

Le Alpi dell'Alta Provenza

WEBINAIRE
Outdoor
sans frontières



Un patrimonio naturale eccezionale

Il più grande canyon d'Europa, il Verdon

Il più grande lago d'altitudine d'Europa, il lago di Allos

La più grande riserva naturale geologica d'Europa, la Riserva Géologique de Haute Provence

Spazi naturali preservati

Un parco nazionale, il Parco del Mercantour

Due Parchi naturali regionali : il Luberon e il Verdon

La Riserva Ornitologica dell'Alta Provenza

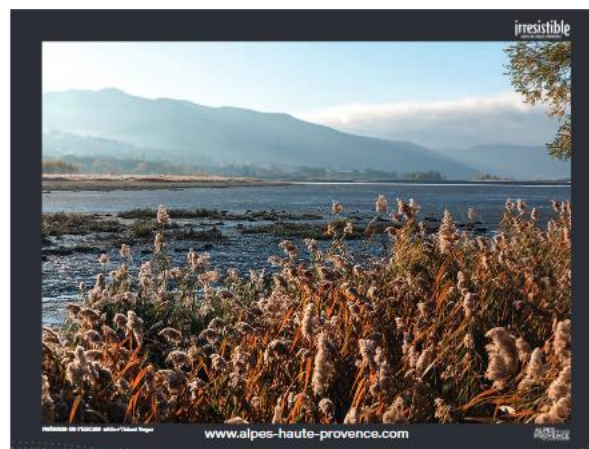
Un patrimonio UNESCO

il Parco naturale regionale del Luberon

il Géoparc de Haute Provence

irresistible

ALPES DE HAUTE PROVENCE





irresistible

ALPES DE HAUTE PROVENCE

Escursioni a piedi : 6600 km di sentieri di cui, di GR® (sigla Grande randonnée -trekking su lunga distanza), e di GR® regionali e oltre sentieri per le piccole escursioni e itinerari.

Mountain-Bike : Unica in Francia , 3 itinerari « Grandes Traversées des Alpes de Haute Provence »

6 basi e siti di accoglienza per il Mountain-bike : più di 2300 km di sentieri con indicazioni, classificati per difficoltà, mappe degli itinerari, escursioni organizzate, accompagnatori diplomati, punti di noleggio e di riparazione...

www.rando-alpes-haute-provence.fr

RANDO
-ALPES-HAUTE-PROVENCE.fr

Cicloturismo : Primo Dipartimento « territorio ciclismo » dalla Federazione Francese Ciclismo ! 17 percorsi ad anello cicloturistici, 19 valichi più emblematici del dipartimento sono stati provvisti di segnaletica.

Gravel : 6 nuove percorsi sul territorio con una segnaletica dedicata.

Sport equestri :

