

Randonnée liberté été

Le Parc du Mercantour et la vallée des Merveille en liberté

Le paysage minéral et austère qui compose la vallée des Merveilles vous intriguera, ainsi que ses mystérieux signes gravés... Tout cela en plein cœur du parc National du Mercantour.

*Ce circuit, au fil des **lacs du Mercantour**, vous comblera par la diversité de ses paysages, de ses panoramas, et de la faune protégée de montagne. Vous aurez l'occasion de découvrir des joyaux naturels, les plus beaux lacs du Mercantour, niché dans un cadre enchanteur. La proximité immédiate de la Méditerranée vous assurera des conditions idéales pour **randonner au cœur de ce massif préservé**, où chaque lac ajoute une touche de magie à l'expérience.*

Découvrez tout nos autres [séjours de randonnée dans le Mercantour](#)

PROGRAMME

Jour 1 : Boréon - Pas de Maïris - La Madone de Fenestre

Rendez-vous à Boréon où vous pouvez laisser aisément votre véhicule pour la semaine dans un des nombreux parkings de ce petit hameau de montagne. Après la tempête destructrice de 2019, ce village particulièrement touché par rapport au reste du Mercantour (aucune trace visible de dégâts sur le reste de votre parcours) se reconstruit avec force...

Face à l'accueil du Parc Alpha (qu'il est intéressant de visiter si vous arrivez la veille), vous grimpez dans une forêt de conifères remarquable vers le Pas et le petit refuge de Maïris pour atteindre la Cime du Pisset. Un panorama sur la **Vésubie** s'ouvre à vous avec en toile de fond, le fameux Gelas, colosse de pierre dominant fièrement ces vallées reculées des Alpes Maritimes.

Descente sur les hospices de la **Madone de Fenestre** où vous passez la nuit.



HEURES DE MARCHÉ : 5h

DISTANCE : 8,5 km

DÉNIVELÉ + : 845 m

DÉNIVELÉ - : 400 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 2 : La Madone de Fenestre - Pas du Mont Coulomb - Saint Grats

Au départ de la Madone, n'hésitez pas à vous arrêter à la Petite Vacherie, au bord du torrent pour acheter un morceau de tome pour votre pique-nique, elle est délicieuse (ouvert quand les troupeaux sont en alpage). Vous remontez le **torrent de la Vésubie** qui prend sa source sur les contreforts du Gelas (3143 m) et vous contemple pendant toute votre 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)** est l'un des passages propices à de belles photos.

Pendant votre descente rapide sur la Gordolasque, vous serez sans doute surveillé par des hardes de Bouquetins ou de chamois siestant dans les barres environnantes soyez attentifs) !
Descente sur l'un des hébergements de **Saint-Grats**.



HEURES DE MARCHÉ : 5h

DISTANCE : 11,5 km

DÉNIVELÉ + : 700 m

DÉNIVELÉ - : 1050 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages (si vous avez choisi l'option)

Jour 3 : Saint Grats - Pas de l'Arpette - Refuge des Merveilles

Pour votre 3ème jour à la découverte des **plus beaux lacs du Mercantour**, vous partez directement de Saint-Grat, vous remontez dans une forêt dense pour rejoindre le vallon remarquable d'**Empuonrame**.

C'est dans cet univers minéral que nous terminons la montée jusqu'au **Pas de l'Arpette** (2351 m), sous les yeux attentifs des hardes de chamois. Le Pas de l'Arpette constitue l'entrée du [Parc National du Mercantour](#) ainsi que celle de la fameuse Vallée des Merveilles. Descente au milieu de nombreux lacs jusqu'au refuge des Merveilles.



HEURES DE MARCHÉ : 5h00

DISTANCE : 8 km

DÉNIVELÉ + : 950 m

DÉNIVELÉ - : 410 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 4 : Refuge des Merveilles - Vallée des Merveilles - Baisse Basto

Une journée longue et **chargée en visite** où il faudra partir tôt !

Du refuge des Merveilles, vous remontez 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 évoluez au beau milieu d'un trésor archéologique d'environ 40 000 **gravures rupestres** datées pour la plupart aux environs de 3300 ans avant JC.

Vous rejoignez 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. Descente par le fameux

GR52 jusqu'au magnifique refuge restauré de Nice où une pause sur la terrasse de Christophe sera bien méritée.

Encore 1h30 de descente dans la vallée de la Gordolasque pour rejoindre votre hébergement et vos bagages qui n'étaient pas transportables jusque-là.



HEURES DE MARCHÉ : 6h30

DISTANCE : 15,5 km

DÉNIVELÉ + : 720 m

DÉNIVELÉ - : 1200 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport des bagages (si vous avez choisi l'option)

Jour 5 : La Baisse de Prals - Baisse aux 5 lacs - La Madone

Au départ de cette vallée de la Gordolasque, une belle et intense montée matinale vous attend. Vous allez rejoindre la vallée de la Vésubie par la Baisse de Prals (2339 m) d'où s'offre à vous deux variantes : soit redescendre sur la Madone en direct par les "5 lacs", soit faire le tour d'un cirque magnifique par 5 crêtes, faible en dénivelé, et qui enchantera les amateurs de marche panoramique.

