

FICHE DESCRIPTIVE DE RANDONNÉE

Programmation suivant le Programme 2022 affiché sur le site JRV.

RANDONNÉE	La Barre de Courmes et le village des Idoles	CARTE IGN	3643 ET
Départ	Courmes	GPS : UTM (Fuseau 32T)	X: 0339 711 Y: 4845 535

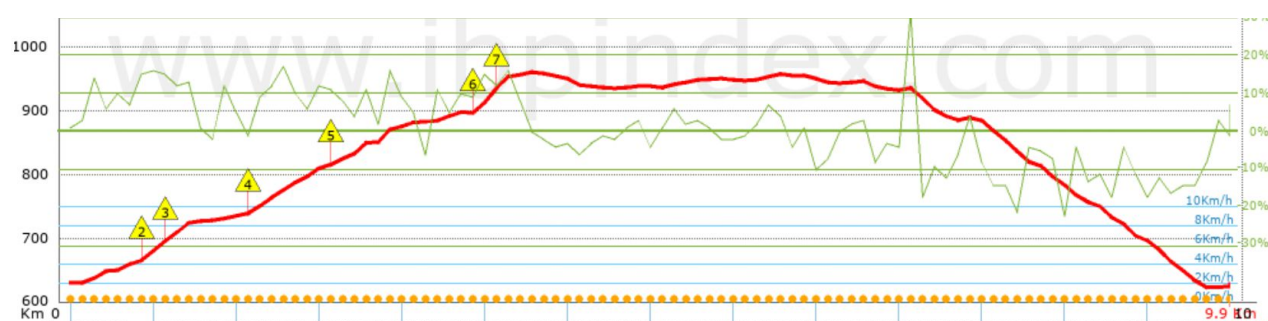
Distance	10. km	Temps de Marche estimé : (hors pauses et repas)	3h30
-----------------	---------------	--	-------------

Altitudes Mini - Maxi	622 m	961 m	Dénivelés Cumulés	+ 350 m	- 350m
------------------------------	--------------	--------------	--------------------------	----------------	---------------

Cotation suivant guide FFR	Effort (E) IBP 46 E2 : Peu difficile	Technicité (T) T2 : Assez facile	Risque (R) R2 : Assez faible
--------------------------------------	---	---	---

Profil altimétrique

et Difficultés explicitées



Consignes d'équipement :

Obligatoire : chaussures de randonnée adaptées

Bâtons recommandés

Equipements habituels (sac à dos, vêtement de pluie, couvre-chef, couverture de survie, sifflet, lampe frontale)

Vêtements chauds (Veste polaire, coupe-vent, bonnet, gants)

Vêtement de rechange pour le retour.

Pique-nique pour le midi avec boissons en quantité suffisante. Attention il fait encore chaud !!

GESTION	Animateur	N° de Téléphone	Adresse Mail
---------	-----------	-----------------	--------------

Heure et lieu de RdV :	Georges	06.29.51.24.98	philittgeorges@gmail.com
	- Tennis de St Vallier 08h55 - Pré du Lac à 09h15	Covoiturage Trajet (A/R)	62 km

INSCRIPTION par SMS auprès de l'animateur au plus tard la veille avant 20h, en précisant le lieu de départ si nécessaire.

Descriptif / Informations complémentaires:

Le village de Courmes, niché sous le ciel ensoleillé des Préalpes, ce charmant village déroule ses rues et ses demeures anciennes. En choisissant d'emprunter les chemins de traverse menant au village de Courmes, vous profiterez d'un tout autre rythme, loin de l'agitation des grandes villes et des stations balnéaires voisines de la Côte d'Azur.

Seigneurie au Moyen Age, et pratiquement dépeuplé après la dernière guerre, Courmes revit peu à peu, se ranime grâce à des citadins en mal de nature et des résidences secondaires parfaitement entretenues.

Nous quitterons le parking à l'entrée du village pour nous diriger vers le lieudit « Les Combes » au pied de la barre rocheuse « Serre de la Madeleine ». C'est ici que le village était implanté au 11^{ème} siècle. Adossé à la barre rocheuse, le village profitait d'un mur de protection naturel. Un mur d'enceinte existait et une maison forte était implantée en partie haute de la combe.

En suivant le sentier qui par légèrement vers le NNO, nous arrivons sur une très belle combe, ou plateau. On peut facilement deviner qu'ici, jadis on pratiquait la culture maraîchère.

Nous allons quitter cette belle combe pour nous diriger vers l'Est. Le sentier va s'élever très progressivement vers les hauteurs pour rejoindre le plateau de St Barnabé.

Magnifique site pastoral où nous aurons sûrement le plaisir de croiser troupeaux de moutons ou de chèvres voir les deux !!

Arrivés sur le plateau nous dirigerons vers le village des Idoles. Vous le connaissez mais c'est toujours agréable de s'amuser à chercher à quoi ou à qui peut ressembler ce rocher ou celui-ci !!

Nous poserons nos sacs pour la pause piquenique ici.

Après cette pause bien méritée nous dirigerons vers la barre de Courmes. Barre rocheuse impressionnante qui domine tout le village.

Nous arriverons dans le village. Petite visite avec la découverte de toutes ces maisons restaurées et transformées en résidence secondaire.

Restera à rejoindre nos voitures pour clôturer cette belle journée par une petite mousse !!!

Trace

