

Nom	Distance	Dénivelé	Temps
-----	----------	----------	-------

Allos

Le Plan	1	4 km	50D+/-	1h
La Baumelle	2	8 km	150 D+/-	1h30
Variante par Prémín	3	3 Km	150 D+/ 50 D-	30min
Vacheresse	4	13 km	400 D+/-	2h30
L'herbe Blanche	5	13 km	600 D+/-	2h30
Montgros	6	7 km	400 D+/-	1 h 30

Le Seignus

Cabane de Valdemars	7	20 km	550 D+/-	3 h
Prémín	8	6 km	150D+ / 550D-	1 h

La Foux

Sources du Verdon	9	6 km	250 D+/-	1 h 30
La Foux Village Par le plateau	10	6 km	350 D+/-	2 h
Les Ponchus Depuis col d'Allos	11	5 Km	100 D+/600 D-	1h

Tête de Sestrière*	12	11 km	1000 D+/350 D-	3h
--------------------	----	-------	----------------	----

*Attention itinéraire dangereux, portage obligatoire / expert only



Infos



Météo Allos



Carte des troupeaux



Plan & détail des itinéraires

Plan disponible à l'office du Tourisme

Légende et balisage



Itinéraire facile
Easy



Itinéraire moyen
Intermediate



Itinéraire difficile
Difficult



Itinéraire très difficile
Expert only



Danger



Aller tout droit



Tourner à droite

Numéro d'urgence 112