Redescente sur la Madone pour y passer la nuit.



HEURES DE MARCHÉ : 5h00

DISTANCE : 7,5 km

DÉNIVELÉ + : 900 m

DÉNIVELÉ - : 580 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 6 : La Madone - Lac et Col de la Fenestre - Lac de Trecolpas - Boréon

Pour poursuivre votre découverte des **plus beaux lacs du Mercantour**, une journée en altitude vous attend aujourd'hui, avec le col frontalier de la Finestra (2475 m) d'où vous pouvez admirer la vallée italienne voisine de l'Argentera. Le **lac de Trecolpas** est propice à une dernière pause casse-croûte 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.



HEURES DE MARCHÉ : 5h30

DISTANCE : 14 km

DÉNIVELÉ + : 790 m

DÉNIVELÉ - : 1100 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : Nuitée libre ou dispersion

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages au gîte de Boréon

L'itinéraire proposé par ce programme offre une forme originale "en papillon" dont le seul but est de vous faire bénéficier le maximum de soir dans la semaine d'un service de transport des bagages, autrement impossible dans cette vallée bien reculée et inaccessible par les transporteurs. Une autre proposition, sans le service de transport vous est offerte, plus linéaire et un peu plus en hauteur dans les refuges inaccessibles : [FRAL309M](#)

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

A Boréon, commune de St Martin Vesubie, où vous pouvez laisser vos bagages au gîte de Boréon.

DISPERSION

A Boréon, vos bagages seront au gîte de Boréon (si vous avez pris l'option).

NIVEAU

Niveau : difficile.

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 : 850 m par jour

Dénivelé maximum : 950 m.

Altitude maximum de passage : 2600 m.

Nature du terrain : terrain de moyenne montagne en alpage avec de nombreuses zones de pierrier, le passage de certains cols peut être encore enneigé en début de saison.

Difficultés particulières : circuit itinérant nécessitant une bonne condition physique.

HEBERGEMENT

Hébergement classique en gîte : Chambre collective de 4 à 12 personnes, les draps et serviettes ne sont pas fournis (prévoir un drap de sac), les sanitaires sont sur le palier.

Nuit 1 : Refuge de la Madone de Fenestre

Nuit 2 : Le relais des Merveille ou le refuge de Gordolasque

Nuit 3 : Refuge des Merveilles

Nuit 4 : Le relais des Merveille ou le refuge de Gordolasque

Nuit 5 : Refuge de la Madone de Fenestre

Les repas servis dans les hébergements sont équilibrés et variés. La cuisine est copieuse, adaptée aux besoins des randonneurs et souvent issus de produits locaux. Les régimes spéciaux doivent être précisés à la réservation afin que nous puissions prévenir les hébergements.

Les pique-niques peuvent être réservé par La Vie Sauvage auprès des hébergements en prenant l'option sinon vous trouverez dans les villages les commerces nécessaires à vos achats. Vous pourrez également les réserver auprès des hébergeurs dès votre arrivée pour le lendemain. Il n'y a pas de pique-niques le premier jour.

TRANSFERTS INTERNES

Pas de transfert.

PORTAGE DES BAGAGES

Selon l'option choisie :

Sans transport des bagages : Vous portez vos affaires personnelles pour toute la durée du séjour.

Avec transport des bagages : Vous portez seulement vos affaires pour la journée. Le reste de vos bagages est transporté entre les hébergements (qu'un seul bagage par personne, privilégiez les sacs souples et ne doit pas excéder 12 kg). Dans le cas où le transport des bagages n'est pas possible dans un hébergement du séjour, vous porterez vos affaires personnelles pour un soir. Vous retrouverez vos bagages le jour suivant.

GROUPE

De 1 à 20 participants.

ENCADREMENT

Pas de guide sur ce voyage.

Avant votre départ nous vous remettons un road book spécialement conçu pour ce circuit, composé d'indications précises qui vous permettront d'effectuer vos journées de découverte et de randonnée en toute liberté.

Pour profiter et apprécier pleinement votre voyage de randonnée, vous devez être en mesure d'assurer votre autonomie sur le terrain avec les documents fournis.

MATERIEL FOURNI

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- 1 bonnet et/ou bandeau
- paire de gants (facultatif)
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Éviter 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 sur-pantalon imperméable (facultatif)
- Des sous-vêtements
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Éviter 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) de préférence imperméables.
- 1 paire de sandales ou chaussures détente pour le soir
- Un maillot de bain et une serviette

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

Équipement

- 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 l de préférence)
 - 1 lampe frontale (facultatif)
 - 1 boussole
 - 1 couverture de survie (facultatif)
 - 1 couteau de poche (facultatif)
 - 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 (existent en 4 tailles)
 - Boule Quiès (facultatif)
 - Papier toilette - crème solaire + stick à lèvres.
- Un drap sac pour les nuits en gîtes et refuge

Matériel pique-nique

- Une boîte plastique hermétique
- Un gobelet
- Des 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.

LE PRIX COMPREND

- Les documents de voyage
- L'hébergement en demi-pension
- Les frais d'organisation et d'inscription
- Les taxes de séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances
- Le transport aller-retour au point de départ
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les pique-niques.

