

FICHE DESCRIPTIVE DE RANDONNÉE

Date : Vendredi 11 Septembre 2026

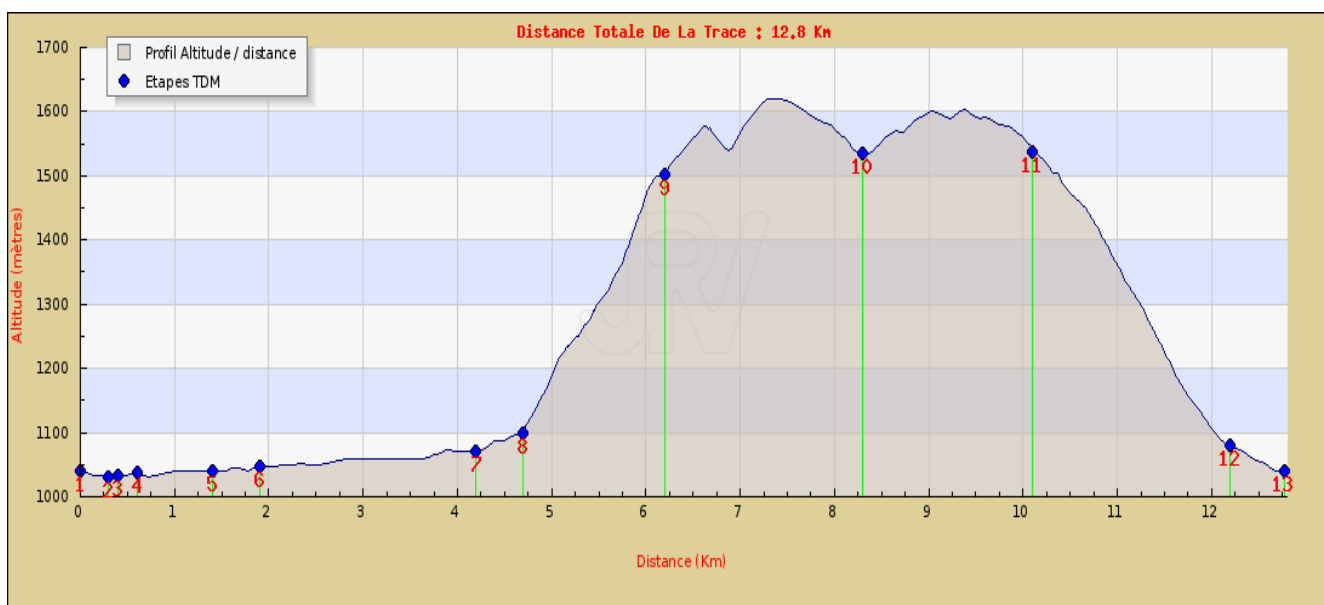
<u>RANDONNÉE</u>	<i>Les crêtes du Pensier</i>	<u>CARTE IGN</u>	
Départ	St Auban	GPS : UTM (Fuseau 32T)	X : 317.623 Y : 4857.016

<u>Distance</u>	13 km	<u>Temps de Marche estimé :</u> (hors pauses et repas)	05h30
------------------------	--------------	---	--------------

<u>Altitudes Mini - Maxi</u>	1040 m	1620 m	<u>Dénivelés Cumulés</u>	D+ : 750 m	D- : 750 m
-------------------------------------	---------------	---------------	---------------------------------	-------------------	-------------------

<u>Cotation</u>	<u>Effort (E)</u>	IBP84	<u>Technicité (T)</u>	<u>Risque (R)</u>
suivant guide FFR	E4: Assez Difficile		T3: Facile	R3 : Peu Élevé

Profil altimétrique



Difficultés explicitées :

Randonnée pour bon grimpeur et bon descendeur.
 Entre le Km 4,5 et le Km 6,5 **quelques belles rampes (30 à 35%)** principalement en sous bois.
 Un gué à traverser. (Prévoir sacs plastiques ou serviette pour sécher les pieds)
 La descente est parsemée de cailloux et de graviers donc légèrement glissante
 (Prévoir vos batons)

C o n s i g n e	Obligatoire : chaussures de randonnée adaptées.	Bâtons recommandés
	Equipements habituels (sac à dos, vêtement de pluie, couvre-chef, couverture de survie, sifflet)	Vêtements chauds (Veste polaire, coupe-vent, bonnet, gants)
	Pique-nique pour le midi avec boissons en quantité suffisante	Vêtement de rechange pour le retour.

GESTION	Animateur	N° de Téléphone	Adresse Mail
	Patrick	06 10 63 10 67 39	

Heure et lieu de RdV :	• Tennis de St Vallier : 07 h00	Covoiturage Trajet (A/R)	80 km
	•		

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

Descriptif :

C'est depuis le parking du lac artificiel de **Saint-Auban** que débute cette randonnée.

Direction plein Ouest.

Nous remontons le cours de **l'Estéron** sur quelques kilomètres par une piste. Simple cours d'eau à cet endroit, nous le traversons à deux reprises par une passerelle et un gué.



A l'assaut du Pensier!

Une bergerie proche de la côte 1070m annonce le plat de résistance de la randonnée. C'est donc 500m de D+ qu'il va falloir gérer sur 3km...Heureusement en sous bois.

Direction le **Col Bas**.

Le **Pensier Occidental** (1593m) nous attend au bout de cette ascension. La forêt cède le pas à l'alpage. Le vent qui balaye le sommet du Pensier a façonné la végétation : arbustes nains et arbrisseaux rabougris résistent stoïquement à son action dévastatrice, donnant au plateau sommital un aspect

lunaire qui contraste avec les versants boisés.

En contrebas, le cours naissant de l'Estéron et le village de Saint-Auban attirent le regard alors qu'au Nord la **crête de la Bernarde** (1 941 mètres) domine les environs.

Le **Pensier Oriental** (1595m) est dans le prolongement de la crête. De beaux points de vues s'enchaînent.

Saint Auban et sa clue sont maintenant bien visibles, la fin de notre périple est proche...



Depuis le Pensier Oriental

Trace:

