

Sentier du Roc

The Roc Trail



En empruntant le sentier du Roc, vous accéderez au sommet du Roc. Une vue exceptionnelle sur la vallée du Verdon vous y attend.

Installée au sommet du Roc depuis le 13^{ème} siècle, la chapelle Notre-Dame du Roc domine et protège la ville de Castellane.

Le sentier du Roc au départ de l'église du Sacré Cœur est un chemin de croix créé en 1868 et jalonné par quatorze stations et deux oratoires.

Des processions sont organisées chaque année jusqu'à la chapelle.

The hike will lead you up to the Roc summit. You will there be amazed by an exceptional view over the Verdon valley.

Set up on the Roc summit since the 13th century, the chapel of Notre-Dame du Roc dominates and protects the city/village of Castellane.

This hike, departing at the Sacré-Cœur's church, was created in 1868 to do the stations of the cross, and is therefore lined with fourteen stations and two oratories. Processions take place each year up to the Chapel.



Informations randonnée

- Dénivelé : 185 m
Height difference : 185 m
- Distance : 1 km environ
Distance : 1 km
- Durée de la montée : 45 min
Duration : 45 min

Les règles de bonne conduite du randonneur

- Partez bien chaussés, bien équipés et avec une quantité d'eau suffisante. Il n'y a pas de point d'eau sur le parcours.
- Ne créez pas de raccourcis afin de limiter le piétinement de la végétation et l'érosion des sols.
- Suivez les itinéraires balisés et autorisés. Ne sortez pas des sentiers aménagés, respectez les propriétés privées et les cultures.
- Restez courtois et respectueux envers les personnes rencontrées. Le chemin est utilisé tout au long de l'année par d'autres usagers pour leur travail ou leurs loisirs.
- Ne cueillez pas de plantes ou de fleurs. Certaines sont rares et protégées même si l'abondance en un lieu précis pourrait laisser présager du contraire.
- N'abandonnez pas de débris et ne faites pas de feu.
- Respectez la réglementation propre à la Réserve naturelle Géologique de Haute-Provence et au Parc Naturel Régional du Verdon.
- Des bancs sont mis à votre disposition sur le sentier, respectez les.
- La chapelle Notre-Dame du Roc est ouverte au public, n'oubliez pas qu'elle est un lieu de culte et de recueillement.

Adresses utiles

Les secours

- CODIS Tél. : 18
- Numéro de secours européen : 112

Les informations touristiques

- Office de Tourisme de Castellane : 04 92 83 61 14 – www.castellane.org
- Maison Nature & Patrimoines de Castellane : 04 92 83 19 23
- Relais du Parc du Verdon : 04 92 83 53 89

Avertissement

Les randonneurs parcourent l'itinéraire décrit sous leur propre responsabilité. Les co-auteurs de ce document ne sauraient en aucun cas être tenus pour responsables des accidents éventuels.

Quelques informations historiques

En empruntant le sentier du Roc, vous passerez à côté des ruines de Petra Castellana, ancien site fortifié datant du 11^{ème} siècle. Tout au long du sentier, des panneaux vous expliquent des moments d'histoire de la cité.

Pour aller plus loin, un livret-découverte « Du Roc au Serre » est en vente à l'Office de Tourisme et la Maison Nature & Patrimoines.

Une table d'orientation installée à proximité de la chapelle Notre-Dame du Roc vous donne des informations sur les montagnes aux alentours.

Walking on this footpath, you will go along the ruins of Petra Castellana, an old fortified site built in the 11th century.

All along the path, boards will highlight some important periods of Castellane's history.

To go further, a discovery-leaflet is available for sale at the Tourist information office and the Nature & Heritage Home.

A panoramic table near the Chapel offers information about the view and the mountains that you can admire from there.

La chapelle Notre-Dame du Roc a été détruite et reconstruite de nombreuses fois. Son apparence actuelle date du 19^{ème} siècle. La chapelle est dédiée à la Vierge, sainte patronne de Castellane. De nombreux ex-voto recouvrent les murs intérieurs, témoins de la ferveur et de la reconnaissance des habitants.

Un prospectus sur l'histoire de la chapelle Notre-Dame du Roc est disponible à l'Office de Tourisme et à la Maison Nature & Patrimoines de Castellane.

Destroyed and rebuilt many times, the chapel as you can see it now dates back to the 19th century. It is dedicated to the Virgin Mary, the patron saint of Castellane. As witnesses of the ardour and gratitude of Castellane inhabitants, many votive offerings covers its inside walls.

A leaflet relating the history of the Chapel is available at the tourist information office and the Nature & Heritage Home.



Variante du sentier

Vous pouvez également rejoindre le sentier du Roc en empruntant le chemin qui longe les remparts de la ville (départ à partir du Boulevard Saint Michel).

Vous passez à proximité de la Tour Pentagonale, tour emblématique des remparts, classée Monument Historique.

Profitez-en pour faire une pause aux Jardins de la Tour, admirez les « restanques » (terrasses aménagées pour cultiver) et la vue sur les toits de la ville.

You can also join the Roc hike by taking the footpath which goes along the city walls. You will walk nearby the Tour Pentagonale, emblematic tower of the city walls, listed as historical monument.

You may take a break in the Tower Gardens and look at the "restanques" (laid out cultivation terraces) and the view over the city rooftops.



Des fiches randonnées éditées par le Parc Naturel Régional du Verdon et des cartes randonnées éditées par la Communauté de Communes du Moyen Verdon sont en vente à l'Office de Tourisme et à la Maison Nature & Patrimoines.

The tourist information office and the Nature & Heritage Home will present you some hike sheets and will offer them for sale.



CE PANNEAU EST OFFERT PAR L'ASSOCIATION LES AMIS DE NOTRE DAME DU ROC