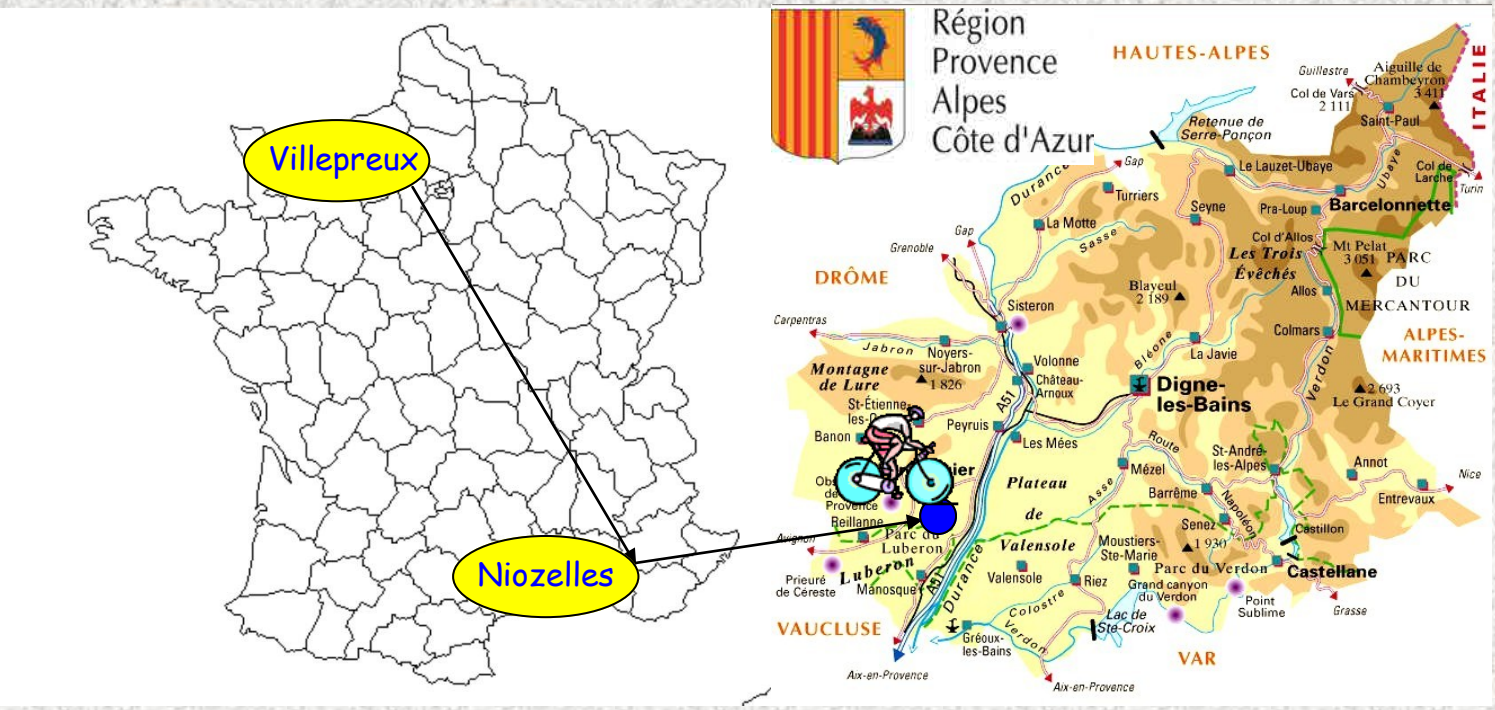
Séjour en PROVENCE-ALPES COTE D'AZUR

- NIOZELLES - du 17 mai au 24 mai 2014



La Provence (en français standard) et Provençal ou Prouvènço (en provençal) est une région du sud-est de la France qui s'étend de la rive gauche du Rhône inférieur à l'ouest, jusqu'à la frontière avec l'Italie à l'est et bordée au sud par la Méditerranée.

La Provence fait aujourd'hui partie de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur et correspond aux départements des Alpes-de-Haute-Provence, des Bouches-du-Rhône, du Var, du Vaucluse et des Alpes-Maritimes.

Samedi 17 mai 2014

Nous sommes 14 à participer à ce séjour : 9 cyclos, 1 cyclote, 3 accompagnatrices et 1 accompagnateur :

Odette et Paul, Claudine et Didier, Colette et Michel, Jocelyne et André, Eric, François, Gérard, Patrick. Quel que soit notre point de départ nous nous retrouvons tous le samedi 17 mai en fin de journée à la maison familiale de vacances « Les Bories » à Niozelles, petit village situé à deux pas de Forcalquier, dans la verdoyante vallée du Beveron. Daniel et Jean-Philippe nous rejoindront le mardi suivant.

Tel est le slogan de bienvenue !

Aux portes du Luberon entre les gorges du Verdon et le pays des Ocres, venez vous ressourcer dans les senteurs de thym et de lavande, bercé par le chant des cigales...

Le centre se compose de 34 logements, 28 gîtes, d'installations sportives dispersés dans un site boisé de 35 hectares.

Pour y accéder nous devons emprunter une petite route sinueuse en pente très raide et en mauvais état……la remorque en gardera d'ailleurs un mauvais souvenir !

Nos chambres sont situées au 1er étage du bâtiment principal. En rez-de-chaussée, se trouvent une immense salle de réception où trône une énorme cheminée en pierre, les salles de restauration et les cuisines.

Nos vélos sont à l'abri dans un bâtiment non utilisé à cette époque de l'année.

Au programme de la semaine :

• Pour les cyclos, des circuits variés : « Sisteron » - « Sainte-Croix-Du-Verdon » - « Saint-Saturnin » - Sault-Ventoux-gorges de la Nesque » - « Apt-Niozelles » - « Gréoux Les Bains »

Les circuits ont été réalisés par Paul et André

• Pour les accompagnatrices : tourisme, courses et préparation des pique-niques

(Grand merci à elles !)

Nous ne sommes pas seuls ce samedi soir dans le gîte. Un groupe de pétanqueurs marseillais se retrouve pour jouer dans la journée à ce sport très prisé de Michel et pour festoyer le soir à l'heure de l'apéritif et autour d'une grande tablée : ils lançaient la boule et levaient le coude !!!

Menu du dîner :

Soupe – joue de bœuf en daube – île flottante

Dimanche 18 mai 2014

Circuit SISTERON

Distance : 118 Km

Dénivellé : 1451 m

Nous nous retrouvons tous à 7 heures 30 pour le petit déjeuner. C'est notre 1ère journée de vélo ; un temps de rodage est nécessaire, en particulier pour la préparation des vélos. Il fait très beau.

Nous traversons Forcalquier. Au détour d'un virage, nous nous arrêtons pour admirer le point de vue sur le barrage de La Laye (barrage en enrochement construit entre 1962 et 1964). Nous apercevons les ruines d'un aqueduc.

Plus loin, un arrêt au village de Mallefougasse-Augès s'impose : c'est le jour de la "Fournée de Printemps". L'association "Bel'Lurette" allume le four à bois pour cuire des pains, des pizzas et des fougasses salées et sucrées.

Mallefougasse-Augès est un petit village de maisons de pierre, de rues étroites, de passages couverts. Le four communal construit dans la roche se trouve en bas du village. Nous achetons des parts de fougasse pour la pose repas, mais certains sont trop gourmands pour attendre l'heure du pique-nique !

A la sortie du village, nous nous apercevons qu'Eric n'est pas avec nous. Il est resté dans le four pour écouter les explications du boulanger.

A Sisteron, Claudine, Colette et Odette nous attendent au pied de la citadelle, classée monument historique, où on y accède par une « belle montée ».

Nous nous installons en face du cimetière sur une pelouse au milieu de laquelle trône une structure métallique qui va servir, le temps du repas, d'étendage à maillots (c'est irrespectueux mais drôle). Michel prend la pose devant la sculpture.

Le repas est délicieux : jambon, fromage accompagnés de pain nature, de pain aux olives, fougasses, compotes, fruits, chocolat, bière.

L'ambiance est joyeuse et les jeux de mots fusent : « le four à bois, la caravane passe ! » Paul – « va chercher de l'eau au cimetière, c'est de l'eau de là ! » André.

Nous quittons Sisteron en traversant la Durance et en la longeant par la rive gauche. Petit arrêt pour admirer la citadelle qui surplombe la ville.

Après Malijai, nous prenons la route de Puimichel (photo de Michel devant le panneau indicateur). La route monte pendant 8 km jusqu'au col à 811 mètres d'altitude.

