



RETRAITE SPORTIVE REGION LIMOURS - RSRL

PROGRAMME PREVISIONNEL

Séjour du dimanche 9/10 au dimanche 16/10/2022

GREOUX LES BAINS – Domaine de Château Laval – Route de Valensole

Jour 1 - Dimanche

Arrivée, installation. Dîner et nuit à l'hôtel.

Jour 2 - Lundi

Tout le groupe

JOURNÉE SAVEUR : TRUFFE et Village d'AUPS du HAUT VAR (125 km A/R)

A 45 min de Gréoux les Bains, la Maison de la truffe est installée au cœur du Village d'Aups. Le site propose pour amateurs, experts ou néophytes, une plongée ludique dans l'atmosphère souterraine et mystérieuse du diamant noir d'Aups. Dégustation de toasts à la truffe avec un verre de vin.

Déjeuner découverte « Saveur truffe ». Visite du Village d'Aups et temps libre.



Jour 3 - Mardi

Matin - Excursionnistes

LES GORGES DU VERDON : (150 Km) Visite incontournable de votre séjour : les gorges du Verdon et la cité de la faïence ! Que ce soit par la rive droite ou la rive gauche, vous pourrez admirer le deuxième plus grand canyon au monde, d'une longueur de 21 Km avec des falaises pouvant atteindre 700 m d'à-pic. Sur la rive droite, vous prendrez la route des Crêtes à la Palud d'où vous aurez de nombreux points de vue impressionnants. Par la rive gauche, vous partirez à l'assaut de la route de la Corniche Sublime, la falaise des Cavaliers et ferez un arrêt au Balcon de la Mescla. Au retour, arrêt à Moustiers Sainte Marie pour redécouvrir sa faïence !



Matin - Randonneurs (dépose par le même bus)

LES CASCADES DE ST MAURIN (Gorges du Verdon, Parc Naturel du Verdon)

Un site unique, tout à fait inhabituel dans la région, et classé « Réserve Naturelle ». Il s'agit d'une petite oasis de résurgences et de cascades au milieu naturel luxuriant. Un lieu riche d'histoires humaines aussi, les « Grottes de St Maurin » formées par les concrétions des sources ayant abrité tour à tour des moines, puis des bergers et des agriculteurs.

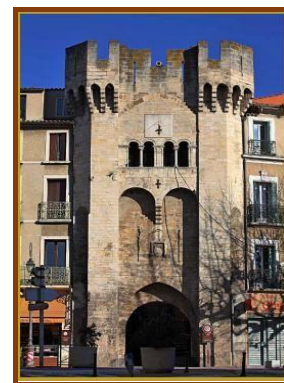
Déjeuner à l'hôtel

Après Midi - Tout le groupe

MANOSQUE ET L'OCCITANE (30 km A/R)

Découverte de l'unique site de production de l'Occitane qui exporte ses produits de luxe dans le monde entier. Les parfums d'ambiance, savons et cosmétiques sont issus d'ingrédients naturels de la région.

Ensuite, découverte de la cité manosquine : le centre historique, ses deux portes fortifiées avec ses campaniles.



Jour 4 - Mercredi - Tout le groupe

ABBAYE DE SÉNANQUES ET ROUSSILLON (150 km A/R)

Au cœur du Parc Régional Naturel du Luberon se trouvent les plus célèbres et flamboyants villages du Luberon. Découverte tout d'abord de l'Abbaye de Sénanque fondée en 1148, confinée dans son vallon verdoyant et appartenant à la Congrégation des trois sœurs cisterciennes en Provence. Elle est toujours habitée aujourd'hui par une communauté de moines cisterciens.

Point de vue ensuite sur le village de Gordes avant le déjeuner.

L'après-midi, découverte du village de Roussillon, situé au cœur du plus important gisement d'ocre du monde. Ce village doit sa célébrité à ses magnifiques falaises et à ses impressionnantes carrières d'ocre.

