



DOMAINES NORDIQUES

Val d'Allos Haut Verdon

www.valdallos.com  
www.colmars-les-alpes.fr



**Secours**  
**Secours sur pistes**  
**La Colle-Saint-Michel** : 04 92 83 33 99  
**Ratéry** : 04 92 83 07 63  
Sur les parcours damés et balisés, les secours sont assurés pendant les horaires d'ouverture par le service des pistes et en dehors de ces horaires par les secours en montagne.  
**Val d'Allos** : 112 / 15

**Secours en montagne**  
Ces secours interviennent en domaine de montagne non sécurisé incluant les parcours raquettes non damés et balisés. Vous y circulez sous votre propre responsabilité. Nous vous engageons à la prudence. Avant votre départ informez vous sur les prévisions météorologiques et les conditions d'avalanche au 3250.  
Secours : 112 / 15



## Ratéry - Colmars-les-Alpes

Le ski de fond à l'ubac : neige poudreuse et mélézin dans une ambiance feutrée

Altitude 1700 m – 1790 m

À 6 km du village de Colmars, Ratéry est un petit domaine nordique complet, aux pistes entièrement tracées sous les mélèzes et sur une neige toujours d'excellente qualité grâce à l'exposition à l'Ubac et à l'altitude : 1700 m – 1790 m.

### Le site

Le domaine damé et balisé est ouvert tous les jours de 9h à 16h30 pendant les vacances scolaires, toutes zones confondues. En dehors des périodes de vacances scolaires, le site est fermé tous les jeudis. Il est constitué de 4 pistes de ski de fond, 20 kilomètres de parcours en boucle pour tous les niveaux, et 1 parcours raquettes, avec deux départs possibles (à partir de Colmars-les-Alpes ou du chalet d'accueil), 6 km à 11 km de randonnée.

Le domaine de Ratéry, c'est une ambiance hivernale garantie, à découvrir en raquettes ou en glissant sur de belles pistes enneigées. En clairière devant le centre nordique, une aire de luge accueille petits et grands. Au chalet d'accueil : location de matériel (skis et raquettes), vente de forfaits, bar et petite restauration.



### La Forêt de Ratéry

Depuis le chalet d'accueil, ce parcours raquettes vous emmène dans les bois de Ratéry jusqu'à Cabane Neuve. Une boucle agréable, en pleine nature, à découvrir à votre rythme !

#### Variante

Pour les plus aventureux, vous pouvez prendre le départ depuis Colmars-les-Alpes. À partir de l'Office de tourisme de Colmars-les-Alpes prendre la direction du Val d'Allos, le circuit démarre à droite après la bifurcation routière vers Ratéry. Le parcours s'engage dans une montée soutenue en sous-bois jusqu'au chalet de Ratéry.

### Yourte

Passez une nuit originale et chaleureuse dans une yourte ! Elle est équipée pour accueillir 12 personnes, uniquement sur réservation auprès du centre nordique.



### Point Info – Ratéry 1700

Centre nordique  
04 92 83 07 63  
www.facebook/ratery.foyerdefond

### Ratéry

Pistes de ski de fond	
1 La Source	2,5 km
2 Le Refuge	4,7 km
3 Eyguine	5,2 km
4 La Reynière	8 km

### Parcours raquettes

La Forêt de Ratéry	
Deux départs possibles :	
1	Départ de Colmars-les-Alpes / Arrivée au chalet
Non damé (1265 m – 1685 m)	
1	5 km / ½ journée
Damé (1685 m – 1790 m)	
1	Départ de Ratéry
1	5,8 km / Environ 2 heures

D	départ	Pistes de ski de fond
C	chalet accueil / vente forfait	— facile
P	parking	— moyen
+	secours	— difficile
+	secours	— très difficile
LOC	location de matériel	— itinéraire nordique
+	aire de luge	Parcours
+	toilettes	— raquettes
+	cabane	— piétons/raquettes
+	refuge	
+	aire de pique nique	
+	auberge/gîte	
+	bar petite restauration	
+	webcam	



## La Colle-Saint-Michel Thorame-Haute

Entre neige et lumière

Altitude 1430 m – 1760 m

Petit village bénéficiant d'un ensoleillement optimum, La Colle-Saint-Michel est un domaine unique entouré de grandes forêts et de vastes plateaux. La station possède un des plus beaux domaines nordiques des Alpes du sud, entre 1430 et 1760 m d'altitude.

