



Stations de Trail®

DES TERRITOIRES  
À DÉCOUVRIR  
EN COURANT !

Idée Séjour Trail  
Station de Trail de Haute Provence –  
Digne-les-Bains



**Week end Evasion**

**2 Jours / 1 Nuit**



# Stations de Trail®

DES TERRITOIRES  
À DÉCOUVRIR  
EN COURANT !

## La Station de Trail de Haute Provence

Nous vous accueillons à Digne-les-Bains. L'office du tourisme est à votre disposition pour toutes questions éventuelles.

Au cœur de l'UNESCO Géoparc de Haute Provence, le dépaysement commence par un parfum de lavande aux notes enivrantes qui vous conduit jusqu'à la capitale historique du brin bleu. C'est au fil de l'eau que la Haute Provence va se dévoiler, depuis les thermes de Digne-les-Bains jusqu'au lac du Verdon. Laissez-vous porter et faites le plein de nature !

### Les Equipements et services :

- > Conseils et informations
- > Carte Guide Trail de la station

### Horaires :

- > En juillet, août et septembre nous vous accueillerons tous les jours de 8h30 à 18h30, 9h30-12h et 14h30-16h30 le dimanche et les jours fériés.
- > D'avril à juin et en octobre : tous les jours de 9h à 12h et de 14h à 18h, 9h30-12h et 14h30-16h30 le dimanche.
- > De janvier à mars et novembre/décembre : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h, 9h-13h le samedi

### Contact et réservation :

- > Office de Tourisme +33 (0) 4 92 36 62 62



# Stations de Trail®

DES TERRITOIRES  
À DÉCOUVRIR  
EN COURANT !

## Activités à Digne-les-Bains

### Les Activités Culturelles :

> Musée Gassendi : art, histoire locale, science physique et naturelle.

11h-19h du lundi au dimanche, fermé le lundi - 04 92 31 45 29

> Musée de la lavande : histoire et culture de la lavande autour de Digne.

11h-19h du mardi au samedi, 12h-18h le lundi, fermé le dimanche - 04 92 31 14 90

> Musée promenade : grand parc ombragé avec des sentiers thématiques, collection d'ammonites, aquarium tropicaux.

9h-19h, tous les jours - 04 92 36 70 70

> Maison Alexandra David Néel : demeure de la célèbre exploratrice, orientaliste et écrivain française.

9h45-12h, 13h45-18h, du mardi au dimanche - 04 92 31 32 38

> Crypte archéologique Notre Dame du Bourg : traces de construction à l'emplacement exact des origines de la ville.

14h-19h, du mardi au samedi - 04 92 61 09 73

### Les Activités Sportives Ludiques :

> Complexe aquatique Les Eaux Chaudes : piscine, hammam, sauna, salle de musculation.

Ouvert tous les jours en été de 10h à 19h, 18h le week-end - 04 92 36 36 00

- VTT, cyclo tourisme, randonnées, via ferrata, escalade, parc aventure, parapente, canyoning...

