

# Sortie Journée

## Déplacement vers le département des Alpes de Haute Provence Les Mées / Sisteron

SANARY	⇒ Les Mées	160 km
Les Mées	⇒ Sisteron	20 km
Départ de la Buge		07h00

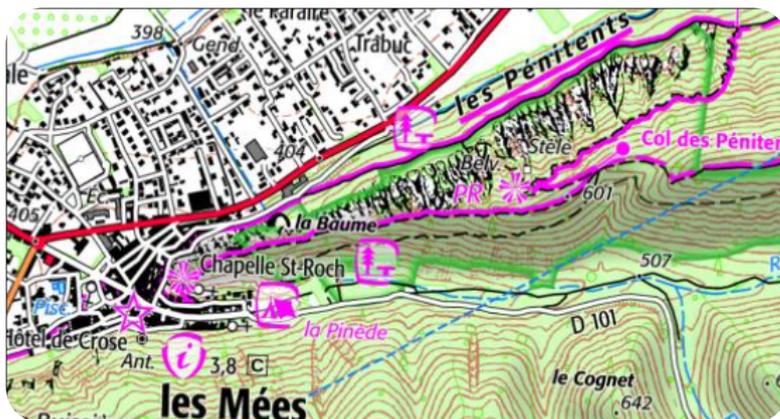
L'association des **Animateurs Sanaryens** vous propose : Balades / Restaurant / Culturel (visite de la Citadelle)

**Balades** : en boucle à partir du village « Les Mées »

-  Les Pénitents par le col : 4.8 km +/- 340
-  Les Pénitents d'en bas : 3.3 km +/- 200



Les Pénitents



Transit vers Sisteron –dépose des participants à la halte routière- Le restaurant est à 3 minutes.  
Le bus ne peut rester en centre ville, parking suggéré : gare SNCF (10 min)

### **Restaurant :**

Le COURS (centre ville) 04 92 61 00 50.

Puis, déplacement à pied vers la citadelle :  
10 min.

### **Culturel :** visite de la citadelle

Sur la route « Napoléon » passage obligé et étroit  
entre la Provence et le Dauphiné.



Durée de la visite 1h30, environ.