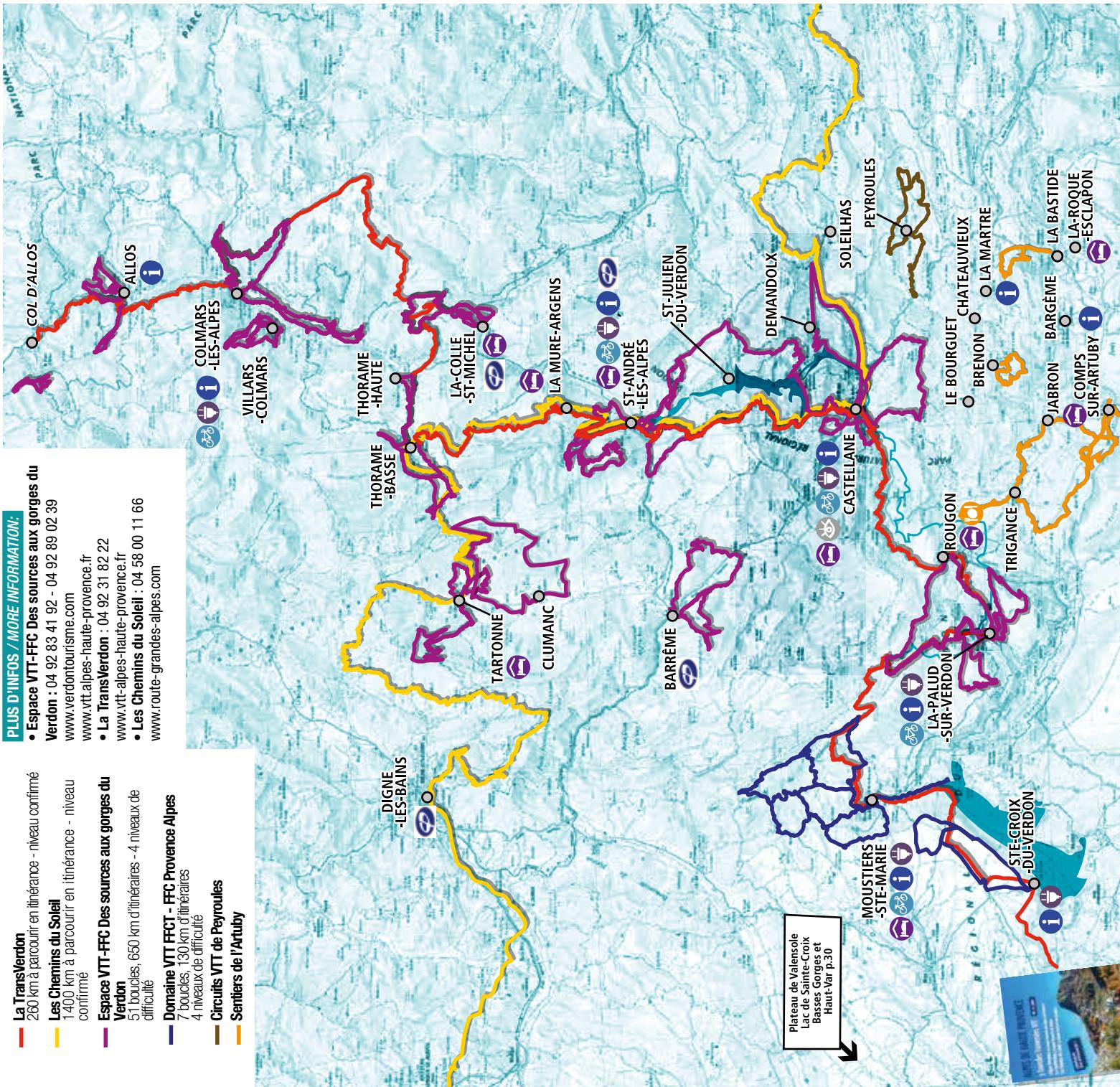
With its small craggy massifs, the panoramic views from its lakeshores, its vast undulating plateau and its hills criss-crossed by challenging trails, the western Verdon is a mecca for mountain bikers. 51 loops starting in 18 different towns and villages, and almost 1,100km of marked routes - that's what's on offer in this mountain biking area, where exhilarating outdoor adventure is guaranteed.