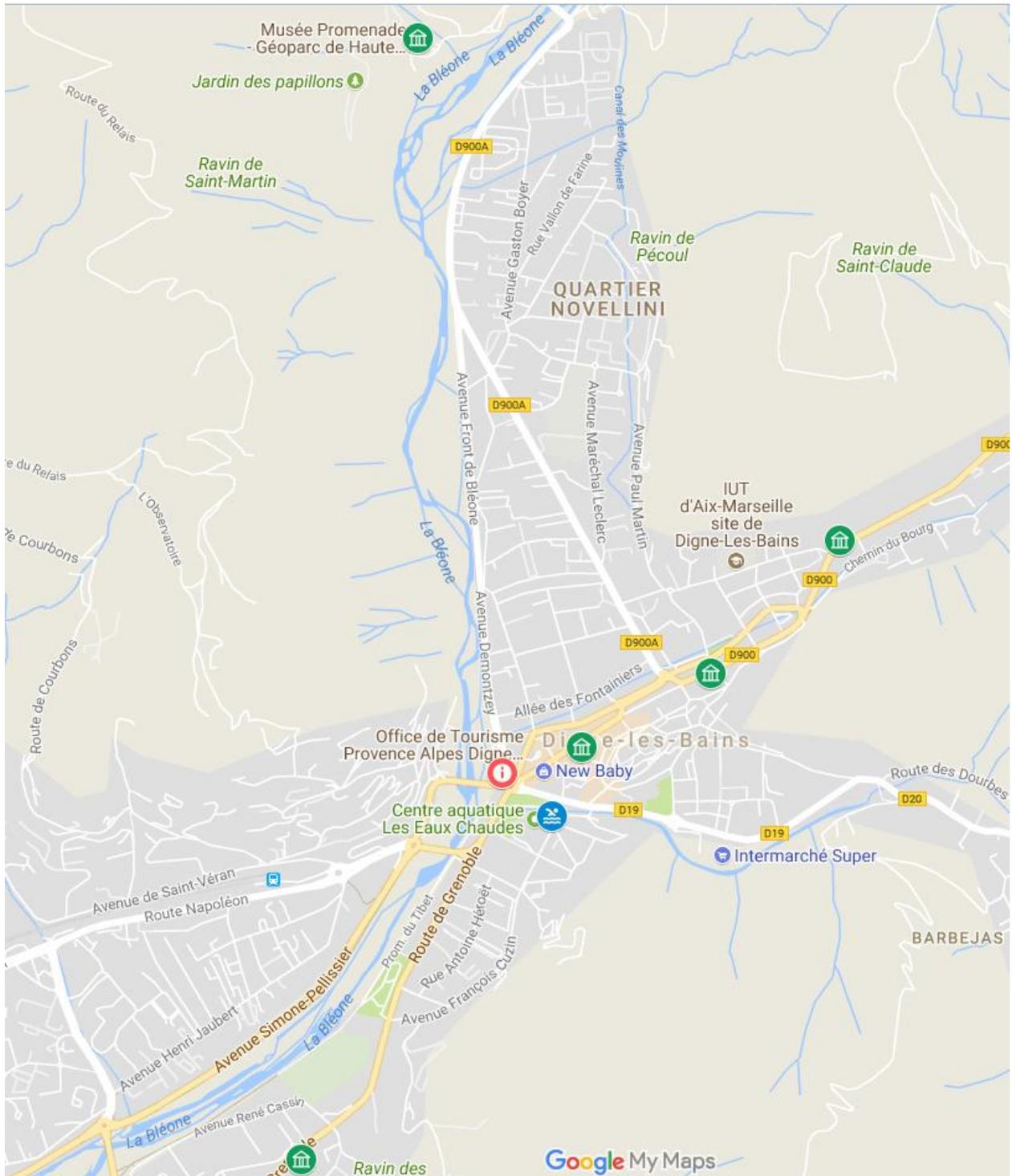
plus d'infos à l'office de tourisme.



# Stations de Trail®

DES TERRITOIRES  
À DÉCOUVRIR  
EN COURANT !

