

Je marche seul ! Cinq randonnées faciles pour l'été

Après des mois de sédentarité et de périmètre restreint, on rêve de mettre un pied devant l'autre... et de ne plus s'arrêter !

Par Yoanna Sultan-R'bibo

Publié le 30 mai 2021 à 00h05 - Mis à jour le 04 juin 2021 à 19h14 - 🕒 Lecture 4 min.

LA LISTE DE LA MATINALE

La marche n'est pas réservée aux sportifs endurants. Pour découvrir les plaisirs de la randonnée facile, voici cinq balades dans la Drôme, le long de la Marne, sur l'île d'Yeu, en forêt de Meudon ou dans la vallée du Lot.

Et pour en profiter pleinement, préparez-les grâce à des livres beaux et pratiques comme *Randonner autour de Paris*, de Marine Loisy et Clément Lhommeau, paru ce mois-ci chez Voyages Gallimard (272 p., 25 euros), *Les Plus Beaux Endroits pour marcher en France*, de Sylvain Bazin (Gründ, 2021), ou encore *Slow tourisme, 52 séjours en France* (Michelin, 416 p., 19,90 euros).

Au milieu de la lavande à Saou



Champs de lavande près du village de Saou, dans la Drôme. HAUSER PATRICE / HEMIS VIA AFP

« Ici, la lavande embaume ciel et terre, elle se joue de l'ombre et de la lumière », écrivait Jean Giono à propos de la Drôme. Pour plonger dans le « mauve », on part de Saou, ville blottie contre des façades minérales, formées par un synclinal perché, pour marcher entre vignes et champs de lavande à perte de vue (la floraison a lieu de mi-juin à mi-août).

En sortant du village, on trouve vite la forêt de Saou et ses essences méditerranéennes, aux effluves dépaynants. Autour de nous, tout le long de la balade, des falaises et des pitons rocheux monumentaux, qui donnent l'impression d'être loin, très loin. Les points de vue sur la vallée du Roubion et de la Drôme sont sublimes.

📌 Six kilomètres, 135 mètres de dénivelé, deux heures, à retrouver dans « Les Plus Beaux Endroits pour marcher en France ».