### Le site

Le domaine damé et balisé est ouvert tous les jours, en fonction des conditions d'enneigement, de 9h à 17h. Il est constitué de 7 pistes de ski de fond, 1 itinéraire nordique, 2 parcours raquettes et 2 parcours piétons/raquettes. Au total 57 km de pistes de ski de fond, pour tous les niveaux. De longs parcours ou des boucles courtes et parfaites pour l'initiation, les classes de neige ou les compétitions. Du ski longue distance avec un itinéraire nordique de 21 km. Des randonnées pour chacun, avec 18 km de parcours pour les raquettes et 6 km pour la balade à pied ou en raquettes.

Et pour toute la famille une vaste aire de luge, le Courent, situé dans le pré en face du chalet d'accueil.

Au chalet d'accueil : location de matériel (skis, raquettes, luges...), salle hors sac et vente de forfaits.

Pistes de ski de fond	Itinéraire nordique
1 La Rochaille 4 km	Damage non garanti (1430 m – 1770 m)
2 Les Coulets 10,3 km	5 Champlatte 20,9 km
3 Les Frigouliers 13,8 km	Variante
4 Colle Baudet 16,8 km	• Pré de Thorame (A/R) 4,8 km
	De la ½ journée à la journée

### Refuges

La Colle Baudet (8 personnes) et la Cabane du Pré de Thorame (10 personnes). Ces refuges, en dortoir, sont situés sur le domaine nordique et en pleine nature ! Uniquement sur réservation auprès du centre nordique : 04 92 83 33 99

### Champlatte

En suivant cet itinéraire nordique, à parcourir en ski de fond ou skating, vous allez traverser un fabuleux domaine, entre plateaux et forêts, jusqu'à de grands espaces ouverts. Une variante vous permet d'aller encore un peu plus loin, jusqu'à la cabane du Pré de Thorame. Pour les randonneurs en raquettes, en suivant le circuit raquettes de la Cabane de Colle Baudet vous pouvez rejoindre l'itinéraire de Champlatte à partir du Fontanil.



### La Colle-Saint-Michel (Sud)

#### Parcours raquettes

Non damés (1430 m – 1535 m)	
1 Montruvél	3,0 km / 2h

#### Parcours piétons/raquettes

Damés	
1 Clot de la Colle	2,4 km / 1h (1430 m – 1475 m)
1 Tour de Montruvél	3,5 km / 2h

#### Parcours raquettes

La Forêt de Ratéry	
Deux départs possibles :	
1	Départ de Colmars-les-Alpes / Arrivée au chalet
Non damé (1265 m – 1685 m)	
1	5 km / ½ journée
Damé (1685 m – 1790 m)	
1	Départ de Ratéry
1	5,8 km / Environ 2 heures

Pistes de ski de fond	
1 Le Pré	1,1 km
2 Cabane Bleue	5,7 km
3 Cabane Rouge - Skating	5,6 km

### Point Info – La Colle-Saint-Michel

Centre nordique : 04 92 83 33 99 / www.ski-la-colle-st-michel.com / st-michel-pleine-nature@orange.fr



### La Colle-Saint-Michel (Nord)

#### Parcours raquettes

Non damés (1430 m – 1590 m)	
1 Cabane de Colle Baudet	8,2 km / ½ journée
1 Le Pendélix	7,4 km / ½ journée
Sur le parcours Cabane de Colle Baudet, à partir du Fontanil possibilité de continuer sur l'itinéraire nordique de Champlatte. Journée.	

### Cabane de Colle Baudet - le Pendélix

Deux directions possibles, vers la Cabane de Colle Baudet ou vers Le Pendélix, retour par les mêmes itinéraires. À recommander à tous les amoureux des grands espaces !