Dans la descente nous apercevons les champs de lavande (grosses boules vertes alignées les unes à côté des autres) et plus au loin se détachent des sommets enneigés.

Avant l'entrée d'Oraison et après une longue et belle descente, crevaisons successives de Gérard et de François.

Nous arrivons aux Bories vers 17 heures 30 : pour la 1ère fois, nous grimpons la côte en dénivelé+++……c'est chaud pour une fin de parcours !!!

Kilométrage parcouru : 118 km

Après la douche, nous partons tous pour une ballade apéritive dans Forcalquier. Par les petites ruelles nous montons à pied jusqu'à la citadelle (bravo à Odette qui nous accompagne) d'où nous avons un vaste panorama sur la ville et ses environs. Sur le site se trouve la chapelle Notre Dame de Provence de style Roman/Byzantin. On peut voir également un carillon composé de 11 cloches.

Menu du dîner :

Salade – paella– fromage – crème glacée

Nous faisons connaissance avec le cuisinier, c'est un passionné ! Il est bluffé car il a préparé une paella pour 21 convives et nous ne laisserons même pas un petit grain de riz !

Nous installons les vélos sur les véhicules et sur la remorque car demain nous démarrons de Moustiers-Sainte-Marie.

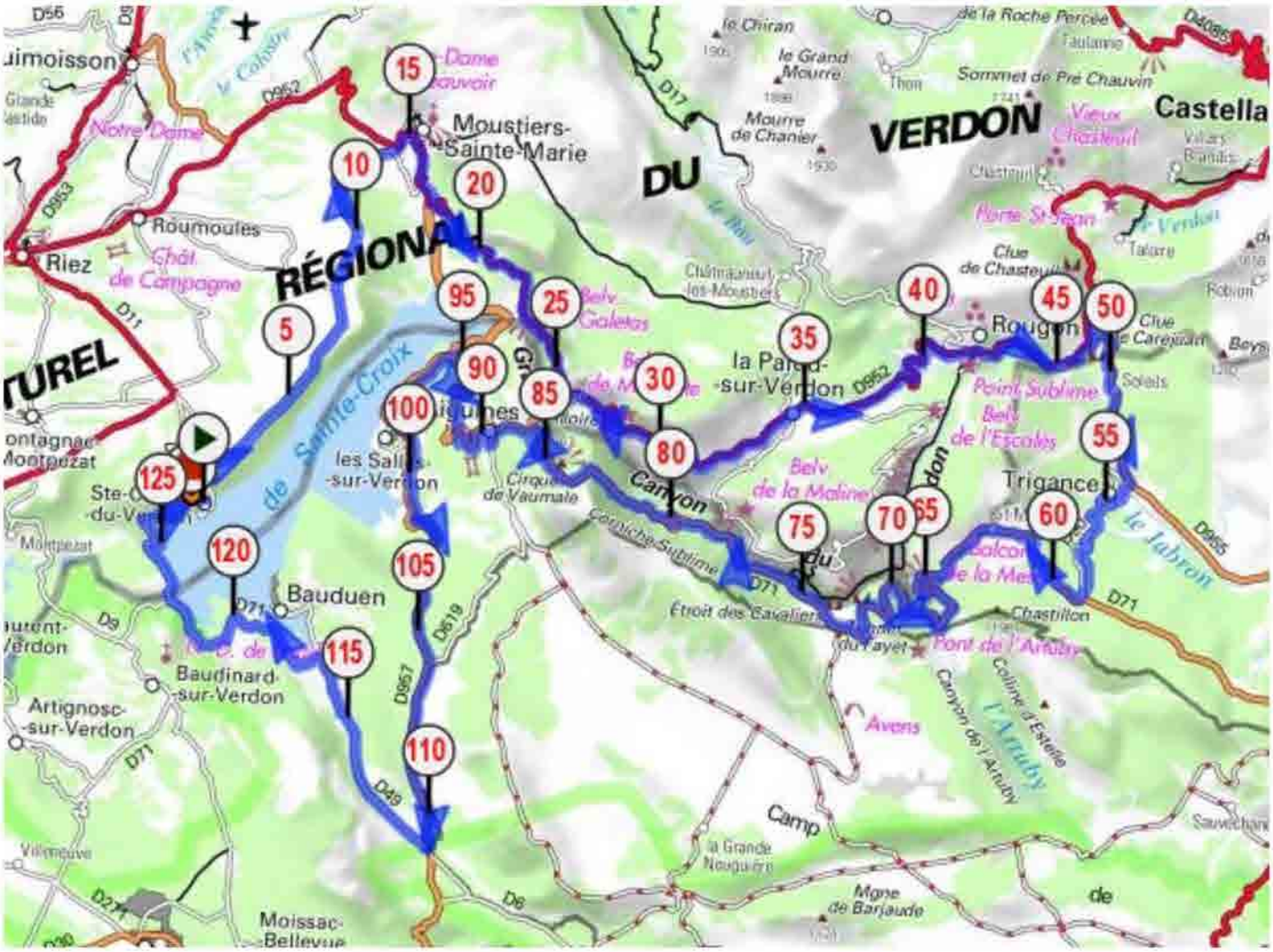
Les Marseillais sont partis et seul notre groupe est présent dans le gîte. Il en sera ainsi jusqu'à la fin du séjour.

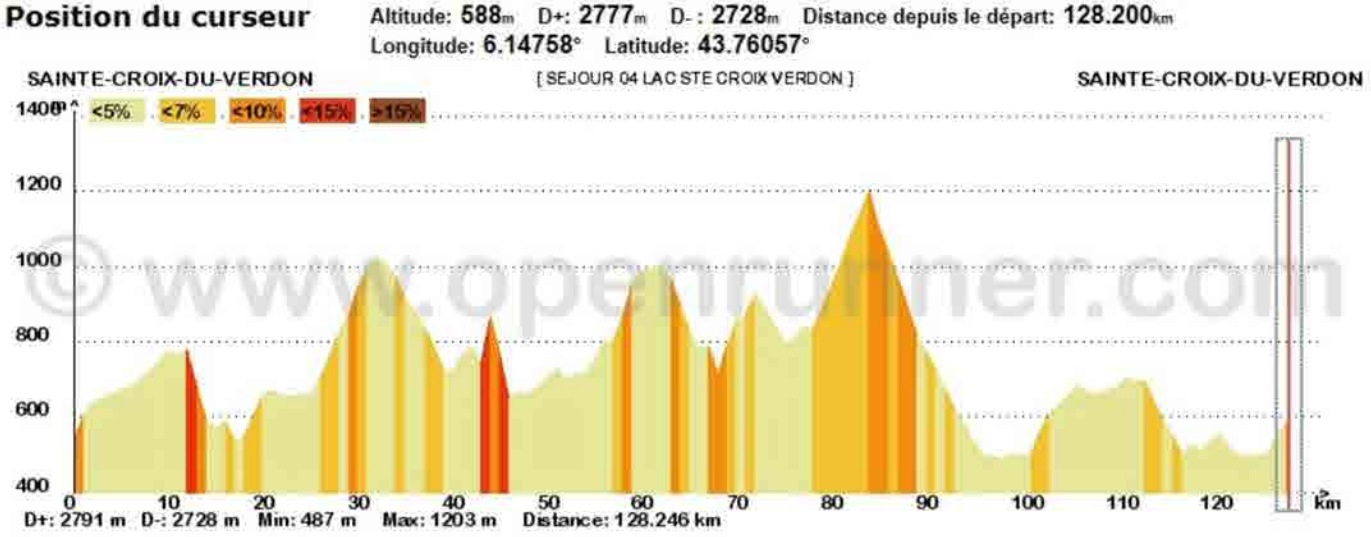
Lundi 19 mai 2014

Circuit SAINTE-CROIX-DU-VERDON

Distance : 129Km

Dénivellé : 2777m





Nous nous réveillons avec la pluie. Au petit déjeuner certains sont moyennement motivés !

Nous prenons la route à 8 heures 30. Il faut plus d'une heure pour arriver à Moustiers-Sainte-Marie et déjà nous nous doutons bien qu'il sera difficile de réaliser les 129 km annoncés. En effet, le dîner au gîte est servi à 19 heures 30

Plus nous nous rapprochons de Moustiers-Sainte-Marie plus le ciel s'éclaircit mais plus le vent se lève aussi.

