

La colline de Saint-Mens

CA Gap-Tallard-Durance - Gap



(Fabien Thibault)



Ce circuit vous emmène découvrir la colline de St-Mens qui culmine à 950m offrant de jolis panoramas sur la ville de Gap.

Parcours facile et ombragé.

Une variante notée "3bis" vous permet de raccourcir la balade!

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 1 h 30

Longueur : 4.8 km

Dénivelé positif : 222 m

Difficulté : Très facile

Type : Boucle

Thèmes : Faune, Flore et forêt

Itinéraire

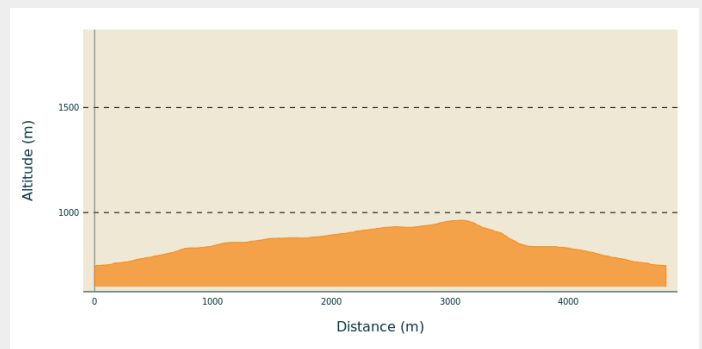
Départ : EPHAD Saint-Mens, Gap

Arrivée : EPHAD Saint-Mens, Gap

Balisage : — PR

Communes : 1. Gap

Profil altimétrique



Altitude min 747 m Altitude max 964 m

Cette randonnée est balisée n°3 sur le terrain

1. Depuis le parking, prendre le large chemin qui monte à gauche de l'EHPAD et contourne le bâtiment pour entrer dans un petit bois.
2. A la sortie du bois, traverser le champ de la Blâche. Au panneau indicateur de randonnée installé en face, passer un petit talus pour rejoindre le chemin de St-Jacques (GR 653 D).
Au loin vous remarquerez une montagne dont la forme étrange lui a donné son nom: "le chapeau de Napoléon". L'empereur étant passé à Gap en 1815, lors de son retour triomphale de l'Île d'Elbe.
3. Remonter le chemin jusqu'à l'aire de pique-nique de Molines. La traverser dans toute sa longueur.
4. Arrivé à la route, la suivre vers la droite sur environ 20m, puis prendre à gauche le large chemin qui part à plat, et tout de suite à droite le sentier qui monte en lacets à travers bois.
Au bout de quelques centaines de mètres, vous serez frappés du contraste existant entre, à droite une plantation très serrée d'épicéas, et à gauche, les chênes poussant en ordre dispersés.
5. Rejoindre un large chemin plat et herbeux. Le suivre vers la droite.
6. A l'embranchement suivant, pour le sommet: monter à gauche; Vous pouvez opter pour la variante raccourci: à droite (3bis). Retrouver l'itinéraire au point n°9.
7. Suivre les marques GR et monter jusqu'au col de St Mens (929 m).
8. Suivre la route qui monte légèrement (300m), et prendre le sentier qui descend à droite.
9. Plus bas, croiser le chemin de la variante. Continuer de descendre.
En descendant, vous apercevez vers le sud (sur votre gauche) la silhouette caractéristique de la montagne de céüse, synclinal perché dont la belle falaise calcaire est un site d'escalade de renommée mondiale.
10. A l'embranchement suivant, tourner à droite sur un large chemin plat en stabilisé, suivant le tracé d'un ancien canal. Traverser le parc accrobranche, et prendre un petit sentier qui plonge à gauche. *Ce vaste accrobranche "Gap'Aventure" comporte pas moins de 120 ateliers sur 10 parcours différents.* Rejoindre l'itinéraire de montée. L'emprunter en sens inverse pour rejoindre votre point de départ.

Sur votre chemin...



- Statue La liseuse (A)
- L' Eglise Saint André des Cordeliers (B)
- Centre Diocésain Pape François (C)
- Stade de glace "Alp' Arena" (D)
- Oratoire (E)
- Aire de pique-nique de Molines (F)
- Espace Vélo des Vallées du Gapençais (G)
- Oratoire Saint Jacques de Compostelle (H)

Toutes les infos pratiques

Comment venir ?

Transports

- Limitons les déplacements, pensons aux transports en commun et au covoiturage : www.sudmobilité.fr
- **Bus urbains de Gap** (lignes 1,2,3,4,5,6 - arrêt La Blâche, ou navette Centro B - arrêt EHPAD St Mens) : www.gap-tallard-durance.fr
- **Liaisons SNCF** au départ de la gare de Gap : www.ter.sncf.com

Accès routier

Dans Gap, rejoindre l'EHPAD St Mens. Garez vous sur le grand parking.

