

LE TOUR DU PARC NATUREL

luberon.fr



### LE TOUR DU PARC NATUREL DU LUBERON

Un raid VTT en itinérance autour du Parc naturel régional du LUBERON était préparé et organisé par le Président du club à l'intention des licenciés amateur de grande distance et un peu intrépides. Le parcours s'effectue en boucle, de gîtes en petites auberges, avec assistance et transport des bagages par Jean-Marie.

**Les participants : Benoit et Mado GASPARETTI, Christian et Irène ANDREAS, Didier et Marie CESAR, Charly DUPAYS, Philippe IRROY, Jean-Luc LAINE, Bernard MONVOISIN, Pascal STOTE, Dominique TISSERANT, Christian ZOMENO.**

Départ le samedi 10 juin à destination de GARGAS, à côté d'Apt ; installation au gîte Le MOULIN de LAVON avec piscine, repas dégustation en terrasse : tarte aux asperges-citron/huile d'olive, pommes de terre écrasées/daube provençale, plateau de fromages avec plein de spécialités de chèvre, fraises à la crème fouettée.





### Dimanche 11 juin 2017 : 1<sup>ère</sup> étape

La première étape débute par la « vélo route » après APT pour découvrir le territoire rural du plateau de Caseneuve, récelant plus de sections montantes que descendantes.

La chaleur est difficile à supporter pour certains. de 33° la température monte à 38 voire 42°.

hébergement au gîte équestre LA FLORENTINE à CERESTE où Olivier nous accordera toute son attention, nous offrira des tournées de bière concoctée par ses soins, avec le houblon de son champ, son eau. C'est un personnage, Olivier, intéressant, attendrissant avec son chapeau de paille, n'aimant pas le gâchis : on relavait les gobelets plastiques, et grand amateur de musique. Mais nous tenions à nous coucher assez tôt pour être dispos le lendemain. Menu d'Olivier : salade de crudités, spaghettis bolognaise, fromages, millefeuille.

**35 km + 1000 m dénivelé positif**



## Lundi 12 juin 2017 : 2<sup>ème</sup> étape.

De colline en plateau, nous suivrons les crêtes de Monjustin, petit lac (rare dans le Lubéron, passage à Vitrolles-en-Luberon et ascension du Mourre Nègre (1125m) dans le Grand Luberon. restons lucides lors de la descente tourmentée du nord du massif. Ensuite le coloré plateau des Claparèdes et son cortège de champs de lavandes et de borries, et les vallons de l'Aiguebron font figure de trêve bucolique avant des montées et descentes successives. Après le pique-nique près du prieure de St Symphorien, direction Bonnieux et Lauris, le gîte le MAS DE LA RECAUTE , gîte de France équestre tenu par un jeune couple. Menu élaboré : quiche provençale, sauté de dinde à la provençale, fromages, et moelleux chocolat.

**58 km, + 1260 m dénivelé positif**



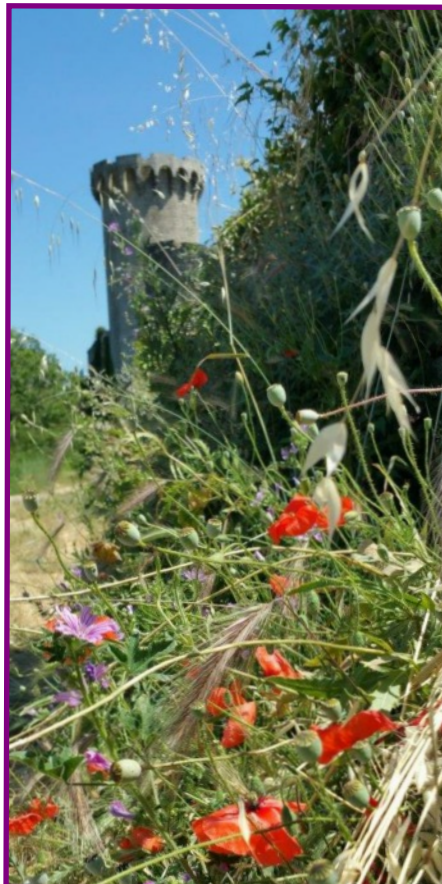
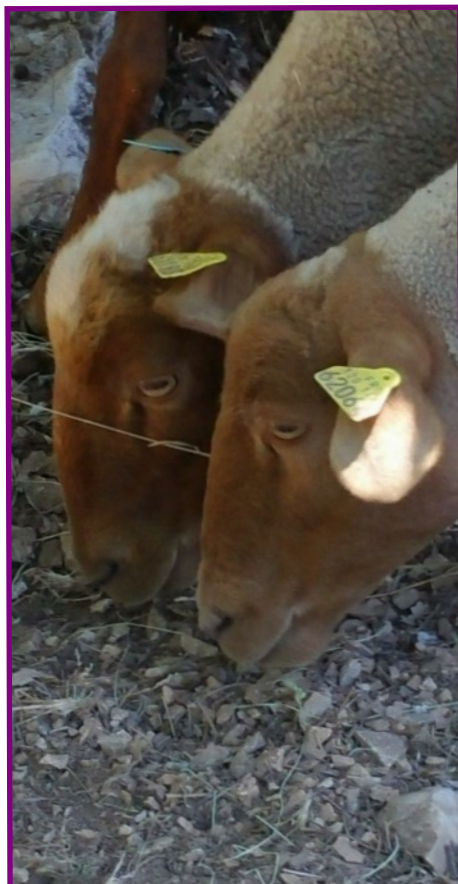
**mardi 13 juin 2017 :**

**3<sup>è</sup>me étape**

Longue montée matinale en fond de vallon débouchant dans une forêt de cèdres , on dévale les crêtes du Moure blanc, splendide vue panoramique, mais prudence dans les ressauts en rocher. Montée entre falaises et garrigues, descente entre les buis, un dernier travers débouche dans les sous-bois de MAUBEC.

hébergement au camping municipal avec un repas réservé à la pizzeria du joli village typique. Dîner à l'intérieur pour profiter de la climatisation : entrée melon/tapenade, aubergine, daube à la provençale (un délice) et tiramisù. Gîte les Royeres du Prieure à Maubec.