Il est 10 heures passé lorsque nous démarrons la randonnée. Nous prenons la direction des gorges du Verdon par une longue côté en forêt. Les arbres nous protègent un peu du vent mais nous avons quelques inquiétudes quant à la suite à venir !

Dès le début de la route des gorges ça se gâte. Nous roulons avec difficulté sous les rafales de vent. Avant et après les goulets, elles sont tellement violentes qu'elles nous « clouent sur place » et nous devons mettre pied à terre à plusieurs reprises. Cela devient très dangereux d'autant qu'il y a un peu de circulation et des cailloux tombent de la falaise. Paul décide d'arrêter et nous allons faire demi-tour mais voilà…….François est parti devant : Eric et Gérard vont le chercher tandis que nous demandons à un camping-cariste d'interpeler François pour qu'il revienne.

En les attendant, nous admirons la vue sur le lac de Sainte Croix et le Verdon en nous disant avec regret que ce foutu vent nous gâche le plaisir de réaliser une belle sortie.

Le retour sur Moustiers-Sainte-Marie est tout aussi délicat et dangereux : bien que nous roulions le long de la paroi rocheuse nous ressentons toujours la violence du vent.

Nous appelons Claudine, Colette et Odette pour qu'elles nous rejoignent au restaurant de Moustiers-Sainte-Marie.

Nous avons parcouru 17 km en vélo : Patrick ironise à ce sujet « 17 km de vélo - pose restaurant » A plusieurs reprises, dans la semaine, lorsque son compteur affichera 17 km il nous demandera la pose restaurant !!!

Dans l'après-midi, nous partons visiter le village blotti entre deux barres rocheuses. Les ruelles sont bordées de vieilles maisons, de magasins de souvenirs et surtout de boutiques et d'ateliers de faïenciers. Sur une petite place, on peut admirer l'église Notre Dame de L'Assomption de style roman (classée monument historique en 1913) dont l'autel est constitué d'un sarcophage en marbre du 4ème siècle.

Certains d'entre-nous grimpent jusqu'au sanctuaire de Notre-Dame-De-Beauvoir (classé monument historique depuis 1921). La légende impute à Charlemagne la construction de cet édifice au 9ème siècle.

Une vieille chaîne fixée aux deux falaises soutient en son milieu une étoile dorée ; elle aurait été mise en place au 13ème siècle à la suite d'un vœu fait par un chevalier au retour d'une croisade.

En fin de journée, nous partons en voiture jusqu'au lac de Sainte Croix avant de rejoindre « Les Bories ».

Kilométrage parcouru : 17 km

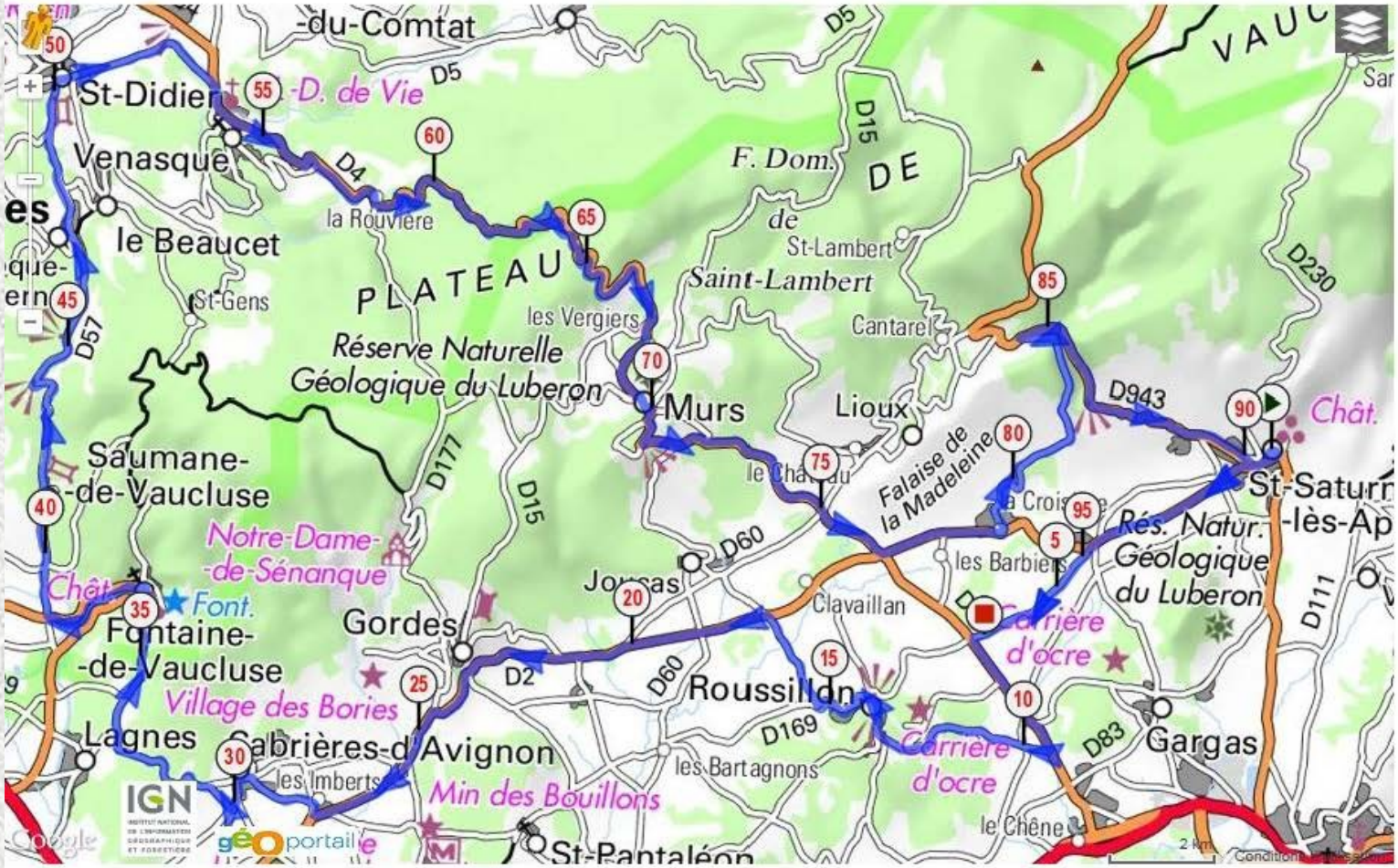
Menu du dîner :

Poulet basquaise – salade – frites – fromage blanc et coulis de fruits rouges

Mardi 20 mai 2014

Circuit Saint-SATURNIN

Distance: 98Km Dénivellé : 1490m



Position du curseur Altitude: **258**m D+: **1488**m D-: **1628**m Distance depuis le départ: **97.300**km
Longitude: **5.31880**° Latitude: **43.91419**°

SAINT-SATURNIN-LÈS-APT [Séjour 04 ST-SATURNIN] SAINT-SATURNIN-LÈS-APT

© www.openrunner.com

D+: 1490 m D-: 1628 m Min: 77 m Max: 628 m Distance: 97.327 km

Départ décalé aujourd'hui. Sur la route après la sortie des Bories, nous croisons un chien et son compagnon…….un marcassin ! Plus tard, le cuisinier nous racontera son histoire : il a été recueilli par un ami fermier et élevé avec des poules avant de faire copain-copain avec un chien.

La randonnée démarre à Saint-Saturnin-Lès-Apt, petit village adossé aux monts du Vaucluse, face à la vallée du Cavalon et au Lubéron.

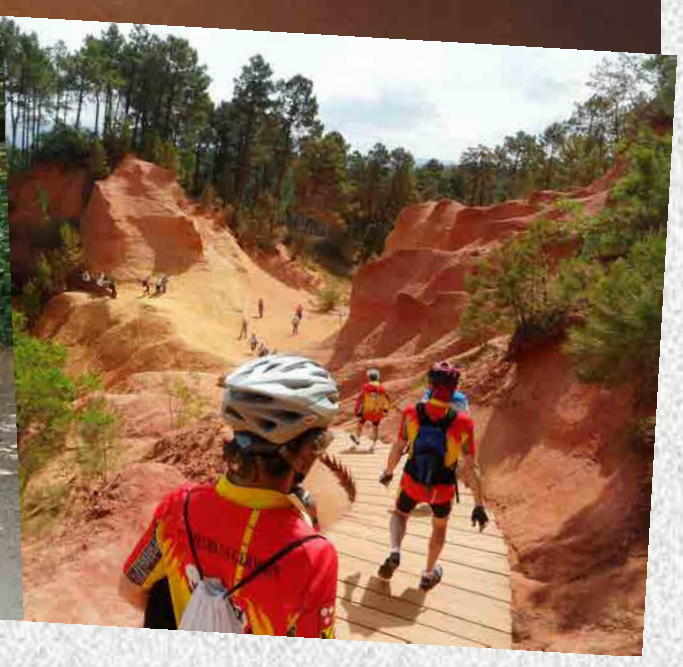
De la route nous apercevons au loin le massif ocrier. Nous arrivons au village de Roussillon par une route touristique qui serpente à travers les vignes. Le site de la carrière des ocres est un site remarquable (classé par l'Etat en 2002) et bien que nous devions laisser les vélos à l'extérieur, nous prenons le temps de le visiter. Odette, Colette et Claudine viennent d'arriver et nous le découvrons ensemble.