L'itinéraire serpente agréablement entre les pins jusqu'à la Cabane de Colle Baudet. Depuis la crête des Coulets, il permet de contempler de superbes points de vue sur le village de La Colle-St-Michel et le Pic de Rent. Une traversée de vastes plateaux boisés, souvent baigné de soleil.

Variante : sur le parcours de Cabane de Colle Baudet, à partir du Fontanil possibilité de continuer sur l'itinéraire nordique de Champlatte », comptez une journée entière pour cette randonnée.

### Clot de la Colle

Petite promenade en direction d'une ferme qui se poursuit jusqu'à un joli point de vue sur la vallée de Méailles. Le parcours est plat, agréable et sans aucune difficulté.

### Tour de Montruvél

Ce parcours vous emmène faire le tour de Montruvél, randonnée boisée à proximité des pistes de ski de fond Cabane Bleue et Cabane Rouge.

### Montruvél

Le sentier se dirige vers une ferme puis oblique vers la gauche pour s'orienter à travers bois vers le sommet de Montruvél. Une jolie vue sur les paysages alentours s'offre à vous et d'ici vous pouvez imaginer, à quelques mètres sous terre..., le passage du petit train des Pignes qui relie Nice – Digne.

## Haut Verdon Val d'Allos

Prenez le temps de vivre l'aventure des étendues nordiques...

Au cœur des Alpes du sud, la haute vallée du Verdon constitue un subtil mélange entre la tranquillité des grandes étendues de neige, les sites grandioses du Mercantour, la fête de l'hiver au cœur des stations de ski et les chaleureuses soirées des centres nordiques.

### À ne pas manquer...

Les sorties raquettes accompagnées vous permettent de découvrir la montagne en hiver en parcourant des itinéraires sauvages en toute sécurité. Les accompagnateurs diplômés et passionnés vous apporteront un éclairage supplémentaire sur la faune, la flore ou encore la nivologie. Renseignements dans les offices de tourisme.

### Respectez l'hiver !

La raquette est une manière idéale de découvrir la richesse de la forêt en hiver. Pour autant, cette saison est un moment difficile à passer pour les animaux qui ont du mal à se nourrir. Même s'ils ont souvent des réserves de graisse, leur vie s'écoule à un rythme bien plus lent que l'été pour ne pas consommer trop d'énergie... Ne leur faites pas peur en faisant du bruit. Ne les poursuivez pas, car chaque déplacement de fuite leur cause une dépense calorifique qui peut finalement amener l'épuisement de l'animal.

Et pour que chacun puisse apprécier cet environnement, remportez vos débris...

## Infos pratiques

• **Office de Tourisme du Val d'Allos**  
04 92 83 02 81 / 04 92 83 80 70  
www.valdallos.com  
info@valdallos.com



• **Office de Tourisme de Colmars-les-Alpes**  
04 92 83 41 92 – Fax : 04 92 83 52 31  
www.colmarslesalpes-verdoutourisme.com  
colmarslesalpes@wanadoo.fr

• **Contact Ratéry**  
www.facebook/ratery.foyerdefond  
04 92 83 07 63

• **Contact La Colle Saint-Michel**  
» Centre de ski nordique : 04 92 83 33 99  
www.ski-la-colle-st-michel.com  
st-michel-pleine-nature@orange.fr  
» Gîte d'étape : 04 92 83 30 78  
www.gite-haut-verdon.com  
» Auberge l'Oustalet : 04 92 83 23 80  
www.gite-auberge-colle-st-michel.com

• **Enseignement du ski de fond**  
École du Ski Français (ESF) : 04 92 83 00 65

• **Météo France** : 32 50

• **Secours** : 112 / 15

• **Infos sur l'état des pistes** : www.nordicalpesdusud.com

• **Webcam** sur les sites de La Colle-Saint-Michel et de Ratéry : skinordique-tv.eu

### Hébergement / Restauration

Retrouvez les hébergeurs et restaurants dans la documentation "Hiver" du Haut-Verdon Val d'Allos éditée par les Offices de tourisme de la Vallée.