Ce site magique, sous le ciel bleu pur et le soleil de Provence, ressemble à une palette de peintre, les infinies combinaisons de couleurs varient du jaune au violet le plus sombre en passant par toutes les nuances de rose et de rouge. Roussillon se visite calmement, comme pour le déguster, de la ville basse jusqu'au sommet du Castrum et son impressionnant panorama sur la vallée d'Apt et du Ventoux.



Jour 5 - Jeudi

Matin : Tout le groupe

CIRCUIT D'ESPARRON (65 km A/R)

Circuit vers Esparron avec arrêt panoramique au-dessus du lac d'Esparron. Arrêt dans le village environ 3/4 d'heure-1h, puis direction le plateau vers Sainte-Croix (magnifique point de vue sur le lac de Ste Croix et le village). Retour par la maison des produits de pays du Verdon.
Déjeuner à l'hôtel.



Après-midi : Excursionnistes

LE MUSÉE DE LA PRÉHISTOIRE À QUINSON (70 Km)

Au cœur du parc régional naturel du Verdon se trouve le plus grand musée d'Europe dédié au thème de la Préhistoire. Accessible à un public de tout âge et de tout niveau. Visite libre à la découverte de l'évolution de la terre et de l'homme par le biais de panneaux explicatifs complets, d'objets issus de fouilles et de reconstitutions de scènes de vie. Visite inoubliable et captivante !

Randonneurs (car commun au 2 groupes)

QUINSON - Dépose du groupe sur le plateau et descente jusqu'au Vieux Quinson. Très belles vues sur les Gorges et Quinson.



Jour 6 - Jeudi - REPOS CHAUFFEUR

Matin - Excursionnistes

LE MARCHÉ DE GRÉOUX-LES-BAINS (Balade pédestre de 5 km)

Typiquement provençal, le marché de Gréoux-les-Bains est un détour incontournable. Saveurs et senteurs cohabitent dans ce lieu haut en couleurs aux accents chantants. Pour ceux qui ne veulent pas marcher, possibilité d'aller et retour par la navette de la ville de Gréoux Les Bains (payante).

Matin - Randonneurs

GRÉOUX LES CHARBONNIERS : Aller-retour à pied au départ de Château Laval. Au cours de cette balade dans les collines en face de Gréoux, outre le beau panorama, vous découvrirez comment les bois sont conduits en taillis, ainsi que l'emplacement d'anciennes charbonnières, occasion d'évoquer ce travail de galérien, fait par des hommes libres.
Déjeuner à l'hôtel.

Après-midi : Tout le groupe

LE VILLAGE CLASSÉ DE LURS & FORCALQUIER (90 Km)

Découverte de Lurs, village perché typique de Haute-Provence, également appelé « Balcon de la Durance ». Superbe vue sur le pays de Forcalquier et la vallée de la Durance ! Puis direction Forcalquier.



Jour 7 - Vendredi

Journée complète - tout le groupe :

L'ISLE SUR SORGUE ET FONTAINE DE VAUCLUSE (130 Km A/R)

Départ le matin pour la Fontaine de Vaucluse, qui est vraisemblablement l'un des sites naturels le plus visité du Vaucluse. Ce succès tient essentiellement à la très impressionnante source qui jaillit au pied d'une falaise. Cette gigantesque fontaine est la plus puissante de France et ses eaux vert-émeraude généralement calmes l'été deviennent spectaculaires en période de crue. Fontaine de Vaucluse qui a le privilège d'avoir donné son nom au département, tire son étymologie de sa curiosité géographique « Vallis Clausa » : Vallée Close : Vaucluse.

Déjeuner à Fontaine chez « Pétrarque et Laure ».

L'après-midi, visite de L'Isle sur Sorgue, le plus grand centre de Provence pour le marché professionnel des antiquaires et Brocanteurs. Vous apprécierez aussi les roues à Aube qui permettaient d'alimenter les moulins.



Jour 8 - Dimanche

Petit déjeuner et départ.