Le monde des terres rouges

Les gisements d'ocre, emblèmes du Luberon en Provence, portent notre regard vers un horizon où la pensée rejoint les latérites d'Afrique, les bauxites jamaïcaines, l'Uluru géant d'Australie, les sols rouges d'Inde du Sud, le Mont Rouge du Sinaï, les red rocks du Colorado américain, lieux où les terres colorées dévoilent des natures minérales souvent autres que celle de l'ocre. Ici héritées des sables, là-bas associées à l'alumine ou plus loin encore aux calcaires, les terres déploient leurs richesses issues du minéral planétaire.

L'ocre habite les sous-sols de France

L'ocre habite le sous-sol de nombreuses régions françaises, Bretagne, Bourgogne, Centre, Dauphiné, Gascogne, Pyrénées... exploitations souterraines enfouies dans une mémoire industrielle dont l'histoire retient en confidence les carrières de Saint-Georges-sur-la-Prée (Cher), de Saint-Pompon (Dordogne) ou de Pourrain (Yonne) tandis que le massif ocrier du Vaucluse s'offre aussi en surface et façonne en Luberon un paysage porte-flamme de sa notoriété d'aujourd'hui.



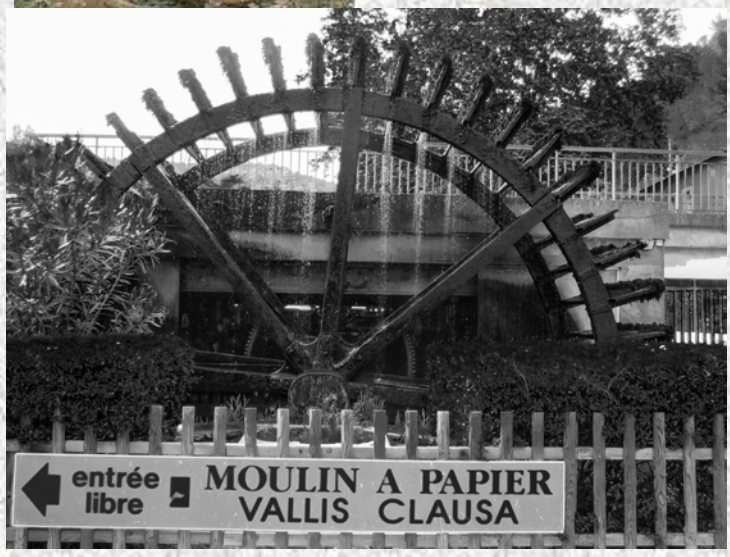
Nous partons ensuite en direction de Gordes, village perché à 340 mètres d'altitude sur un promontoire rocheux. D'une terrasse, nous avons un magnifique point de vue sur le village, la vallée et les monts du Vaucluse

Nous prenons le pique-nique sous les pins et à proximité……..de 2 relais téléphoniques ! Comme ce sera le cas tous les jours, le temps du repas est un beau moment de détente et de bonne humeur.

Nous traversons Cabrières-d'Avignon avant d'atteindre Fontaine-de-Vaucluse, source de la Sorgue. Nous nous promenons sur ce site étonnant où jaillissent les eaux de pluie et de la fonte des neiges du sud du Mont Ventoux, des Monts du Vaucluse et de la montagne de Lure. La « fontaine » est encaissée au pied d'une impressionnante falaise calcaire.

Dans le parc, une structure en métal « le cœur aimant » de Denis RICHARD trône au milieu des arbustes et des massifs de fleurs.

« Sorgue tes épaules comme un livre ouvert propagent leur lecture » - extrait d'un poème de René Char.



Puis nous visitons le moulin à papier « Vallis Clausa », reconstitution d'un ancien moulin dont la roue de 7 mètres de diamètre (48 pales de 2 m) est alimentée par la source du Pagodon.

Dans la boutique, Patrick prend en photo des produits du moulin et se fait rudoyer par la gardienne (?) ; elle lui demande d'ailleurs de les supprimer.

Le circuit passe ensuite par la Roque-Pernès, Saint-Didier, Murs, La Tuilerie pour rejoindre les véhicules à Saint-Saturnin-Lès-Apt,

Le groupe est scindé en deux. Sur le bord de la route, un couple de cueilleurs de cerises nous en offre généreusement. Elles sont délicieuses !

Kilométrage parcouru : 96 km

En fin d'après-midi, arrivée de Daniel et Jean-Philippe. Daniel a emmené son vélo mais il reconnaît manquer d'entraînement et donc « l'engin » restera à l'abri et ne bougera pas des Bories. Daniel sera le chauffeur de ses dames durant les trois prochains jours.

Menu du dîner :

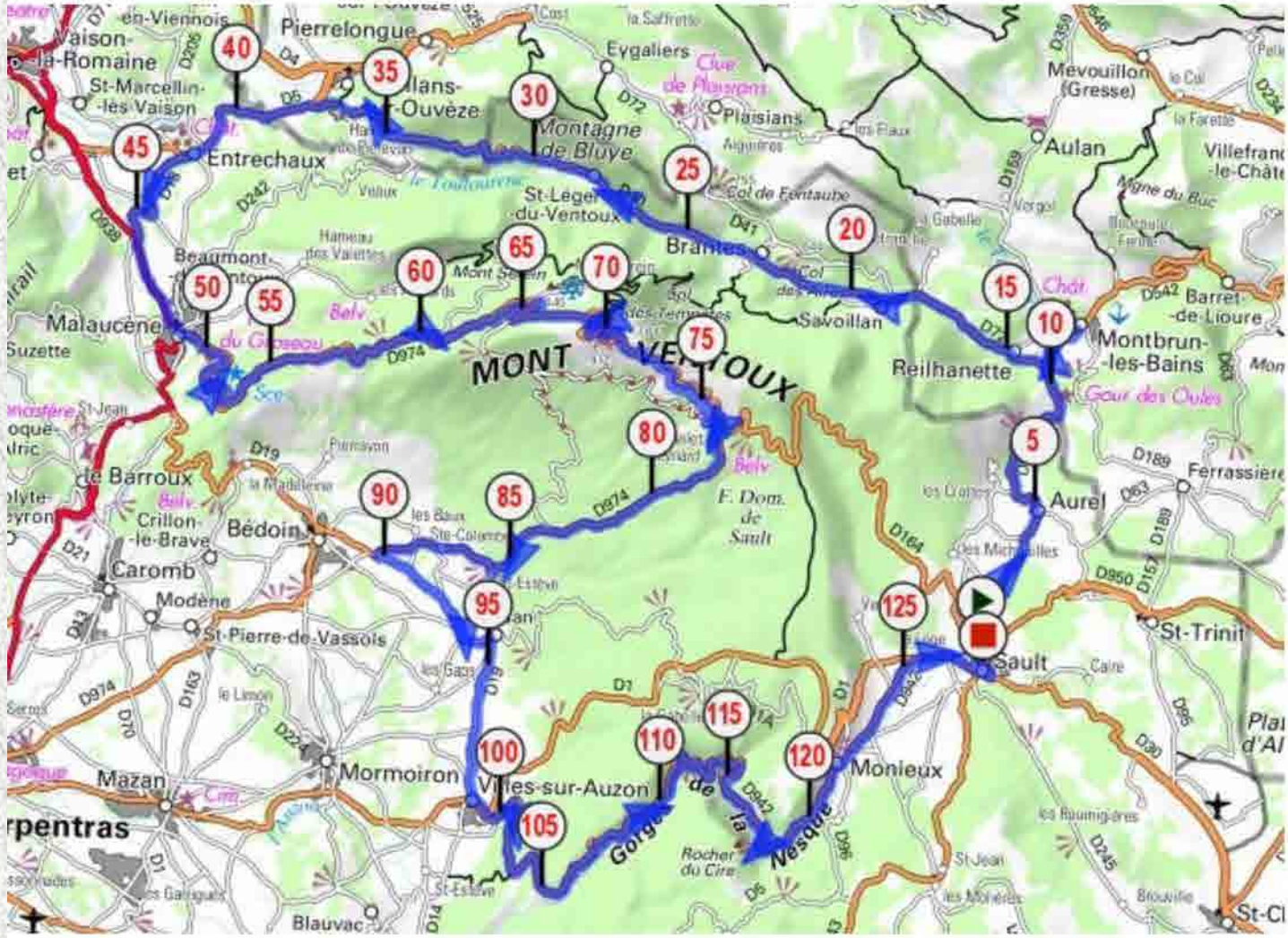
Soupe complète (légumes, pâtes, saucisses) – salade – fromage – tarte aux poires et chantilly

