Randonnée accompagné

Le Mercantour et la vallée des Merveilles !

La vallée des Merveilles tient son nom des milliers de gravures datant de la préhistoire sur des dalles de pierres colorées, les "ciappe". Le paysage minéral et austère qui compose la vallée des Merveilles vous intriguera, ainsi que ses mystérieux signes gravés...Tout cela en plein coeur du parc National du Mercantour.
Le circuit que nous vous proposons, dans ce cadre mystérieux vous comblera par la diversité de ses paysages, de ses panoramas et de la faune protégée de montagne.
La proximité immédiate de la méditerranée vous assurera des conditions idéales pour randonner au cœur de ce massif préservé.

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil à St Martin Vésubie - Boréon - Cime du Pisset - la Madone de Fenestre

Accueil à 10h30 à la gare routière de Saint Martin Vésubie, ou 11h directement a Boréon devant le Parc Alpha où nous déposerons nos bagages pour une première étape au refuge de la Madone de Fenestre.

Départ de Boréon pour une belle montée en forêt où se mélangent les essences de conifères tels que l'épicéa, le pin, le sapin ou le cembro jusqu'au petit plateau du Maïris puis le Pas des Roubines (2124m). Belle randonnée en crête par la cime du Pisset (2233m) puis la crête de l'Agnelière (en option) avant la descente sur le sanctuaire de la Madone de Fenestre où nous passerons la nuit..

HEURES DE MARCHE : 5h00
DÉNIVELÉ + : 500 m
DÉNIVELÉ - : 750 m
HÉBERGEMENT : en refuge
ASSISTANCE BAGAGES : Avec transport de bagages

Jour 2 : Pas du Mont Coulomb - Lac de la Fous - Saint-Grats

Au départ de la Madone, nous remonterons le torrent de la Vésubie qui prend sa source sur les contreforts du Gelas (3143 m) que nous contemplerons pendant toute notre ascension du Pas du Mont Coulomb. Caractérisé par une brèche étroite formant un "passage secret" entre la Vésubie et la Gordolasque, le Pas du Mont Coulomb (2548 m) sera un des passages propices à de belles photos. Pendant notre descente rapide sur la Gordolasque, nous serons sans doute surveillés par des hardes de Bouquetins ou de chamois siestant dans les barres environnantes (il faudra être attentifs) ! Descente sur l'un des hébergements de Saint Grats.

HEURES DE MARCHE : 5h00
DÉNIVELÉ + : 700 m
DÉNIVELÉ - : 1050 m
HÉBERGEMENT : en gîte
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 3 : Pas de l'Arpette - refuge des Merveilles

Depuis le gîte, nous monterons dans une forêt dense pour rejoindre le vallon remarquable d'Empuonrame puis le Pas de l'Arpette (2351m), sous les yeux attentifs des hardes de chamois. Le Pas de l'Arpette constitue l'entrée du parc national du Mercantour et de la fameuse vallée des Merveilles. Descente parmi de nombreux lacs jusqu'au refuge des Merveilles.

HEURES DE MARCHE : 5h30
DÉNIVELÉ + : 750 m
DÉNIVELÉ - : 350 m

HÉBERGEMENT : en refuge
ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 4 : La Vallée des Merveilles - Baisse Basto - Lac Authier
Une journée longue et chargée en visite où il faudra partir tôt !
Du refuge des Merveilles, nous remonterons la fameuse vallée du même nom… Dans ce paysage minéral sculpté par la fonte des glaciers il y a plus de 10 000 ans, vous évoluerez au beau milieu d'un trésor archéologique d'environ 40 000 gravures rupestres datées pour la plupart aux environs de 3300 ans avant JC.

Nous rejoindrons la Baisse de la Valmasque (2552 m), le lac Basto puis la Baisse Basto (2693 m), passage étroit dans un éboulis dominant la vallée de la Fous. Par un passage sauvage, hors des sentiers battus, nous rejoindrons le lac Authier puis rapidement la vallée de la Gordolasque où nous retrouverons notre gîte et nos bagages.
Selon les conditions, votre accompagnateur pourra vous proposer une alternative plus facile et vous faire découvrir la vallée des Merveilles la veille.

HEURES DE MARCHE : 6h30
DÉNIVELÉ + : 720 m
DÉNIVELÉ - : 1200 m
HÉBERGEMENT : en gîte
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 5 : Cime de la Valette - Cime du Pertus - La Madone
Au départ de cette vallée de la Gordolasque, une belle montée matinale nous attend. Nous allons rejoindre la vallée de la Vésubie par la Baisse de Prals (2339 m). Un magnifique cirque avec un itinéraire en crête s'ouvre à nous… nous n'allons pas nous en priver ! La vue sur tous les massifs de la Vésubie jusqu'au Gelas est exceptionnelle… et même jusqu'à la méditerranée par beau temps.
De retour à la Madone, nous ne manquerons pas de nous arrêter à la fruitière de la Vacherie pour prendre un morceau de fromage pour fêter notre dernière étape autour d'une bonne bière !
Redescente sur la Madone pour y passer la nuit.

HEURES DE MARCHE : 5h00
DÉNIVELÉ + : 900 m
DÉNIVELÉ - : 580 m
HÉBERGEMENT : en refuge
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport des bagages

Jour 6 : LA MADONE - LAC ET COL DE LA FENESTRE - LAC DE TRECOLPAS - BORÉON
Une journée en altitude vous attend aujourd'hui, avec le col frontalier de la Finestra (2475 m) d''où nous pourrons admirer la vallée italienne voisine de l'Argentera. Le lac de Trecolpas sera propice à une dernière pause casse-croute au bord de ses pelouses verdoyantes où il sera chouette de "jumeler" une fois encore la faune très présente et accessible de ce Parc National du Mercantour.

