



## HAUTE-PROVENCE : LA PAUSE NATURE ABORDABLE POUR LES PONTS DE MAI



Alors que **59,6% des Français** prévoient de partir au printemps 2025 (baromètre EasyVoyage) et que les ponts de mai s'annoncent comme une bouffée d'air bienvenue, Digne-les-Bains tire son épingle du jeu avec des offres **nature, accessible et dépaysante**. Au cœur de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence, cette destination à taille humaine propose des **séjours clés en main, des hébergements cosy, des expériences outdoor uniques** et un **accueil chaleureux**, pour des échappées économiques sans compromis sur la qualité.

Dans un contexte où le budget moyen par personne pour les vacances de printemps reste contenu à **794€** et où **23% des Français** renoncent à partir pour des raisons budgétaires, Digne-les-Bains apparaît comme **l'alternative idéale** pour s'offrir une pause sportive, contemplative ou bien-être sans faire exploser son portefeuille.

Séjours VTT sur les crêtes des Terres Noires, échappées trail au cœur des clues et forêts provençales, immersion géologique à travers le Géoparc, gîtes avec spa ou chambres d'hôtes cosy : tout est réuni pour une parenthèse au grand air, entre sensations, détente et découvertes.

### LES SÉJOURS CLÉS EN MAIN POUR S'ÉVADER SANS SE RUINER

Trois séjours, trois façons de découvrir la Haute-Provence : en selle, en courant ou au fil des paysages géologiques. Pensés comme des invitations à vivre le territoire de l'intérieur, ces itinéraires révèlent toute la richesse de la Haute-Provence à travers des expériences complémentaires, sportives ou contemplatives, toujours connectées à la nature.

#### « Le Fameux » : séjour VTT mythique des Terres Noires aux Terres Grises

Avec ses **120 kilomètres** de parcours et **2 720 mètres de dénivelé positif**, "Le Fameux" est un séjour taillé pour les amateurs de VTT enduro aguerris. L'itinéraire, à suivre en toute autonomie grâce aux traces GPS fournies, explore les terrains les plus spectaculaires de la région : les célèbres **terres noires de Haute-Provence**, aux pentes raides et lunaires, et les **spéciales du Val de Durance**, prisées pour leur technicité et leurs panoramas grandioses. Le séjour démarre depuis l'Office de Tourisme de Château-Arnoux, avec un transfert en navette (remorque VTT incluse) jusqu'au village de La Javie, point de départ de l'aventure.

Côté logistique, tout est prévu pour rouler l'esprit libre. Le séjour inclut deux nuits en hôtel : la première en hôtel\*\*\*, avec un dîner sportif complet, un petit-déjeuner copieux et un pique-nique à emporter ; la seconde en hôtel\*\* en formule demi-pension. Les transferts de bagages sont assurés chaque jour.

3 jours / 2 nuits  
À partir de 225€ /personne  
Dates au choix, toute l'année.  
De 2 à 20 personnes.  
[Site internet](#)

#### Séjour Trail Provence Alpes : 60km d'émotions au cœur du Géoparc

Sur trois jours et **60 kilomètres**, ce séjour Trail propose une immersion sportive et sensorielle dans les paysages de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence. Avec **2 070 mètres de dénivelé positif**, des terrains variés et des panoramas spectaculaires, il s'adresse aux coureurs réguliers en quête d'une expérience complète, entre effort, contemplation et découverte géologique. Le départ se fait depuis l'Office de Tourisme de Château-Arnoux, sur des parcours balisés, souples et adaptés à différents niveaux grâce à des variantes plus courtes ou plus longues.

Le premier jour commence par un échauffement autour du **lac de l'Escale**, site classé réserve ornithologique, avant de rejoindre le **Trail des 2 Tours** dans le village médiéval de Volonne. Ce circuit peut se faire en nocturne grâce à son balisage réfléchissant. En fin de journée, installation dans un hébergement insolite en **écocabane ou chambre d'hôtes**, avec dîner bio « Spécial Trailer » et petit-déjeuner sportif. Le deuxième jour, départ pour le **Trail des Balcons de la Durance** (26 km – 971 m D+). Depuis Château-Arnoux, l'itinéraire passe par le lac et grimpe jusqu'au **Collet**, offrant un panorama à couper le souffle sur la vallée de la Durance et la montagne de Lure. Une fois l'étape terminée, direction Digne-les-Bains pour une nuit en hôtel\*\*\*, un dîner aux saveurs locales, et un petit-déjeuner sportif. Le troisième jour vous conduit au sommet du **Cousson**, à 1 516 mètres d'altitude. Le parcours de 17 km (974 m D+) débute à pied depuis l'hôtel et grimpe progressivement jusqu'au **Pas d'Entrages** et à la chapelle Saint-Michel, perchée sur un éperon rocheux. Depuis le sommet, la vue panoramique sur la Haute-Provence récompense largement l'effort. La descente se fait sur un sentier technique en sous-bois, via le **kilomètre vertical du Cousson**, jusqu'à l'hôtel où le séjour s'achève.

Disponible toute l'année, ce séjour comprend l'hébergement en demi-pension sur deux nuits, les pique-niques des jours 2 et 3, les transferts éventuels, ainsi que des suggestions d'activités complémentaires à Digne-les-Bains (Spa Thermal, Musée Promenade, chapelle Saint-Pancrace...).

3 jours / 2 nuits  
À partir de 175€/personne  
[Site internet](#)

#### Géoséjour : immersion au cœur des trésors géologiques

Ce séjour de **3 jours / 2 nuits** à Digne-les-Bains vous plonge dans **300 millions d'années d'histoire de la Terre**, au cœur de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence. Entre paysages sculptés, fossiles marins, villages perchés et randonnées minérales, cette escapade est un véritable retour aux sources — aussi enrichissant que ressourçant.