Parking conseillé

Parking de l'EPHAD Saint-Mens, Gap

Lieux de renseignement

Office de tourisme de Gap tallard Vallées - bureau d'accueil de Gap

1, place Jean Marcellin, 05000 GAP

Tel : 04 92 52 56 56

<https://www.gap-tallard-vallees.fr>



Sur votre chemin...



Statue La liseuse (A)

La Liseuse, sculpture en bronze assise sur la margelle de la fontaine de la place Alsace-Lorraine (commande de la ville de Gap au sculpteur Cyril De la Patellière en 2009).

Crédit photo : CDRP05



~ L' Eglise Saint André des Cordeliers (B)

Vers l'an 1240, les compagnons de Saint François d'Assise édifièrent leur église conventuelle en dehors de l'enceinte fortifiée. Au XVI^e siècle, lors des Guerres de Religion, leur couvent fut saccagé mais l'église épargnée servit d'hôpital militaire de 1705 à 1713.

La construction de l'église actuelle commença en 1715. Devenue grange à foins pendant la Révolution, elle fut rendue au culte en 1801 et confiée à la paroisse de St André en 1807. Elle est décorée dans l'esprit du XVIII^e siècle. La Chapelle du Saint Coeur attenante à l'église, dont le clocher en bois est remarquable, a été classé Monument Historique le 6 décembre 1990.

Source : <http://www.hautes-alpes.net/fr>

Crédit photo : CDRP05



~ Centre Diocésain Pape François (C)

Ce parc de 2 000 m² accueille de nombreux services diocésains auparavant éclatés sur Gap ou Notre Dame du Laus. Ouvert au public, il offre la possibilité de pouvoir venir s'y divertir.

Crédit photo : CDRP05



Stade de glace "Alp'Arena" (D)

Enfilez une paire de patins et vos gants, et élanchez-vous sur les 2400m² de glace de l'Alp'Arena. A l'intérieur, sur la piste sportive, lumières colorées et musique sont de mise.

De novembre à mars, profitez de la patinoire ludique extérieure. Un couloir de glace relie les deux espaces pour naviguer à sa guise de l'un à l'autre.

L'Alp'Arena c'est aussi suivre un match de hockey de l'équipe des Rapaces de Gap, découvrir un spectacle de patinage artistique ou s'informer sur les différentes soirées organisées !

Source : <http://www.gap-tallard-vallees.fr>

Crédit photo : CDRP05



Oratoire (E)

Cet oratoire marque le départ du sentier de grande randonnée tracé entre la ville de Gap et le sanctuaire Notre Dame du Laus. Béni par l'Evêque de Gap et d'Embrun en présence de Roger Didier, Maire de Gap, l'oratoire a été réalisé grâce au concours de la municipalité du diocèse et de la paroisse.

Crédit photo : CDRP05



Aire de pique-nique de Molines (F)

Lieu de halte agréable avec tables de pique-nique ombragées.

Crédit photo : CDRP05



Espace Vélo des Vallées du Gapençais (G)

Dans la colline de Mens, le domaine de l'Espace Vélo des Vallées du Gapençais propose un réseau d'itinéraires balisés VTT. Ces différents parcours permettent de découvrir les paysages Gapençais des environs.

Informations : <http://www.valleesdugapençais.info/>

Crédit photo : CDRP05



----- Oratoire Saint Jacques de Compostelle (H)

Construit au Col de Saint-Mens surplombant la ville de Gap et sa vallée avec les sommets des Alpes en arrière-plan, en bordure du Chemin de Saint Jacques de Compostelle, à 929 m d'altitude. Accès depuis le hameau de Tréchatel.

De conception moderne, il est construit en pierres apparentes avec inclusion d'éléments de terre cuite exprimant toute la symbolique des pèlerinages, avec les inscriptions suivantes de haut en bas : - VILLE de GAP - AN 2000 - CHEMIN de SAINT JACQUES de COMPOSTELLE - "ULTREIA" LEVE TOI ET MARCHE - Au-dessous, la niche renfermant une statue du Saint, en céramique émaillée. - COL de St. MENS - 929m.

À l'arrière du monument une plaque porte l'inscription : JE SUIS LA VOIX QUI CRIE DANS LE DESERT APLANISSEZ LE CHEMIN DU SEIGNEUR - Jean.

Cet oratoire est l'œuvre de l'Atelier PIOT-FAYOLLE, Céramiste sculpteur à La Fare-en-Champsaur.

Source : <https://www.via-alta.com>

Crédit photo : CDRP05