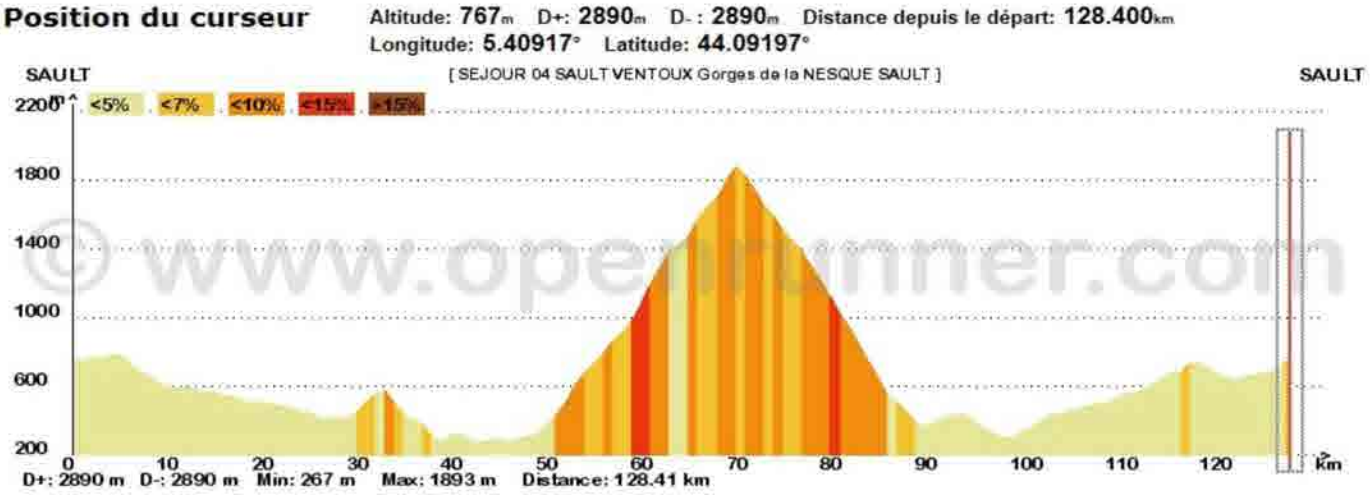
Au cours du dîner, la décision est prise : demain sera le grand jour…… la montée du Mont Ventoux ! Compte-tenu de la météo prévue jusqu'à la fin de la semaine, mercredi est le jour le plus approprié pour réaliser cette randonnée.

Mercredi 21 mai 2014

Circuit SAULT-VENTOUX-Gorges de la NESQUE-SAULT

Distance: 129Km Dénivellé : 2890m





Aujourd'hui encore départ décalé. Nous partons de Sault. Il y a un changement par rapport au circuit initial. Les véhicules ne suivent pas le même trajet pour aller jusqu'à Sault mais nous nous retrouvons tous sur le parking d'Ecomarché. Patrick a oublié ou perdu ses gants, il prend quelques instants pour en acheter une paire au magasin de vélo situé juste en face et il apprend que le vent souffle très fort sur le Ventoux, voilà de quoi alimenter la petite angoisse qui m'étreint depuis le matin !!!

Paul et Gérard décident de modifier le circuit afin de minorer le kilométrage initialement prévu.

Il est dix heures passé. Nous traversons Sault avant d'attaquer les 26 km de montée. Sur le 1er tronçon du parcours nous sommes protégés du vent car la route serpente à travers une forêt de mélèzes, de cèdres et de sapins. Puis la végétation se raréfie et bien que concentrés sur notre montée (enfin pour ce qui me concerne !), le paysage qui s'offre à nous est grandiose. Paul me conseille de monter à mon rythme en gardant une cadence régulière, ce que je fais et c'est ainsi que cette 1ère partie ne me paraît pas trop difficile. De plus, la route n'est pas trop fréquentée par les voitures et les cyclos.

Voilà enfin, le fameux chalet Reynard et là nous découvrons ce qui nous attend sur 6 km ! Plus un arbre, de la caillasse grise ou blanche selon la

luminosité du ciel, une route sinueuse, une pente plus rude et en ligne de mire la bande rouge de l'antenne de télévision. Chaque virage passé nous rapproche du sommet qui culmine à 1 912 mètres mais le vent nous gêne dans notre progression. Passage devant la fontaine de la Grave, la stèle de Tom Simpson, le col des tempêtes qui aujourd'hui porte bien son nom. Les rafales de vent à plus de 100 km/heure nous empêchent de suivre la courbe du dernier virage et nous obligent à descendre de vélo. Paul vient à ma rencontre à cet endroit. Cependant, Patrick a la chance d'arriver au moment où le vent se calme quelques minutes et il est le seul à arriver au sommet sans descendre de vélo.

Une cyclote anglaise voit son Kway s'envoler……Paul est face à un dilemme : aller récupérer le Kway ou retenir son vélo……. Il choisit son vélo !

« N'est pas fou qui monte au Ventoux, est fou qui y retourne » raconte un dicton provençal !

Nous sommes attendus au sommet par Colette, Odette, Claudine et Daniel.

Malgré ces mauvaises conditions, nous sommes tous très heureux d'avoir réussi cette ascension que certains ont déjà réalisée mais pour une grande partie du groupe c'est une première !

A cause du mauvais temps, il est raisonnable de ne pas s'attarder au sommet. Nous prenons cependant le temps de faire quelques photos en souvenir de ce moment qui restera pour longtemps gravé dans notre mémoire.

Voilà donc venu le moment de repartir.

Nous descendons la première centaine de mètres à pied puis tout le monde remonte sur son vélo, sauf moi. Je ne suis pas prête pour affronter cette descente, l'angoisse du matin ressurgit. La cyclote anglaise descend également à pied.

Sur un promontoire quelques mètres plus bas, Patrick s'est arrêté pour prendre des photos. Il comprend que je suis en difficulté et décide de m'accompagner dans cette partie du parcours.

Après quelques mètres, sur ses conseils, je remonte sur le vélo malgré ma peur car c'est bien de cela dont il s'agit, mais ce serait dommage de gâcher la fête en descendant à pied jusqu'au chalet !

La cyclote anglaise est remontée depuis bien longtemps sur son vélo.

Au début, en dépit des règles du code de la route, je roule à gauche bien à l'abri contre la paroi. Puis je croise de plus en plus de cyclos, motos et voitures et il devient plus prudent de rouler normalement à droite. Je suis crispée, j'ai mal au ventre, je roule à 10 km/heure mais je roule ! Patrick me précède et m'attend régulièrement.

Une voiture noire nous croise. Il s'agit de Daniel et de Paul inquiets de ne pas me voir arriver. Paul me demande « tout va bien ? » - « oui tout va bien (Ha bon ?), j'arrive ! »

J'arrive enfin au chalet Reynard. Quel soulagement ! Je m'écroule dans les bras d'André. Tout le monde m'attend impatiemment, par sympathie mais aussi parce qu'il fait froid et que l'heure du déjeuner est largement dépassée.

Qu'il fait bon à l'intérieur du chalet ! Le menu est bon et apprécié. Je tremble encore mais c'est nerveux !

Nous repartons par la route de Bédoin. La descente est rapide mais agréable car nous sommes à l'abri dans la forêt. Nous nous arrêtons quelques instants suite à une crevaison d'Eric promptement réparée. A Sainte-Colombe nous bifurquons pour emprunter la route des gorges de la Nesque jusqu'à Sault. Nous nous retournons pour admirer une dernière fois le « Mont Ventor » en occitan provençal, ce mont « qui se voit de loin ».