### Pour Ratéry et La Colle-Saint-Michel

Le forfait d'accès aux pistes de ski de fond et de raquettes est obligatoire, il est en vente auprès des centres nordiques. Ce forfait permet notamment de financer l'entretien des itinéraires. L'accès aux parcours piétons/raquettes de La Colle-Saint-Michel est gratuit.

### Navettes Gratuites

Déplacez-vous en toute tranquillité ! Un réseau de navettes gratuites est en place dans la haute vallée du Verdon, renseignez-vous auprès des Offices de tourisme (Val d'Allos : 04 92 83 02 81, Colmars les Alpes : 04 92 83 41 92).

# Val d'Allos

## randonnées et balades nordiques, ski de piste... Un savoureux cocktail !

Altitude 1410 m – 2060 m

### 2 Le Plan et le Circuit Trappeur – 3 Vallau

Départ de Val d'Allos – Le Village  
Le long du Verdon

Depuis l'Office de tourisme, dirigez-vous vers le parking près de l'école de conduite sur glace (Parc de loisirs l'été), par le téléphérique des Guinands (gratuit) ou à pied. Rejoignez le chemin qui longe le Verdon, point de départ de la balade. Le parcours du Plan est une promenade sans dénivellé qui longe le cours descendant de la rivière. Ce parcours est aussi le siège du circuit trappeur, itinéraire ludique pour les enfants et les plus grands à la découverte de la montagne l'hiver. Si vous choisissez de remonter le cours du Verdon vous suivez la piste de Vallau, un parcours facile en rive droite et rive gauche de la rivière.



Au Val d'Allos, les plaisirs de la neige se conjuguent au pluriel. Ici des parcours nordiques (raquettes et/ou piétons) jalonnent chacun des sites du Val d'Allos pour le plaisir de tous. Du charmant village d'Allos aux stations, les itinéraires vous emmènent le long du Verdon, dans les mélèzins, dans le grand cirque blanc à la découverte d'un espace préservé.

### Le site

Le domaine damé et balisé est ouvert de 9h à 16h. Les parcours sont répartis sur les trois sites du Val d'Allos. Le domaine est constitué d'un vaste espace nordique, 3 parcours raquettes, 3 parcours piétons/raquettes, 1 itinéraire raquettes longue distance et 1 parcours de découverte du milieu montagnard, le « circuit trappeur ». Au total 11 km à pied ou en raquettes, des balades pour toute la famille ; 16 km de parcours raquettes en pleine nature et 12 km d'itinéraires raquettes pour partir à la découverte d'espaces préservés.

### Recommandations pour la sécurité des skieurs

- Respectez les sens de circulation des pistes
- Ne stationnez pas sur les pistes
- Si possible, ne partez pas seul, et dans tous les cas, informez une tierce personne de votre itinéraire
- Ne surestimez pas vos possibilités
- Portez toujours votre vignette de manière visible

### Quelques conseils avant un départ en raquettes...



### Votre équipement :

- \* un ou deux bâtons de ski ;
- \* de quoi vous couvrir, de l'eau, un pique-nique si vous partez plus d'une demi-journée ;
- \* lunettes et crème solaire ;
- \* des chaussures et vêtements adaptés ;
- \* des jumelles pour observer les animaux.

### Et pour votre sécurité :

- Pensez à calculer votre temps de marche pour évaluer la durée de votre randonnée
- Informez-vous sur les conditions météorologiques
- L'approche de la montagne en hiver requiert de bonnes connaissances du milieu hivernal (risques liés aux conditions météorologiques, évolution du manteau neigeux...). Les circuits balisés sont tracés pour qu'ils ne présentent aucun danger (avalanches...). Sachez que vous les empruntez tout de même sous votre propre responsabilité. Restez sur l'itinéraire fléché, sans vous aventurer dans des vallons ou des descentes non balisés (risques de coulées de neige, de trous, de barres rocheuses...). Suivez les panneaux de balisage et non les traces laissées par d'autres raquettes !
- Marche à pied et usage des raquettes à neige à Ratéry et La Colle-Saint-Michel sont interdits sur les pistes damées pour le ski de fond.