Le premier jour débute par un accueil à l'Office de Tourisme de Digne-les-Bains, suivi de l'installation à l'hôtel\*\*\*. Le soir, un dîner complet composé de **produits locaux et de recettes traditionnelles** permet de savourer l'art de vivre provençal dans une ambiance conviviale. Le deuxième jour commence par une rencontre avec un **géologue**, au **Musée Promenade**, pour une visite commentée du parc, des sentiers thématiques, des jardins, puis de la **Maison des Remparts**, qui retrace l'évolution géologique du territoire. Puis, direction la **Dalle aux Ammonites**, site emblématique du Géoparc où plus de 1 500 fossiles sont visibles à même la roche. Le séjour se poursuit dans le **village perché de Courbons**, autour d'un pique-nique en plein air et d'une **lecture de paysage géologique**. L'après-midi, une randonnée libre de 5 km vous emmène jusqu'au **panorama du Vélodrome**, une structure géologique spectaculaire façonnée par la surrection des Alpes. Le sentier mène jusqu'au hameau abandonné du **Vieil Esclangon**, puis au **Refuge d'Art** et au point de vue du Collet. Le dernier jour est consacré à la découverte du **sentier d'interprétation de la chapelle Saint-Pancrace** (6 km – 250 m D+), jalonné de panneaux sur la géologie, la faune, la flore et les œuvres d'art. Depuis la chapelle perchée, une vue panoramique récompense les derniers efforts. Après le pique-nique sur les hauteurs, le séjour s'achève en beauté avec un **accès VIP de 4h** au **Spa Thermal de Haute-Provence**, pour profiter des bassins intérieurs et extérieurs, du sauna et du hammam.

Le séjour comprend l'ensemble des repas (2 dîners, 2 petits-déjeuners, 2 pique-niques), les visites guidées, les transferts de bagages, l'entrée au musée, les cartes et l'accès au spa. Il est proposé toute l'année.

À partir de 315€ /personne  
[Site internet](#)



### BIEN-ÊTRE ET HÉBERGEMENTS INSPIRANTS

Après une journée d'activités en pleine nature ou de découverte culturelle, profitez d'un moment de détente dans un hébergement où le bien-être est au centre des préoccupations des hôtes. Ici, l'art de vivre provençal se cultive entre douceur, simplicité et ressourcement.

#### Gîte Plaines Provence : spa et détente à Champtercier

À Champtercier, dans un environnement paisible à quelques minutes de Digne-les-Bains, le Gîte Plaines Provence propose une parenthèse de calme et de bien-être au cœur de la campagne provençale. Les trois gîtes indépendants, spacieux et soigneusement équipés, disposent chacun d'un accès direct à un espace bien-être commun. Accessible toute l'année, cet espace comprend un jacuzzi 6 places équipé de 56 jets bien positionnés pour proposer des zones de massage différentes et d'un Sauna infrarouge en bois de Hemlock.

Parfaitement intégré dans le paysage, le gîte offre une ambiance propice au ressourcement, à l'abri des grands axes touristiques. Entre deux escapades nature ou après une journée d'exploration du Géoparc, c'est l'adresse idéale pour se relaxer pleinement, dans un cadre chaleureux, authentique et intime.

[Site internet](#)

#### Douceur des Mées : sérénité et bien-être au pied des Pénitents

Aux portes des célèbres Pénitents, les Chambres d'Hôtes Douceur des Mées offrent un cadre intime et chaleureux pour une parenthèse placée sous le signe du repos et de la reconexion à soi. Entouré par 42 majestueux oliviers, cette adresse propose des chambres spacieuses, à la décoration douce et contemporaine, ouvertes sur la campagne provençale.

Pour prolonger l'expérience, un espace de soins est accessible sur place. Une praticienne expérimentée propose une large gamme de prestations bien-être : massages, sonothérapie, méditation, soin aquatique, hydrothérapie pour bébé, séance de flottage, séance de sauna infrarouge... Un moment privilégié pour se détendre profondément, restaurer ses énergies et vivre pleinement l'instant présent.

Idéalement située pour rayonner dans les Alpes de Haute-Provence, Douceur des Mées est l'escalade parfaite pour conjuguer nature, confort et bien-être, dans un environnement authentique et ressourçant.

[Site internet](#)



### CULTURE ACCESSIBLE : CAP SUR LES MUSÉES DE DIGNE-LES-BAINS

À Digne-les-Bains, l'évasion passe aussi par la découverte du patrimoine et de la culture locale. Pour enrichir son séjour à prix doux, les visiteurs peuvent profiter du **Passeport des Musées**, une initiative portée par le département des Alpes de Haute-Provence.

Distribué gratuitement dans les Offices de Tourisme partenaires, ce passeport permet de bénéficier de **réductions tarifaires** dans une sélection d'établissements culturels, dont **tous les musées de Digne-les-Bains**. Musée Gassendi, Musée Promenade, CAIRN Centre d'Art... autant d'adresses pour explorer l'histoire naturelle, artistique et géologique de la Haute-Provence.

Un bon plan pour conjuguer nature et culture le temps d'un séjour, et (re)découvrir un patrimoine souvent méconnu, dans un esprit curieux, authentique et accessible.

[Site internet](#)

#### CONTACT PRESSE

Margot Chevallier  
Agence RevolutionR  
mchevallier@revolutionr.com  
06 33 46 56 65