

# Sommet du Chamois par Girolet et Coste Folle depuis Poligny

## Itinéraire

Sommet du Chamois par Girolet et Coste Folle depuis Poligny, est une randonnée de **10 km et 890 m** de dénivelé qui culmine à 2064 m. Cette boucle sens antihoraire, commence en bord de route forestière de Rioubel à environ 2.5 km de Poligny et à l'altitude 1360m. Elle part plein Sud, et monte vers Le Sommet du Chamois par le long pierrier de la Clape. Parcourt la magnifique crête de 1.7 km jusqu'au sommet de Coste Folle. La descente vers la Cabane de Moutet précède la traversée en lacets impressionnante du rocher du Midi. S'en suit une descente en balcon sur de beaux pierriers jusqu'à rencontrer le panneau Pied Rond. Là l'itinéraire part à gauche sur une piste plein Ouest jusqu'au point de départ.

### Itinéraire routier vers le départ de la rando : Sommet du Chamois par Girolet et Coste Folle depuis Poligny

D'Aix-en-Provence prendre l'A 51 jusqu'au Péage La Saulce (dernier péage). Au rond-point prendre 1<sup>ère</sup> sortie sur N85. Traverser Gap et continuer N85 jusqu'à les Barraques-en-Champsaur, prendre la direction Col du Noyer. Passer Poligny et prendre à gauche la route forestière de Grand Bois, première petite route goudronnée, avant d'arriver aux Forestons. Suivre cette route forestière sur deux bons kilomètres et stationner à l'altitude 1360.

Départ vers Le Sommet du Chamois  
Du point de départ au Col de Chétive

Du parking, nous prendrons la piste forestière qui monte à gauche. Après 500 m elle sort au niveau d'un grand espace herbeux nommé Près-la-Chaup. Elle y rencontre un sentier que nous prendrons à droite. Nous monterons un moment SO puis sortiront de la forêt et rencontrerons deux gros blocs rocheux que nous contournerons par la gauche. Après 1 km dans un beau pierrier sous les falaises nous rejoindrons le GR 93. Il traverse après 300 m, un ruisseau presque asséché pour monter à droite sur une bute. Puis dans une épingle à gauche, il monte sur un sentier bien marqué, au milieu d'une pelouse couverte de fleurs de Printemps et de rhododendrons. Enfin il nous faudra encore marcher 300 m pour rejoindre le panneau : Col de chétive.

### Du Col de Chétive au Sommet du Chamois

Peu après le Col de Chétive, nous quitterons le GR pour monter à gauche sur une sente très peu visible mais évidente. Elle va décrire une boucle vers l'Est en longeant plus ou moins les falaises. Quelques petits passages en rocher précéderont notre arrivée au Sommet du Chamois. A notre arrivée des nappes de brouillard montées du bas des falaises ne nous décourageront pas d'y faire notre pause casse-croûte.

### Retour du Sommet du Chamois au parking de départ

### Du Sommet du Chamois au Sommet de Girolet

Nous repartirons, toujours entourés du brouillard, qui se dissipera pendant la descente sous Le Sommet. De là, nous parcourons la crête avec une bonne visibilité et beaucoup de plaisir jusqu'au sommet de Girolet.

### Du Sommet du Girolet au Rocher du Midi

Le Sommet du Girolet est un véritable belvédère. On y voit au Sud, cette dorsale qui relie Coste Folle au Pic de Gleize en passant par Coste Belle et le Pic de l'Aiguille. Le Petit Buech y prend sa source. Nous continuerons notre périple en descendant plein Nord sur un sentier caillouteux indiqué par un gros cairn. Il descend vers la cabane du Moutet. Avant d'arriver à la cabane, nous irons jeter un coup d'œil au sentier du Pas Neuf qui traverse le Torrent de la Fare. Il est réputé pour être dangereux à traverser, mais ça n'a pas été notre impression. Nous retournerons un jour pour le vérifier dans une autre rando. Après un moment d'arrêt devant la cabane, nous descendrons plein Est dans la forêt sur un sentier balisé. Puis plein Nord pour atteindre Le Rocher du Midi.

## Du Rocher du Midi au point de départ

Le sentier qui parcourt le flanc très incliné du Rocher du Midi, bien que très impressionnant vu du haut n'en est pas pour autant difficile. Après la dernière épingle à droite, ce sentier balisé continu tout droit. Nous devons le quitter en trouvant une épingle à gauche, très peu visible au départ mais indiqué sur notre carte GPS. A partir de là nous descendrons NO sur près d'un km et presque toujours en balcon, en traversant de très hauts pierriers. Nous atteindrons enfin une piste forestière et l'emprunterons à gauche. Peu après nous rencontrerons le panneau Pié Rond alt. 1390 m. il nous faudra encore marcher 2 km SO pour revenir au point de départ.