

**Compte – rendu du séjour VTC au gîte de Venasque à Moustiers sainte Marie**  
**Du 17 au 21 juin 2024 ,**

**Organisateurs :** Jean – Louis Nicollet , Hervé Gander ,

**12 participants :** 3 héroïnes : Annick , Anne - Marie , Marie Christine ,  
9 héros : Jean – Louis , Bernard , Patrick , Bruno , Christian ,  
Norbert , Michel et Michel , Hervé ,

**Le gîte :** Accueil chaleureux , dortoir exigü , chambre confortable , cuisine provençale  
excellente , petit déjeuner royal , produits locaux et maison ,

**Les Parcours :**

**Lundi 17 :** Les terres noires à Digne : 32 km – D+:1000m ,

Parcours exigeant physiquement , plusieurs poussages , descentes à sensations dans un  
univers lunaire de marnes avec des transitions en forêt magnifiques par beau temps chaud ,

**Mardi 18 :** La boucle de saint Jurs au départ du gîte : 32 km - D+ : 1051 m ,  
Changement d univers , chemins pierreux provençaux avec de fatigants poussages , terre  
rouge , senteur de thym , La veille a laissé des séquelles un animateur raccompagne un  
participant , le reste du groupe poursuit , beau temps , un bris de chaîne à déplorer .

**Mercredi 19 :** Tour du lac de sainte Croix : 56 km – D+ : 900m ,  
Beau temps chaud se couvrant en fin d après midi , Circuit magnifique pour ses panoramas  
sur l entrée des gorges du Verdon et toujours ces agréables odeurs de thym ,

**Jeudi 20 :** Cloués au gîte par la pluie , Bruno nous initie à un jeu de société , « les loups  
garoux » , on patiente et ça met de l ambiance , Picnic au gîte , la pluie cesse , départ pour  
le parcours prévu , direction la Palud sur Verdon , le col des abbesses , le gîte ,  
33 km , D+ : 940 m ,  
Environnement plus montagneux autour du montdenier , timides éclaircies , belle descente  
vers le gîte très cassante du fait de pierres rondes ou acérées ,

**Vendredi 21 :** Circuit entre Sainte Croix et Esparron au départ de Montagnac ,  
56 km , D+ : 900 m ,

Joli parcours odorant entre champs de lavande , de sauge , de thym et d immortelles ,  
point de vue sur les lacs , chemins roulants ,

**Le groupe :** Grande convivialité , solidarité et entraide dans l effort empreinte de gaieté ,  
beaucoup de plaisir à être ensemble , Des jeux pour animer , une danse style transe  
vaudou au son d une percussion d un vttiste breton de passage pour une danseuse endiablée  
dont je tairai le nom ,

Merci à ceux qui ont amené quelques bouteilles pour les apéros et félicitations à Norbert  
pour ses délicieuses terrines ,

Unanimement tout le monde est prêt à repartir pour de nouvelles aventures l an prochain ,  
L acquisition de la remorque facilite bien les déplacements ,

Hervé Gander