**48 km + 1480 m de dénivelé positif.**

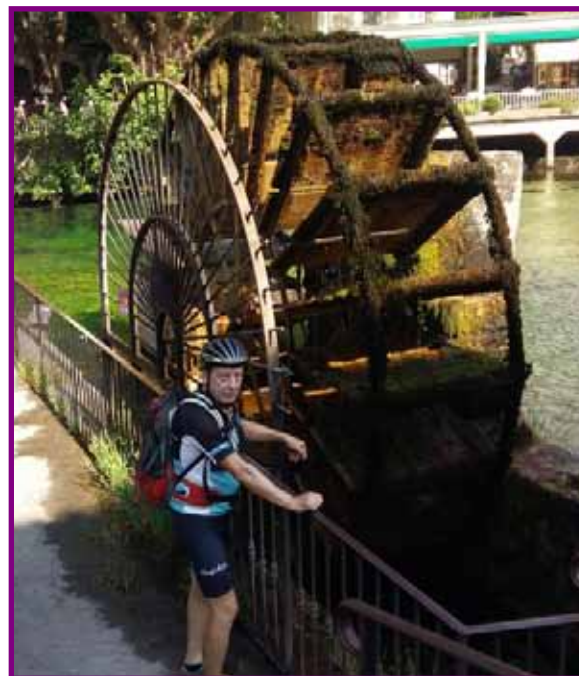


### mercredi 14 juin 2017 : 4<sup>ème</sup> étape.

Longue traversée au pied de la façade nord du petit Luberon, Fontaine de Vaucluse envahie par des centaines de touristes asiatiques portant ombrelle et parapluie pour se protéger du soleil. Pique-nique à l'ombre sous le viaduc. Montée par Saumane-de-Vaucluse (la route est encadrée de falaise calcaire superbe) sur Mourre de la Belle Etoile et descente sur VENASQUE, le pays des cerises.

Hôtel la GARRIGUE avec une piscine à l'arrière du jardin. au menu : brick chèvre chaud/tapenade-petite salade, gratin dauphinois/rôti de bœuf, moelleux chocolat servi sur la terrasse.

50 km + 1480 m dénivelé positif





### jeudi 15 juin 2017 : 5<sup>ème</sup> étape.

Remontée par la route pour rejoindre GORDES par les vallons, là aussi le village plaît beaucoup aux amateurs de villages typiques. Pique-nique sur un parking ombragé (l'ombre est très recherchée dans le pays). Ensuite difficile de se lancer dans la canicule direction ROUSSILLON et ses ocres. Une piscine nous attend. Mais là encore, au vu des difficultés du parcours, le groupe arrivera vers 19 h et ne pourra pas en profiter longtemps. le village de Roussillon est doté de ruelles comme tous les villages ici, où le master a du mal à grimper et circuler, les parkings sont limités et chers. L'après midi, surprise dans un ravin.. Nous aurons droit à du portage sur un sentier style via ferrata

Gîte extra, classe et chambrettes climatisées.

Repas en terrasse : assiette de charcuterie, cuisse de poulet/gratin dauphinois, soupe de fraises.

30 km + 880 m dénivelé positif. (petite journée de kilomètres mais plein d'aventures : tracé sur un GR avec des via-ferrata, cordes, échelles à flanc de falaises, portages de vélo à la chaîne)



## vendredi 16 juin 2017 : 6<sup>ème</sup> étape.

journée consacrée aux ocre. Chemins bucoliques ou sentiers engagés, drailles caillouteuses ou travers ensablés, raidillons ardues ou descentes rapides (ou moins rapides à pied car trop dangereuses), relances, bascules sinueuses. Sur le papier c'était une étape idéale pour boucler en beauté cette itinérance, mais la chaleur en a décidé autrement . On notera quelques abandons et rentrées par la route pour rejoindre le Gîte LE CHATEAU à RUSTREL. Plus de force pour aller visiter le splendide Colorado provençal déclinant tous les dérivés d'ocre sur des monticules impressionnants. Une seule idée : boire frais.

**40 km + 1210 m dénivelé positif.**





**Total : 260 km pour 7 300 m de dénivelé positif ;** on notera l'abandon de Mado au 2<sup>ème</sup> jour pour faire l'assistance, quelques variantes par la route pour quelques-uns, des ampoules pour Irène à force de marcher et pousser le vélo, des litres et des litres d'eau pétillante – et heureusement qu'on avait acheté une glacière électrique. Tout le monde a apprécié les salades, melons, et tous les fruits locaux achetés par Jean-Marie directement aux producteurs sur le bord de la route. Merci à lui pour ses attentions. Bravo à tous pour avoir tenu sous la chaleur, en vélo par la pampa, par la route, à pied, en camion. Vraiment on aurait apprécié le parcours avec une température normale.