En roulant sur cette route nous traversons encore de magnifiques paysages mais le torrent est invisible trop profondément caché au fond des gorges. Il fait beau, le ciel nous offre son plus beau bleu, le vent est toujours présent et les rafales ne nous épargnent pas à la sortie des goulets. Cela n'empêche pas André de faire des vidéos en roulant !

Nous nous arrêtons au belvédère de la Nesque pour faire une pose mais aussi pour prendre le temps d'admirer ce paysage grandiose et remarquable et le rocher du Cire. Notre voiture suiveuse nous rejoint et nous apprécions les boissons fraîches.

Kilométrage parcouru: 86 km

Menu du dîner :

Tarte à la tomate – agneau/pommes de terre/légumes façon tajine – fromage – flan

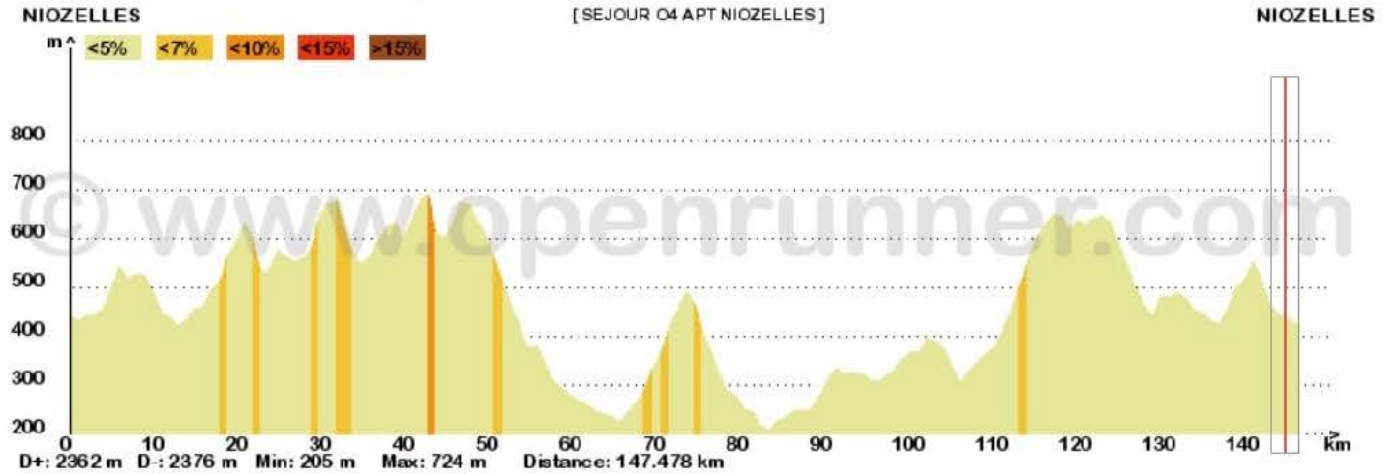
Jeudi 22 mai 2014

Circuit APT – NIOZELLES

Distance : 150 Km

Dénivellé : 2443 m

Position du curseur Altitude: 429m D+: 2362m D-: 2373m Distance depuis le départ: 147.300km
Longitude: 5.82304° Latitude: 43.93954°

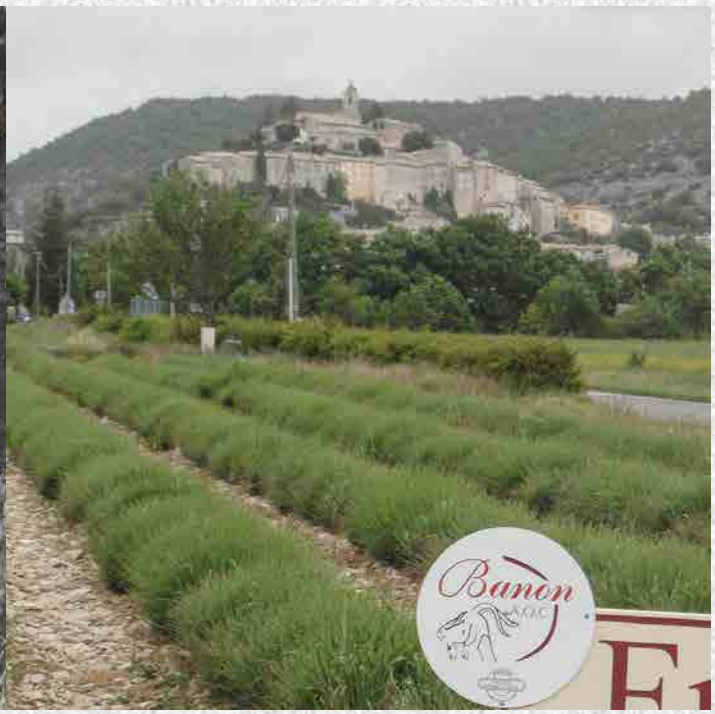


© www.openrunner.com

Ce matin, nous partons directement du gîte. La route qui mène à Forcalquier est tout en montée. Etonnement de Michel « en voiture, on ne s'en aperçoit pas ! »

Après Forcalquier, nous manquons Saint Michel l'Observatoire situé sur le parcours initial et en conséquence nous avons quelques difficultés à retrouver le circuit. Cela devient habituel, il y a du vent. Il ne pleut pas mais le ciel au loin est menaçant.

Nous avons encore quelques hésitations quant à la route à prendre. Nous voilà donc partis jusqu'au village de Revest-des-Brousses, perché sur une petite colline (comme beaucoup de villages dans la région) et la route se termine en cul-de-sac ! Il nous reste à faire ½ tour mais ce sera une côte de plus à ajouter à notre palmarès.



Quelques kilomètres plus loin, nous nous approchons de Banon, réputé pour son fromage de brebis où un ancien charpentier, passionné de bouquins, a ouvert une librairie « le bleuet » riche de 300 000 volumes et 140 000 titres ! Si j'étais rentrée dans cette merveille ma journée vélo était finie !!!

Nous sommes dans le parc naturel régional du Luberon.

Nous roulons dans la vallée et sur notre droite, nous apercevons à plusieurs reprises le village de Simiane-La-Rotonde perché à 630 mètres d'altitude sur les plateaux des Monts du Vaucluse. La tour de l'ancien château-fort des Agoult domine le village.

Nous nous arrêtons au Colorado Provençal de Rustrel avec ses cheminées de fée et ce paysage couleur ocre façonné en partie par les hommes. C'est un ancien site d'exploitation des carrières d'ocre. Le site est géré par l'Association des propriétaires de carrières du Colorado Provençal (ADEP).

Nous retrouvons Claudine, Colette, Odette et Daniel. Nous visitons cet espace assez rapidement accompagnés par la pluie. Il est midi passé. Nous nous arrêtons dans un endroit tranquille à Apte (passage du col du Pointu à 499 mètres) pour le casse-croûte. Le soleil est revenu……et le vent aussi !

Une nouvelle fois, Claudine, Colette, Odette et Daniel ont préparé un excellent pique-nique auquel nous faisons honneur !

Petite curiosité de la matinée : alors que la route longe une barrière rocheuse, nous apercevons sur la crête un âne qui semble scruter l'horizon entre terre et ciel.

La route est longue avant de rejoindre les Bories. Il est temps de remonter sur les vélos mais nous ne pouvons pas passer à Lourmarin sans nous arrêter quelques instants au pied de son château. Il s'agit du 1er château renaissance de la Provence. Il a été construit au 15ème siècle par Foulques d'Agoult et restauré à partir de 1920 par Robert Laurent Vibert. Il abrite actuellement une fondation culturelle. Deux charmantes dames prennent notre groupe en photo (cyclos et accompagnateurs).

Nous passons ensuite à Cucuron « le village où les ânes volent » d'après une légende, dixit Jean-Philippe. Aujourd'hui dans le ciel, seuls les oiseaux volent !

Une énième côte nous amène à Grambois. Ensuite, grande discussion dans le groupe pour savoir si on rentre en « ligne droite » sur Forcalquier ou si on passe par la côte de Montfuron (prévue au programme). Certains commencent à fatiguer et au grand regret de Paul, nous prenons la route de la plaine. La circulation est intense et la route bordée de platanes est dangereuse.

Il nous reste à affronter la fameuse côte des Bories. Après 158 km, nous terminons en beauté ! Claudine nous prend en photo, ce sera une belle collection de rictus !

Le vent nous a encore beaucoup gênés tout au long de cette journée.