## Plan de Digne-les-Bains





## Suggestion de programme pour 2 jours

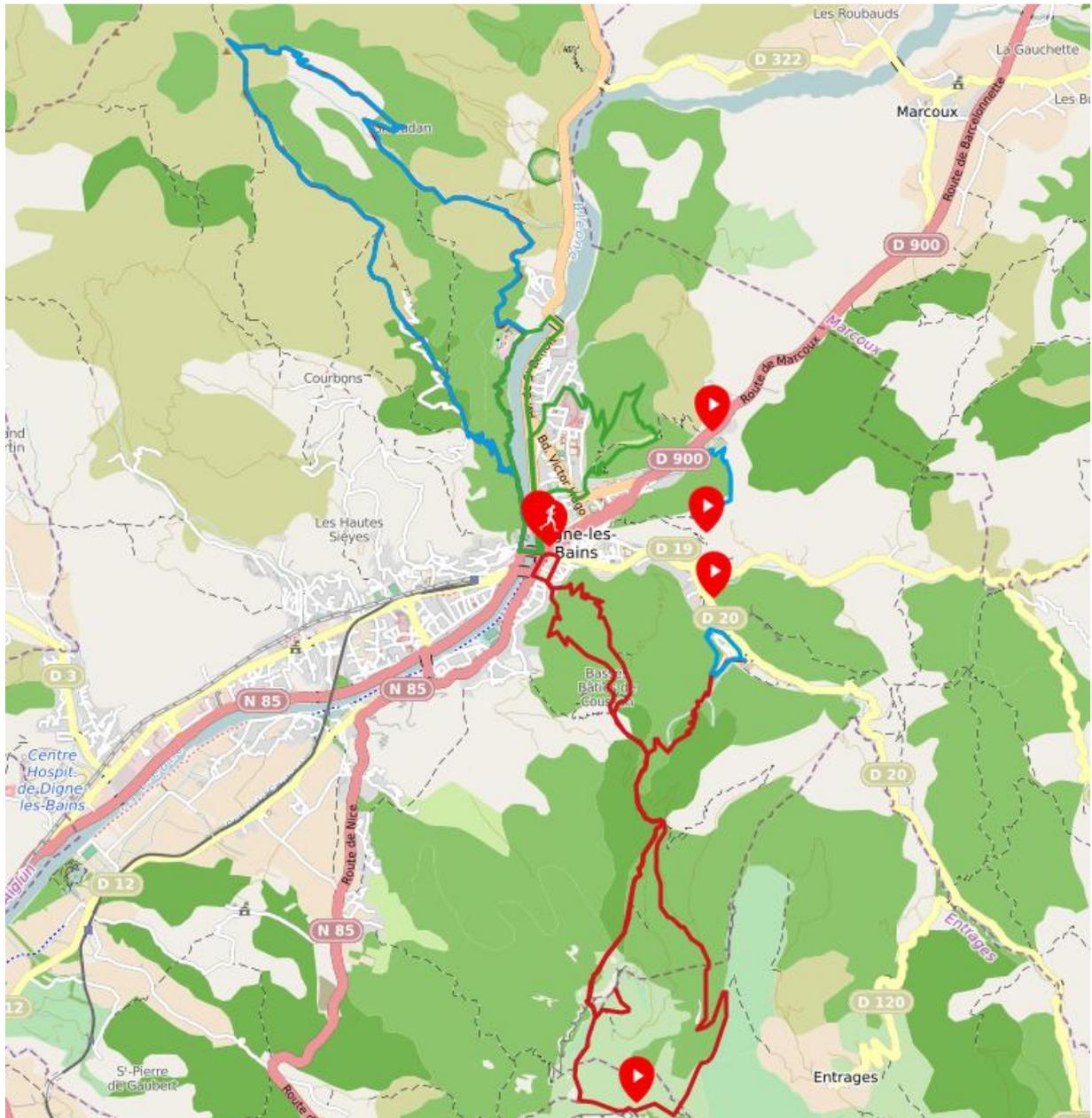
\* Niveau « découverte » / \*\*Niveau « confirmé »

	Matin	Après-midi	Les plus
Jour 1	<p><u>Journée découverte :</u></p> <p>Accueil à l'Office de Tourisme, remise de la carte guide trail de la station</p>	<p><u>Boucle niveau découverte :</u> n° 1 Les Trois Chapelles : 6.6km, 309m D+ ou n°2 : Caguerenard, le Darau, Martinon, 16.3 km, 1079m D+</p> <p><u>Boucle niveau confirmé :</u> n°3 : Sommet du Cousson, Martinon, le Darau, 32.4km 2138 D+</p> <p><u>Récupération :</u> Bain bouillonnant aux huiles essentielles + 30min de modelage relaxant adapté aux sportifs (dos, jambes, pieds) aux Thermes de Digne les Bains</p>	<p><i>C'est l'occasion de découvrir le Musée de la Lavande !</i></p>
Jour 2	<p><u>Journée horizon :</u></p> <p>KMV Le Cousson : n°12, 5.5km 897m D+ ou KMV Race : N°13, 1.1km 229m D+</p>	<p><u>Activité culturelle OU activité sportive ludique :</u></p> <p>Visite du Musée Promenade OU Via Ferrata de Digne-les-Bains en autonomie ou accompagné (renseignement et réservation à l'office de tourisme)</p> <p><u>Récupération :</u> Salle de fitness, hammam et sauna au complexe aquatique Les Eaux Chaudes.</p>	<p><i>Vous êtes amateurs d'art, d'histoire ou de sciences ? Visitez le Musée Gassendi !</i></p>



# Stations de Trail®

DES TERRITOIRES  
À DÉCOUVRIR  
EN COURANT !



Téléchargez  
la nouvelle  
application

Stations de Trail



### 1 Géolocalisez-vous

Guidage en temps réel sur les parcours grâce à la fonction GPS, à la réalité augmentée (indications photos et audios) et au téléchargement des cartes en zone non couverte par le GSM

### 2 Retrouvez les parcours

Des informations pratiques pour planifier votre course (durée, dénivelé, distance, calcul d'itinéraire jusqu'au point de départ...)

### 3 Enregistrez vos chronos

Fonction chrono pour enregistrer vos performances, les partager avec vos amis et les comparer aux autres traileurs

Application disponible sur App Store & google Play



BY RaidLight

RETROUVEZ TOUTE L'ACTUALITÉ SUR

[www.stationsdetrail.com](http://www.stationsdetrail.com)

[facebook.com/reseautstationsdetrail](https://facebook.com/reseautstationsdetrail)