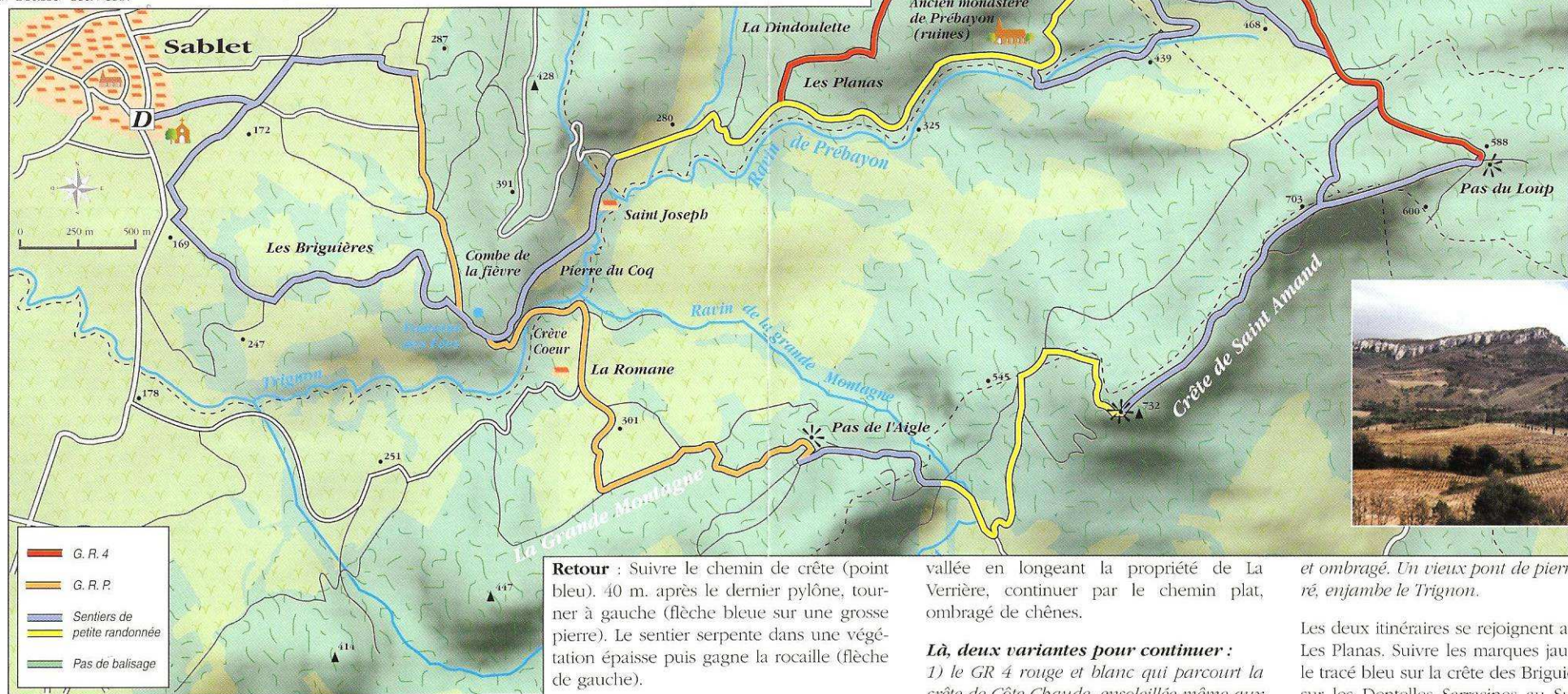


Départ : Chapelle Saint Roch. Itinéraire bleu Jusqu'au bas de la colline de Cheval long. Là, prendre à droite le GR de pays jaune/rouge pour arriver à la Fontaine des fées. Peu après descendre, par le sentier dans le ravin du Trignon, pour remonter sur l'autre versant (passage dénommé le Crève Coeur). Prendre à droite une route goudronnée jusqu'à une ferme restaurée. Là, suivre le chemin entre les vignes qui vous mènera, après deux grandes courbes, au bas de la Grand Montagne ou Grand Travers.

Poursuivre à gauche environ 300 mètres en longeant la dernière vigne, puis à droite le sentier qui monte en serpentant dans la forêt au flanc de la Grand Montagne (toujours balisage jaune-rouge).

Ce sentier débouche sur une route forestière; là, continuer à gauche (balisage point bleu) en direction du Pas de l'Aigle (vue). Ensuite emprunter le balisage jaune pour monter et déboucher sur la route forestière de Crestet à Suzette, où l'on rejoint le sentier (point jaune).

Ce sentier grimpe au milieu des buis jusqu'au sommet de Saint Amand, plateau de 732 mètres qui domine le massif. Prévoyez d'y pique-niquer car la vue y est exceptionnelle sur l'ensemble de la région : Mont Ventoux (E), Dentelles de Montmirail (S), Monts du Vaucluse (S), la plaine de l'Ouvèze et ses vignobles (W).



Saint Amand

Durée : 6 heures

Dénivelée : 800 mètres

Retour : Suivre le chemin de crête (point bleu). 40 m. après le dernier pylône, tourner à gauche (flèche bleue sur une grosse pierre). Le sentier serpente dans une végétation épaisse puis gagne la rocaille (flèche de gauche).

Variante : sur le milieu de cette crête un sentier (point bleu) s'en va au Nord. Si on l'emprunte on arrive à travers rochers et bois jusqu'au Monastère de Prèbayon.

Sinon, en continuant, on arrive jusqu'au Pas du Loup (vue). Là, s'engager sur le GR 4 Nord (rouge-blanc) qui vous ramène vers la

vallée en longeant la propriété de La Verrière, continuer par le chemin plat, ombragé de chênes.

Là, deux variantes pour continuer :

1) le GR 4 rouge et blanc qui parcourt la crête de Côte Chaude, ensoleillée même aux dernières heures de la journée. La végétation peu élevée laisse une vue dégagée face aux Dentelles de Montmirail.

2°) s'engager à gauche (balise bleue doublée de point jaune) sur un sentier qui descend sous les chênes jusqu'à Prèbayon (ruine d'un monastère du VIII^e siècle). au fond du ravin du Trienon, lieu de pèlerinage calme

et ombragé. Un vieux pont de pierre restauré, enjambe le Trignon.

Les deux itinéraires se rejoignent au lieu dit Les Planas. Suivre les marques jaunes, puis le tracé bleu sur la crête des Brigières (vue sur les Dentelles Sarrasines au Sud et sur Séguret au Nord). Arrivé sur le chemin goudronné, descendre par un sentier; à droite indiqué par un poteau. Aux premières maisons, on retrouve un chemin goudronné, enfin un chemin de terre qui vous ramènera à Sablet.