HAUT ET MOYEN VERDON

- La TransVerdon 260 km à parcourir en itinérance - niveau confirmé
- Les Chemins du Soleil 1400 km à parcourir en itinérance - niveau confirmé
- Espace VTT-FFC Des sources aux gorges du Verdon 51 boucles, 650 km d'itinérances - 4 niveaux de difficulté
- Domaine VTT FFCT - FFC Provence Alpes 7 boucles, 130 km d'itinérances 4 niveaux de difficulté
- Circuits VTT de Peyroules
- Sentiers de l'Artuby

PLUS D'INFOS / MORE INFORMATION:

- Espace VTT-FFC Des sources aux gorges du Verdon : 04 92 83 41 92 - 04 92 89 02 39
www.verdontourisme.com
- La TransVerdon : 04 92 31 82 22
www.vtt-alpes-haute-provence.fr
- Les Chemins du Soleil : 04 58 00 11 66
www.route-grandes-alpes.com



i Verdon Tourisme
04 84 32 04 04
contact@verdontourisme.com
www.verdontourisme.com



Boutique en ligne :



Nombreux topos, guides et cartes en vente pour parcourir le Luberon et le Verdon à vélo et à VTT.

Plus de documentations en vente sur
More documentations on sale
www.veloloisirprovence.com



SUIVEZ-NOUS !

FOLLOW US!



#veloloisirprovence

POUR EN SAVOIR PLUS ET ALLER PLUS LOIN

To know more info and go further



www.tourisme-alpes-haute-provence.com
www.vtt.alpes-haute-provence.fr
Toute l'offre et actus vélo et VTT des Alpes-de-Haute-Provence



www.rando-alpes-haute-provence.fr
Le site dédié aux activités de randonnée dans les Alpes-de-Haute-Provence



www.cheminsdeparcs.fr
Tours et détours dans les Parcs naturels régionaux de Provence-Alpes-Côte-d'Azur.



www.provence-a-velo.fr
www.provenceguide.com
Organiser votre séjour à vélo en Vaucluse



www.francevelotourisme.com
Itinéraires, parcours et services "Accueil Vélo" en France



Vélo Loisir Provence est adhérente à la Fédération française des usagers de la bicyclette
www.fub.fr



Vélo Loisir Provence soutient l'Association Française des Véloroutes et Voies Vertes.
www.af3v.org

MÉTÉO / WEATHER

Alpes de Haute-Provence :
+ 33 (0)8 99 71 02 04
Var : + 33 (0)8 99 71 02 83
(2,99 € par appel / call + prix appel.)
www.meteofrance.com

NUMÉROS UTILES

USEFUL NUMBERS

- N° d'urgence / Emergency : 112
- Police / Gendarmerie : 17
- Pour connaître le niveau de risque d'incendie / Fire risk : Var : +33 (0)4 89 96 43 43



DÉCOUVREZ LE LUBERON À VÉLO

Le Luberon à vélo, un réseau d'itinéraires adapté à toutes les pratiques, sur routes et sur chemins. Il se compose d'une grande boucle vélotouristique de 236 km, ainsi que d'un maillage de boucles connexes et de sentiers VTT. Ces circuits vous emmèneront à la découverte d'un territoire remarquable tant par la variété de ses paysages que par la richesse de ses patrimoines.

Diversifiés, en itinérance ou à la journée, ils sont destinés à une pratique familiale comme sportive et silloneront le Pays de Forcalquier - Montagne de Lure, le Pays d'Aigues, la Véloroute du Calavon (La Méditerranée à vélo) sans oublier les Ocres à vélo du Luberon et le Pays de Gordes.