Kilométrage parcouru : 158 km

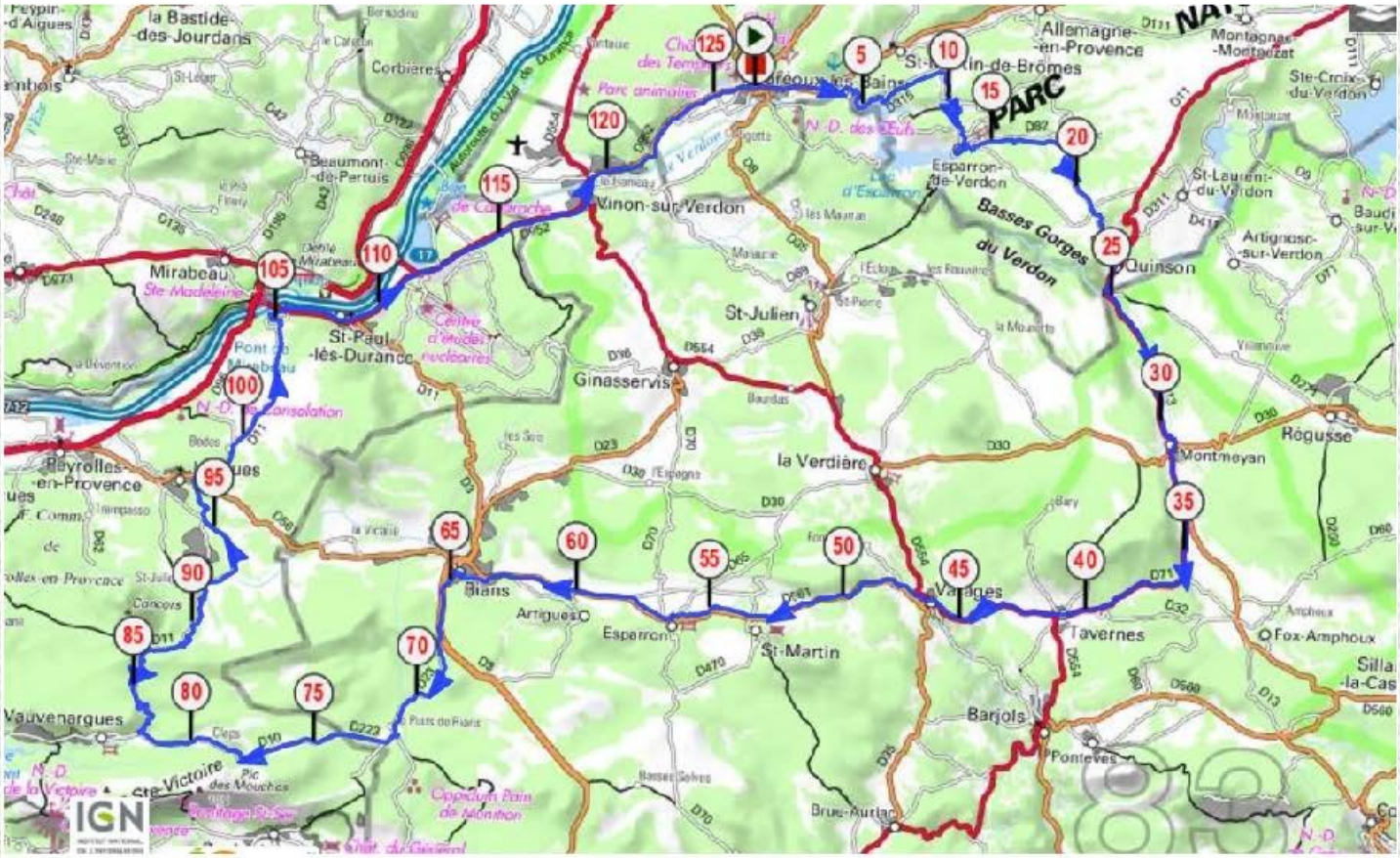
Menu du dîner :

Charcuterie – lasagnes – salade – fromage – melon

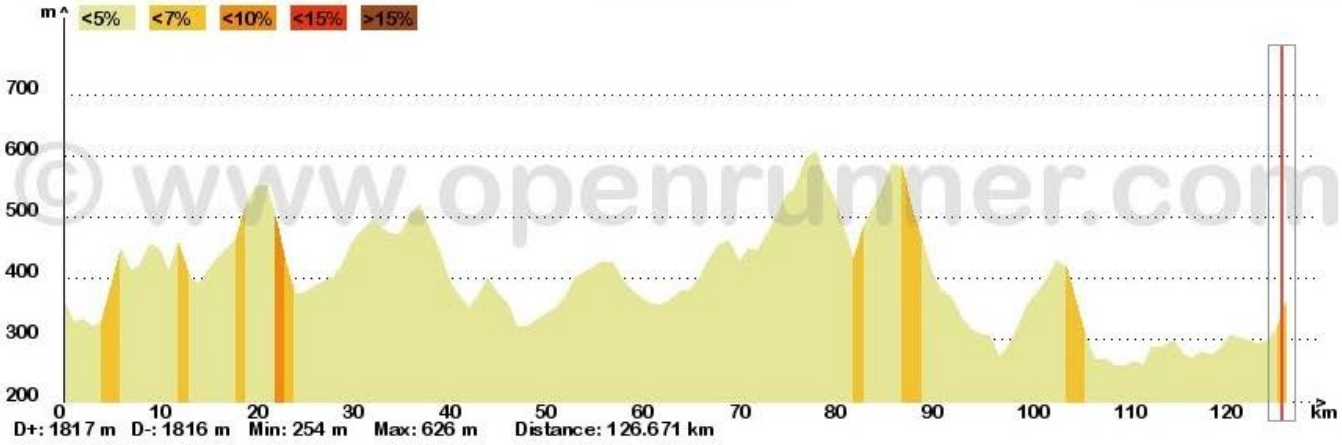
Vendredi 23 mai 2014

Circuit GREOUX-les-BAINS

Distance : 127 Km Dénivellé : 1816 m



GRÉOUX-LES-BAINS [SEJOUR 04 GREOUX] GRÉOUX-LES-BAINS



© www.openrunner.com

Ce vendredi est notre dernier jour de roulage. Il fait beau. Le vent souffle un peu moins fort qu'hier.

Les organismes commencent à fatiguer. Devant le kilométrage annoncé, hier soir en apéritif, une grande discussion s'est engagée entre les cyclos ; certains proposaient d'improviser un circuit, ce n'est pas une évidence vu la configuration des routes, d'autres trouvaient dommage de ne pas s'en référer aux circuits existants dont la réalisation a demandé beaucoup de temps et d'énergie……. D'autres écoutent. C'est ça la vie de groupe ! Mais le repas, la nuit et le petit déjeuner passés par là, allez ! C'est décidé nous partirons de Gréoux Les Bains avec la perspective d'effectuer une variante raccourcie. La remorque est déjà chargée !

A Gréoux Les Bains, nous débutons par une belle descente jusqu'à Esparon-du-Verdon avant « d'attaquer » la montée des basses gorges du Verdon. Le paysage qui s'offre à nous est si grandiose que nous oublions la difficulté de cette grimpette et nous console de notre sortie manquée dans les gorges du Verdon. Aucun nuage ne vient troubler le bleu azur du ciel provençal. Nous nous arrêtons à un belvédère pour admirer le lac d'Esparron au fond des gorges.

La route qui nous conduit à Quinson, Montmeyan, Tavernes est tout en « tape-culs » qui font mal aux jambes.

Nous entrons dans le pays de la lavande ; de part et d'autre de la route nous apercevons de grosses boules vertes alignées sur la terre couleur ocre.

Avant d'entrer dans le département du Var, nous nous arrêtons sur un pont à l'endroit où le Verdon sort des gorges pour former le lac de Quinson. Le bleu turquoise de l'eau, le blanc des parois rocheuses et les dégradés de vert de la végétation font une palette de couleur digne des plus grands peintres. Je profite de cette pose pour déguster une banane. Je jette la peau dans l'eau et je découvre que la peau de banane flotte mais ne coule pas ! Je suis honteuse et dépitée d'avoir souillé cette eau magnifique.

Photo de groupe avant de repartir, il est plus de onze heure.

La route devient plus roulante et nous continuons ainsi jusqu'à Varages où nous avons choisi de faire la pause repas. Varages est le pays de la faïence. Le village possède une manufacture, 6 faïenceries d'art et une école de céramique.

