

Balade n°1 : Les Martines - La Croix du Ban - Valency

Cotation : peu difficile (dès 6 ou 7 ans pour des enfants courageux)

Durée : 1h30 hors arrêts

Distance : 5,6 km

Dénivelée + : 184 m. entre point de départ et Col de la Croix du Ban

Départ : à la cote 406, dans le virage entre Le Verdy et Les Martines (stationnement possible).

1. Prendre le sentier de droite, fléché n°18. Remonter ce chemin peu incliné. Rester le long du ruisseau du Verdy sur 1,3 km (environ 20 minutes), puis prendre à droite et marcher environ 200 m.
2. Prendre alors le sentier le plus à gauche et le remonter sur 500 m pour rejoindre le sentier venant du Rizoud. Le prendre à droite et remonter sur 200 m pour rejoindre la route de la Croix du Ban.
3. Arrivé au parking, emprunter sur la droite la route forestière et la quitter aussitôt pour prendre le sentier sur votre droite. Passer au-dessus de falaises et admirer la vue. Suivre ce même sentier sur 1,5 km jusqu'à la cote 506.
4. Prendre à droite et suivre le sentier sur 600 m pour rattraper la voie communale (Valency). La descendre puis prendre à gauche pour rattraper la route départementale (D70). La traverser prudemment pour rejoindre le Verdy par le sentier puis poursuivre tout droit jusqu'aux Martines (650 m depuis Valency).
5. Remonter jusqu'à la route départementale (D70) ; prendre la route sur la droite pour rejoindre le point de départ.

Après l'effort, le réconfort : vous avez bien mérité d'aller vous offrir une boisson et/ou un bon repas dans l'un des commerces au centre du Village !

Il est rappelé que cette description vous est donnée à titre strictement informatif et que son usage reste sous votre seule et entière responsabilité. Il vous appartient de prendre toutes les mesures nécessaires pour votre sécurité.