A proximité de ces circuits touristiques, un réseau de professionnels s'est engagé dans le label « Accueil Vélo ». Ils vous réservent un accueil privilégié !

Liste de l'ensemble des adhérents à retrouver sur :
www.veloloisirprovence.com

DISCOVER THE LUBERON BY BIKE

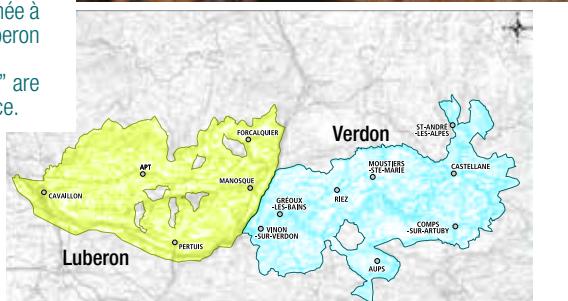
The Luberon by bike, a network of itineraries adapted to all practices, along the lanes and byways of the region. It consists of one major 236 km loop around the Luberon mountain by tourist bike, as well as a grid of looping routes and mountain bike trails, which provide the opportunity to explore this remarkable countryside of such varied scenery and such a wealth of heritage.

Very diverse, for one or several days, these itineraries are designed to suit families and sportspersons alike, criss-crossing the whole area : the Pays de Forcalquier - Montagne de Lure, the Pays d'Aigues, the Véloroute du Calavon (La Méditerranée à vélo), not forgetting of course the renowned Ochres of Luberon and Pays de Gordes.

A group of professional guides approved by "Accueil Vélo" are close by and on hand to give you privileged help and advice.

Find out more through the list of members on:
www.veloloisirprovence.com

Contact :
Vélo Loisir Provence
Café de la Gare - 835 avenue de la gare - 84440 Robion
04 90 76 48 05
info@veloloisirprivence.com
www.veloloisirprovence.com





www.veloloisirprovence.com



VÉLO LOISIR PROVENCE

Association loi 1901

Maison du Parc

Domaine de Valx

04 360 Moustiers-Sainte-Marie

Siège social : 13 Boulevard des Martyrs

04 300 Forcalquier

Tel : +33 (0)4 90 76 48 05

info@veloloisirprovence.com

www.veloloisirprovence.com



Un groupement de professionnels du tourisme engagés et attentifs à vos besoins.

Une équipe à votre écoute pour faciliter et construire ensemble
votre séjour : assistance, fiches parcours et conseils.

A group of tourism professionals who are committed and ready to meet your needs.

A team at your service to design your stays with you and
make it easier: assistance, itineraries and advice.

Avec le soutien de :



Toutes les photos appartiennent à l'association Vélo Loisir Provence soit en propriété, soit par convention.

Reproduction interdite sans accord préalable. Les données publiées sont non contractuelles.

© Crédits photo : P1: B.Lucas-VLP, P2: B.Lucas-VLP, G.Saby-PNRV, P6: O.Octobre-LMV, P7: B.Lucas-VLP, P9: B.Lucas-VLP, P10: B.Lucas-VLP, P11: 0.Octobre-LMV, P13: B.Lucas, P15: B.Lucas-VLP, P16: J.Abelian-VLP, P18: Variable Visuel - Cédric, Tassan-CRT PACA, B.Lucas-VLP, P20: J.Abelian - VLP, P21: B.Lucas-VLP, P23: J.Abelian - VLP, P25: B.Lucas-VLP, P26: Variable Visuel - Cédric, Tassan-CRT PACA, P27: J.Abelian - VLP, P31: J.Abelian - VLP, P32: B.Lucas-VLP, P33: B.Lucas-VLP, P34: B.Lucas-VLP, P35: J.Abelian-VLP, Vojo-paul-humbert-VPA, P36: B.Lucas-VLP