Claudine, Colette, Odette et Daniel nous rejoignent et nous nous installons sur le terrain du jeu de boules désert à cette heure de la journée mais c'est un endroit tranquille et entouré de végétation.

François trouve qu'il est un peu tôt (en nombre de kilomètres) pour s'arrêter mais comme le dit le dicton « l'appétit vient en mangeant » et effectivement tout le monde a bon appétit.

Il nous reste plus de 80 kilomètres à parcourir avant de rejoindre Gréoux-Les-Bains. Pour la suite, deux options sont possible : soit continuer le parcours, soit le raccourcir. Les avis sont partagés, à suivre !

De Varages jusqu'à Rians, le parcours est assez roulant et nous avançons facilement. Près d'Esparron, nous passons devant la chapelle Notre Dame du Revest, vestige d'un ancien prieuré datant du 11ème siècle. A Rians, voici le moment de prendre notre décision quant à la suite du parcours. La majorité opte pour la version courte. François est un peu déçu mais il reste cependant avec nous. La route est agréable, nous traversons encore de beaux paysages.

Quelque part sur la route, Jean-Philippe nous indique au loin la montagne Sainte Victoire.

Après Jouques, nous prenons la direction de Saint-Paul-Lès-Durance pour rejoindre la nationale jusqu'à Gréoux-Les-Bains. Pendant quelques kilomètres, nous longeons le canal de Provence qui alimente en eau brute 116 communes des Bouches du Rhône et du Var. Nous passons ensuite devant le Centre d'Etudes (CEA) de Cadarache. La route est une longue ligne droite, les kilomètres défilent à bonne allure mais la circulation est intense. Le groupe accompagnateur s'est garé le long de la route près du grillage du CEA pour une pause boissons fraîches. De suite, une voiture du service sécurité s'arrête pour lui signifier qu'il est normalement interdit de se garer mais c'est OK pour quelques minutes. Les copains cyclos profitent de cet arrêt pour « un besoin naturel »……sous les caméras de vidéo surveillance !

Gréoux-les-Bains est à 7 km. Paul et Gérard repèrent sur la carte qu'en bifurquant à droite une petite route parallèle à la nationale nous permettra de rouler en toute sécurité. Gérard me précise que ça rallonge le parcours de 2 km seulement. Nous quittons donc la nationale mais nous ne trouvons pas cette fameuse route. En prime, nous avons droit à une longue montée. Un panneau nous indique « Gréoux-Les-Bains – 12 km » ! Heureusement, le paysage est magnifique, nous suivons des gorges et nous traversons une pinède. Et puis, François a son quota de côtes ! Le groupe est scindé en deux. Plus loin, nous rejoignons Michel en pleine réparation.

A l'arrivée, notre compteur affiche 121 km. Pour un circuit raccourci, ce n'est pas mal ! Mais chacun, finalement, est content de sa journée et l'humeur est joyeuse.

Daniel et Jean-Philippe repartent le soir même avant le dîner.

Au cours du repas, le cuisinier nous explique le fonctionnement du centre de vacances (sous forme associatif) et nous évoque les projets envisagés pour le rénover et le moderniser. Bonne chance à l'équipe !

Il confie à Claudine, Colette et Odette le petit secret qui donne un goût si particulier à sa salade. Il met un peu de……mais chut, c'est un secret !

Kilométrage parcouru : 121 km

Menu du dîner :

Potage – carottes au cumin – canard aux olives/riz – fondant au chocolat

Samedi 24 mai 2014

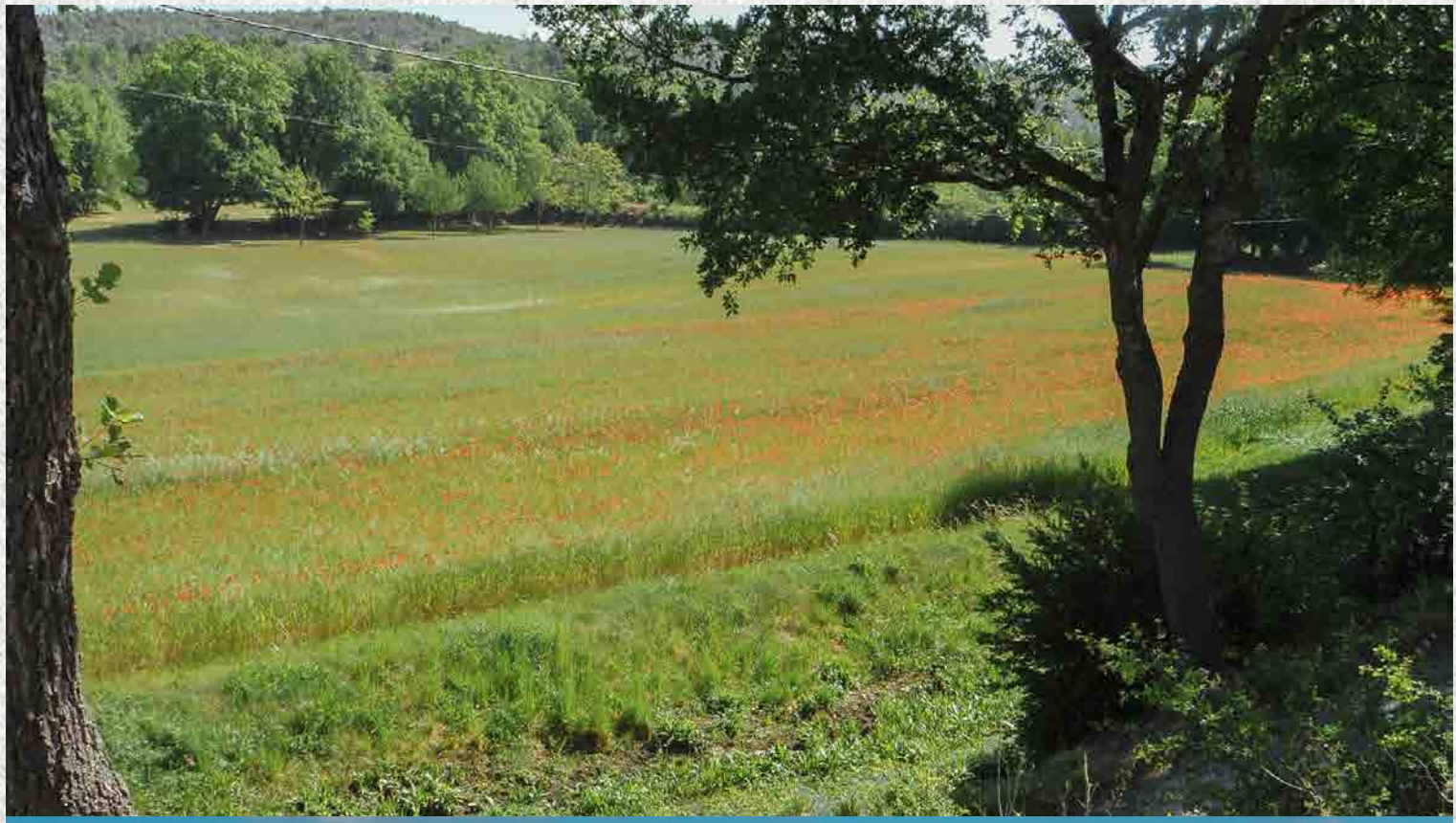
Après l'ultime petit déjeuner pris tous ensemble, instant toujours un peu nostalgique, chacun vaque à ses occupations et prépare son départ, les vélos sont installés sur les véhicules puis vient le moment de prendre la route du retour……

Cette semaine passée dans la région Provence-Alpes Côte d'Azur fut une belle semaine : foisonnante en découvertes touristiques, intense en vélo, riche en convivialité et bonne humeur, confortable et reposante en hébergement.

Bien sûr, le vent nous a souvent fait des misères et nous ne pouvons oublier notre rendez-vous manqué avec les gorges du Verdon mais la satisfaction d'avoir réalisé l 'ascension du Mont Ventoux malgré le vent violent atténue un peu cette déception.

Enfin, un grand ***MERCI*** *à Claudine, Colette, Odette et Daniel pour leur bienveillance, leur gentillesse, les appétissants pique-niques que « cette équipe de choc » nous préparait chaque jour et aussi pour les petites haltes au bon moment et au bon endroit sur le parcours pour la pause boissons fraîches ou petits encas.*

Toute l'équipe cyclo vous embrasse !



Le texte est de Jocelyne

Les photos sont de Claudine, Patrick et André

et aussi

merci à Patrick pour le film qu'il a conçu