800 km di sentieri equestri forniti di indicazioni

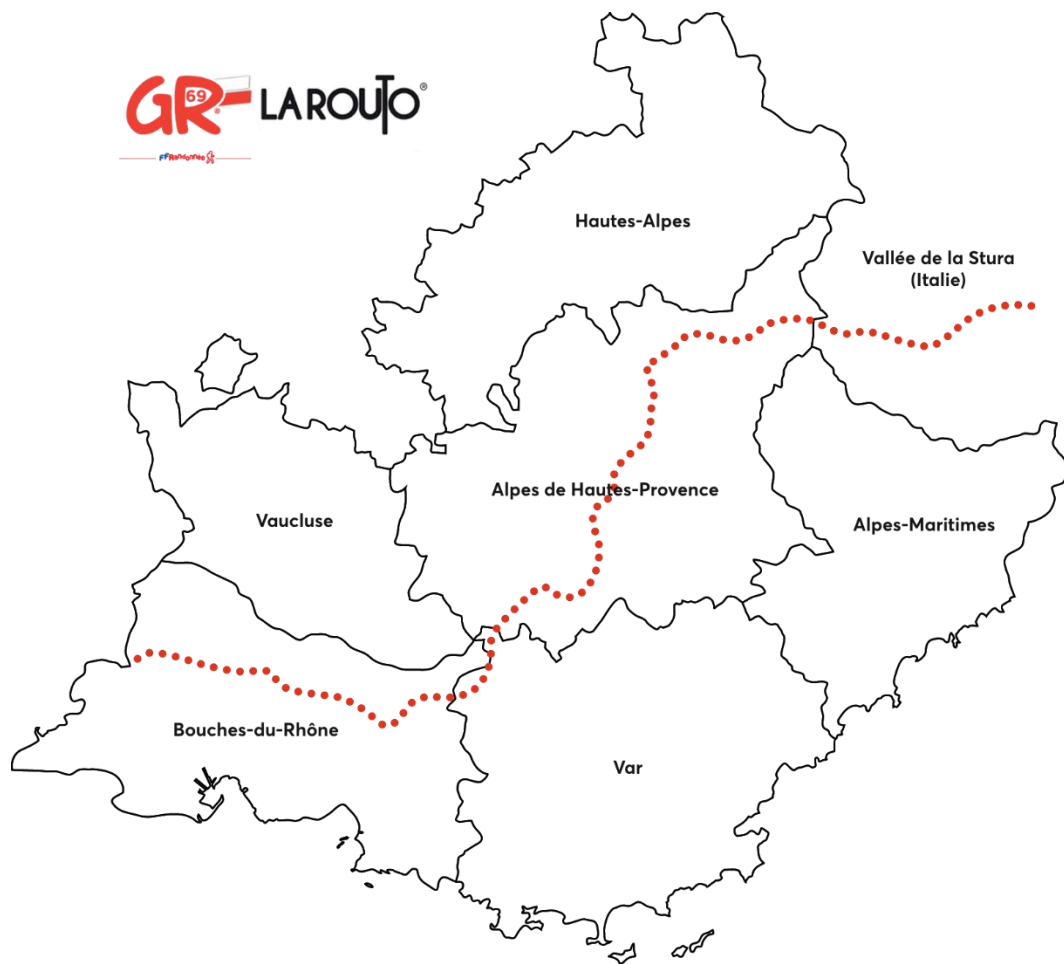
Tali circuiti possono tutti essere percorsi consultando mappe IGN in completa libertà, da alloggio in alloggio oppure accompagnati da operatori per l'organizzazione, la conduzione e la gestione del soggiorno.

- La Strada Napoleone a cavallo (GR406) 130km da Sisteron a Castellane, l'itinerario completo fa 360km da Golfe Juan a Grenoble
- Il circuito in carrozza da Forcalquier alla Montagna di Lure con 6 giorni a cavallo
- Il tour des Monges : 105 km in 5 giorni ...





Itinerario Italo-francese sui passi della transumanza GR69



Camminare su La Routo®
540 km in 33 tappe, 252 km
nelle Alpi di Alta Provenza

irresistible
ALPES DE HAUTE PROVENCE



Questo percorso escursionistico di lunga distanza ripercorre una delle principali vie antiche della transumanza della pianura della Crau in Francia alla valle Stura in Italia. Lungo il percorso gli escursionisti potranno scoprire dei paesaggi pastorali emblematici.

L'itinerario è costellato di strutture ricettive per l'accoglienza turistica, di fiere e feste d'estate sulla tematica della transumanza : www.larouto.eu

Per gli amanti delle sensazioni forti :

Alpinismo e Climbing : 600 vie di arrampicata

Le pareti rocciose del **Verdon** sono a disposizione degli appassionati di alpinismo durante tutto l'anno.

Alle porte del **Mercantour**, le pareti rocciose possono raggiungere un'altezza di un centinaio di metri.

Nell'**Ubaye** numerosi percorsi e siti di alpinismo nonché centri scuola permettono di praticare questa passione.



Trial running :

6 siti di trial

34 itinerari

luoghi dedicati al 100% al trial. Percorsi, servizi e strumenti utili sia per i debuttanti, o per gli appassionati.

Soggiorni con il trasferimento dei bagagli tutto l'anno !

Sport d'Inverno : 9 stations de ski, 6 sites pour le ski de fond

L'**Espace Lumière** : les zones skiables de Praloup et Val d'Allos 1800 La Foux reliées présentent le ski avec 180 km de pistes, la plus grande zone skiable des Alpes méridionales entre 1500 et 2600 mètres.

Les **stations des villages** de nos montagnes alpines ont conservé leur charme authentique, loin de l'agitation urbaine.



Sport fluviali : 3 luoghi eccezionali per la pratica degli sport fluviali.

L'**Ubaye** : 60 km di fiume navigabile senza dighe, con rapide suddivise in nove percorsi

Le **Verdon** : Dal Haut-Verdon al celebre canyon del Verdon, gole profonde e selvagge uniche al mondo

Le **Var** : Il Var nasce a 1800 m di altitudine al valico di Cayolle, e sfocia nel Mediterraneo ad ovest di Nizza.