Retour à Boréon par la Vacherie.

Descente par le lac de Trécolpas jusqu'à Boréon.
HEURES DE MARCHE : 5h30
DÉNIVELÉ + : 790 m
DÉNIVELÉ - : 1100 m
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport des bagages

Les programmes sont donnés à titre indicatif. Des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement (météo, niveau des participants...). Nos accompagnateurs peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe le nécessite.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous soit 10h30 précise à la gare routière de Saint Martin de Vésubie,
Soit en face du parc Alpha pour 11h précises.
Merci de nous en informer au moment de votre réservation.
Possibilité d'arriver la veille au gîte de Boréon : 0786186659

EN VOITURE :

Depuis l'autoroute A8, « La Provençale »,
sortir à Nice St Isidore (sortie n° 52), s'engager sur la RM6202 en direction de Digne sur une distance de 18 km. A la sortie du village de Plan du Var, prendre sur la droite la RM 2265, indiquant la Vallée de la Vésubie.
Puis sur 32 km, parcourir les gorges de la Vésubie et traverser les villages et hameaux de Cros d'Utelle, St Jean la Rivière, Le Suquet, Lantosque, Roquebillière pour rejoindre Saint-Martin-Vésubie. Le hameau de Boréon est 8km a la sortie nord de Saint Martin de Vésubie.
Pour éviter tout désasgrement et vous tenir informé de l'états des routes avant votre départ, pensez à consulter le site d'inforoutes06 ! : http://www.inforoutes06.fr/fr/ ou au Numéro vert : 08.05.05.06.06

EN BUS DEPUIS NICE :

TRANSPORT REGIONAL DES ALPES MARITIMES (TRAM) :
Ligne de BUS n°730 // Tarif unique 1,5€
Gare Routière ; 16, Avenue des Diables Bleus ; 06300 NICE
Tél. : +33 (0)4 93 85 62 15 / N° LIGNE D'AZUR : 08 1006 1006
http://www.lignesdazur.com
Pendant la periode estivale, la ligne « randobus » N°730 propose une correspondance le matin pour aller jusqu'à Boréon ou taxi.
Il faut réserver les taxis au moins 48 h à l'avance.

- Taxi CIAIS : 04 93 03 20 19 ou 06 15 12 64 81.

DISPERSION

Dispersion à 16h au Boréon, possibilité de prendre la navette de 17h en retour sur Nice.

NIVEAU

Niveau Moyen.
- Altitude globale : entre 1500m et 2500 m
- Altitude des hébergements : 1500 m en moyenne
- Durée des étapes : 5 à 6h de marche par jour
- Dénivelé positif moyen : 750 m par jour
- Dénivelé maximum : 850 m.

- Altitude maximum de passage : 2600 m.
- Nature du terrain : terrain de moyenne montagne en alpage avec de nombreuses zones de pierrier.
- Difficultés particulières : circuit itinérant nécessitant une bonne condition physique. Vous devrez porter vos bagages sur les deux étapes en refuge.

HEBERGEMENT

Auberge, gîte, hôtel et refuge de montagne.
Hébergement en chambre collective de 4 à 6 personnes, jusqu'à 10 au refuge des Merveilles.
Nuit 1 : refuge La Madone de Fenestre
Nuit 2 : relais des Merveilles
Nuit 3 : refuge des Merveilles
Nuit 4 : Relais des Merveilles
Nuit 5 : Refuge de la Madone

Nourriture

Circuit en pension complète (hors boissons). Repas chaud le soir, pique-nique à midi.

TRANSFERTS INTERNES

Circuit totalement itinérant et sans transferts.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous aurez accés à vos bagages tous les soirs, sauf la nuit au refuge des Merveilles.
Le transport des bagages ne sera pas possible au refuge de le Madone de Fenestre (2 nuits)pour l'été 2023 suite à l'éboulement de la route d'accès.

GROUPE

De 5 à 15 participants

ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne La Vie Sauvage breveté d'état.

MATERIEL FOURNI

Trousse de premiers secours placée sous la responsabilité de votre accompagnateur.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

- 1 chapeau de soleil ou casquette

- 1 foulard
- 1 bonnet et/ou bandeau
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Eviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante) en Capilène (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc…
- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 short ou bermuda
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste style Gore-tex, simple et légère.
- 1 cape de pluie (facultatif)
- 1 sur-pantalon imperméable (facultatif)
- 1 maillot de bain
- Des sous-vêtements
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Eviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple.
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram)
- 1 paire de sandales ou chaussures détente pour le soir.

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

Equipement :

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants.
- 1 gourde (1,5 litres minimum)
- 1 lampe frontale (facultatif)
- 1 couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
- Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence (il existe du savon liquide biodégradable de marque CAO).
- 1 serviette de toilette : il en existe qui sèchent rapidement : marque Packtowl
- Boules Quiès (facultatif)
- Papier toilette
- Crème solaire + stick à lèvres.
-Un drap de sac
- Boite étanche de 300ml environ pour les salades des pic nic + couverts

Pharmacie personnelle :

- Vos médicaments habituels
- Vitamine C ou polyvitamine
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)
- Répulsif anti-moustiques. (facultatif)

LE PRIX COMPREND

- Le transport des bagages (sauf au refuge de la Madone de Fenestre : 2nuits, pour l'été 2023)
- L'encadrement,
- L'hébergement en pension complète .
- Les taxes de séjour,
- Les frais de dossier,
- Les frais d'organisation et de réservation,

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous,
- Les assurances,
- Les boissons.