### Point Info – Val d'Allos

Office de Tourisme du Val d'Allos  
04 92 83 02 81 / 04 92 83 80 70  
www.valdallos.com - info@valdallos.com



### 4 Grand-Prés

Départ de Val d'Allos – La Foux

Depuis l'Office de tourisme, rejoignez le parking du Pont de Labrau, longez la route jusqu'au pont qui enjambe le Verdon. Vous êtes au point de départ. Une montée sillonne des sous-bois (soyez vigilant au ravin de l'Auriac, restez sur la passerelle) jusqu'à ce que le paysage s'ouvre et vous offre une vue imprenable.

### Val d'Allos – La Foux

Parcours piétons/raquettes

Damé (1875 m – 2060 m)  
1 Cabane de la Sestrière  
3 km / ½ journée

Parcours raquettes

Non damé (1730 m – 1920 m)  
2 Grands Prés  
3,4 km / ½ journée

### 1 Cabane de la Sestrière

Départ de Val d'Allos – La Foux

Depuis l'Office de tourisme, rejoignez le quartier des étoiles. Le départ se situe à gauche dans le premier lacet du dernier bâtiment. Suivez le sentier damé qui monte tranquillement jusqu'à la Cabane de Sestrière. C'est dans ce vallon que le célèbre Verdon prend sa source. Le retour se fait par le même itinéraire. Ce parcours est idéal à pied et pour promener les enfants en luge.



### Val d'Allos – Le village

Parcours piétons/raquettes

Damé (1425 m – 1790 m)  
2 Le Plan et le Circuit Trappeur  
3,9 km / 1h30 (1410 m – 1475 m)  
Non damé  
3 Vallau  
4,4 km / 1h30

Parcours raquettes

Non damés (1425 m – 1790 m)  
1 Forêt de Vacheresse  
7,1 km / Journée (1425 m – 1720 m)  
2 La Haute Perrière  
5,2 km / ½ journée

### 1 Forêt de Vacheresse

Départ de Val d'Allos – Le Village

Depuis l'Office de tourisme, rejoignez la Mairie (longez la salle des fêtes), vous êtes au point de départ. Une montée à travers champs rejoint le parcours de Vacheresse, vous êtes en lisière du Parc National du Mercantour. Cette randonnée se poursuit en forêt au milieu d'un beau mélèzin.

Variante

si l'enneigement est insuffisant.

Départ au croisement de la route du Breç et de la piste de Vacheresse, au panneau "Vacheresse" suivre la piste.

### 2 La Haute Perrière

Départ de Val d'Allos – Le Village

Depuis l'Office de tourisme, dirigez-vous vers la Mairie. Continuez entre la mairie et le pôle médical sur la route principale, franchissez le pont du Chadoulin pour arriver sur l'espace de valorisation du tri sélectif. Vous êtes au point de départ. Une montée en lacets rejoint la ferme de Sainte Brigitte (soyez vigilant, vous allez ici traverser le ravin de Ribion qui peut être verglacé). Suivez ensuite le parcours pour arriver à la ferme de la Haute Perrière. Ne pas aller sur la terrasse, risque d'effondrement ! La descente s'effectue par le même itinéraire.



### 3 Maison Forestière de Valdémars

Départ de Val d'Allos – Le Seignus

Depuis l'Office de tourisme de Val d'Allos – Le Seignus, dans la montée à sens unique qui rejoint le centre station, prendre la bifurcation à droite pour rejoindre le quartier des Champons, lieu-dit La Rouine, vous êtes au point de départ. La montée à travers bois n'est pas damée, elle débouche ensuite sur une belle piste forestière damée. Cet itinéraire nordique traverse des espaces sauvages et vous emmènera jusqu'à la maison forestière, sous les crêtes de Valdémars.

### Val d'Allos – Le Seignus

Itinéraire raquettes

Damé sauf au départ de l'itinéraire, 12 km non damé (1570 m – 2030 m)  
3 Maison Forestière de Valdémars  
12,4 km / Journée