Sport nautici : 5 laghi eccezionali

Lago di Castillon

Lago di Sainte-Croix-du-Verdon

Lago di Quinson

Lago di Esparron-de-Verdon

Lago di Serre-Ponçon



Sport aerei :

una media di oltre 300 giorni soleggiati all'anno

Parapendio : sono state attrezzate una cinquantina di stazioni di decollo e di atterraggio

Volo a Vela : numerosi aerodromi e istruttori qualificati per approfittare al meglio dei nostri massicci montuosi provenzali e alpini.

Montgolfiera : Questa pratica aerea gradevole mostra la natura senza disturbarla.

Deltaplano : Il deltaplano è l'apparecchio che offre sensazioni di velocità, da 30 a oltre 100 km/h.



Per concludere su tutte le attività Outdoor nelle Alpi dell'Alta Provenza

irresistible
ALPES DE HAUTE PROVENCE

Il Golf

4 percorsi accolgono gli amatori del green, in quattro ambienti diversi...

A Digne-les-Bains, Pierrevet, Barcelonnette, Niozelles.

Gli Sport meccanici :

Delle strade mitiche da percorrere :

La **strada delle Grandi Alpi** con i valichi di montagna,

Le **Strade della lavanda**,

La **strada panoramica** delle Gole del Verdon,

La **strada delle Alte Terre di Provenza**,

O ancora la **Strada Napoleone (RN85)**



Nuove esperienze irresistibile da non mancare :



Il «Tour Provence Alpes» per i ciclisti, 310 km in 3 giorni.

www.dignelesbains-tourisme.com



2 giorni di trekking tra gole, laghi e foreste dell'Alto Verdon.

www.argos-rando.com



Un bivacco nella valle dell'Ubaye, un'iniziazione alla fauna selvatica.

www.rando-passion.com



5 giorni di Mountain Bike sulla Transverdon.

www.cap-liberte.fr



2 o 3 giorni sulla strada Napoleone a Cavallo realizzabile tutto l'anno

www.route-napoleon-a-cheval.fr



2 giorni di Gravel tra campi di lavanda e ulivi con la notte a Moustiers nel Verdon.

www.moustiers.fr

Nuove esperienze irresistibile da non mancare :



3 giorni sempre in
Mountain Bike nelle
famoso terre nere a Digne
les Bains

www.dignelesbains-tourisme.com



Un volo in Mongolfiera a
Forcalquier con il ritorno
in bici.

www.franceballoons.com



Un giro di 5 km in Paddle sulla
Durance alla scoperta degli
uccelli della riserva
ornitologica.

www.durancenautique.com

Agence de Développement
des Alpes de Haute Provence

8, rue Bad Mergentheim - Immeuble
François Mitterrand - B.P. 80170
04005 DIGNE-LES-BAINS CEDEX
Tél : 04 92 31 57 29 – Fax : 04 92 31 24 94
www.alpes-haute-provence.com



AGENDA 2022 : ALCUNI EVENTI SPORTIVI...

- 10 au 13 février : **Tour cycliste** de la Provence
- 19 et 20 février : Ubaye **Snow Trail** Salomon à Saint-Paul-sur-Ubaye
- 8 mai : Les **Boucles cyclosporives** du Verdon à Gréoux les Bains
- 22 mai : **Rando VTT** La Jarlandine à Château-Arnoux
- 25 et 26 avril : **Fête de la randonnée** Pays de Forcalquier
- 27 au 29 Mai : **Trail** de Haute-Provence Forcalquier
- 5 et 6 juin : **24h VTT** du Luberon à Pierrevet
- 19 au 23 juin : **Raid** des étoiles du Verdon à Moustiers Sainte Marie
- 2 au 3 juillet : Tribe 10000 **Enduro VTT** au Val d'Allos
- 10 au 15 juillet : Grand **Rallye VTT** TransVerdon – Haut-Verdon
- 7 août : Ubaye **Trail** Salomon à Barcelonnette
- 16 au 18 septembre : **Grand Trail** de Serre Ponçon
- 1er octobre : **Enduro VTT** des Terres Noires à Digne les Bains
- 9 octobre : **Trail** du Bas Verdon à Gréoux-les-Bains
- 17 décembre : **Trail** Haute Provence Winter à la Station de Lure