

## 53 – Le Ménil (1 292 m) de Valcroissant (649 m)

Belvédère magnifique sur les murailles du Glandasse à l'Est et sur le cirque du Diois avec ses collines s'étalant au loin à l'Ouest. Sa conquête sportive, depuis le col, suit une trouée de buis sur une croupe ne présentant d'autre difficulté que sa raideur.

Montée : par le sentier n° 17, 2 h  
Descente : par Serre-Jean n° 6, 1 h 15  
Dénivelée : 700 m Cat : 1, 2 du col à la cime

Départ : 7 km de Die. Deux kilomètres au Sud-Est de Die, se présente à gauche la petite route pour Valcroissant. Au-delà du Pas de la Roche, elle parvient à l'ancienne abbaye. Parking à droite avant le pont (649 m).

### MONTÉE

649m		Passer devant la ferme (ex-abbaye) et, rive droite du ruisseau, remonter dans un pré un sentier (n° 17 et 6). Il pénètre dans le bois où il déroule de longs lacets paisibles. Dans le virage du second, il laisse à droite celui qui va à la Cabane de Josseaume, puis, lors du retour du troisième, celui du Tour du Glandasse (pancartes - traits bleu-jaune-bleu).
1021m	1h10	Parvenu à un <b>carrefour de sentiers (pancartes)</b> , s'élever tout droit au Nord jusqu'au <b>Col de Ménil</b> (pancartes - banc). À gauche (Ouest), après les herbes, une sente se faufile sous les arbustes, puis attaque la croupe boisée très raide dans une trouée de buis. Elle traverse ainsi deux mamelons, quelques clairières et conduit à <b>la grosse borne sommitale</b> .
1123m	1h30	
1292m	2h00	

### DESCENTE

1021m	0h30	Revenir au col, puis, à droite, au <b>carrefour de sentiers</b> . S'engager sur celui qui part à droite (Nord) en épingle (n° 6). Il descend longuement, oblique à l'Ouest dans le flanc Sud du Ménil.
710m	1h05	Le suivre jusqu'à un <b>carrefour de pistes</b> . Prendre à gauche celle qui ramène à <b>Valcroissant</b> .
649m	1h15	