

Région		Alpes - Maritimes	
Titre :			
Parc régional du Mercantour			
Département : Alpes Maritimes		Accès :	
Commune de départ : Saint Martin de Vézubie		par Nice, vallée du Var, Gorges de la Vézubie	
Situation géographique : Arrière pays niçois			
Rando effectuée :	Contact : Pierre Gineste	Club : Randovallon	
Du 6 au 12 juillet 2007	Tel : 05.65.67.12.98.	E.mail « pierre.gineste@neuf.fr »	
Type de rando :	Rando linéaire de 6 jours		
<ul style="list-style-type: none"> • Linéaire <input checked="" type="checkbox"/> • Circuit <input type="checkbox"/> • Etoile <input type="checkbox"/> 			
Caractéristiques :	Niveau de difficulté : Le temps de marche est très variable d'une étape à l'autre		
Rando dans le Parc National du Mercantour (Protégé) de refuge en refuge	* ** *** facile <input checked="" type="checkbox"/> difficile Difficultés particulières : Les passages de cols sont très rocailloux Niveau le plus bas = 1500 m. Niveau le plus haut = 2828 m.		

	Hébergements :	Renseignements (capacité d'accueil et restauration), ravitaillement, contact .	Appréciation bof / moyen / bien / super
1	Refuge de Madone de Fenestre Commune de St Martin de Vézubie	Refuge du C.A.F. de Nice Mercantour (altitude 1905 m.) Tél. 04.93.02.83.19.	Bien
2	Relais des Merveilles Commune de St Grat (altitude 1500 m.)	Restaurant /Hôtel privé. (Altitude 1500 m.) Tél.04.93.03.43.55.	Bien
3	Refuge des Merveilles	Refuge du C.A.F. de Nice (altitude 2130 M.) Tél.04.93.04.64.64.	Moyen
4	Refuge de Valmasque	Refuge du C.A.F. de Nice (altitude 2200m.)	Moyen
5	Refuge de Madone de Fenestre	(retour au refuge du 1 ^{er} jour)	Bien
6	Refuge de Cougourde	Refuge du C.A.F. de Nice – Tél.04.93.03.26.00(Altitude 2100m.) État neuf	Bien

Comité départemental de l'Aveyron www.aveyronsport.com/cdrp12

Maison du Tourisme - 17, rue Aristide Briand - BP 831 - 12008 Rodez cedex

Tél. 05 65 75 54 61 – Fax 05 65 75 55 71

e-mail cdpr12@wanadoo.fr

Fédération Française de la Randonnée Pédestre www.ffrandonnee.fr

Association reconnue d'utilité publique. Agréée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative et le Ministère de l'Écologie et du Développement durable.
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre.

Carte IGN : Série bleue 1/25000 : 3841 OT et 3741 OT	Topo guide : G.R. 52
Guides ou accompagnateurs locaux : Pas d'accompagnateur -	
<p>Descriptif :</p> <p>1^{er} jour : Déplacement en voitures individuelles. Rodez – Nice –St Martin de Vézubie –La Madone de Fenestre.</p> <p>2^{ème} jour : Départ 8h30 – Première grimpe jusqu'à la Baisse de cinq lacs. Descente à St Grat. – Hébergement aux relais des Merveilles.</p> <p>3^{ème} jour : Levé à 6h30 – départ à 7h45. Dénivelée positive continue de 957 m. jusqu'au Col de l'Arpette (2515 m.) »La Vallée des Merveilles « avec ses gravures rupestres. Déjà on peut apercevoir le refuge des Merveilles tout proche du lac Long Supérieur. Nous y arrivons vers 15 heures. Les portes n'ouvrent qu'à 16h et les dortoirs à 18 h. Les douches sont froides. Ho ! du génépi en fleur (pour les filles) mais c'est interdit de le cueillir.....</p> <p>4^{ème} jour : Montée à la Baisse de Valmasque (2549 m.) Il faut suivre impérativement le sentier (GR 52) et rentrer les cannes à bouts ferrés (comme il est précisé sur les panneaux explicatifs). Du col, toujours très rocailleux, on aperçoit plusieurs lacs, le lac Basto, le lac Noir, le lac Vert et le refuge de Valmasque. On peut photographier les chamois et les bouquetins.</p> <p>5^{ème} jour : Départ à 7h30. On grimpe dans les cailloux. On laisse le lac de Lussière à notre droite. On grimpe toujours et on arrive enfin au « Pas du Fou » (altitude 2828 m.). C'est super, de là on peut voir la mer et la baie de Nice. Après la montée, la descente, dans les pierres c'est un peu délicat, mais en compensation la vue est splendide. Le refuge de Nice est en travaux, ce n'est pas une surprise, nous étions avertis. Nous sommes toujours sur le G.R.52 d'après la carte, car sur le terrain il faut être très attentif. Maintenant on remonte jusqu'au « Pas de la Colombe ». C'est juste une brèche dans la falaise, un mur à escalader ?.....Finalement ça passe..... On marche avec les pieds et avec les mains.....Enfin on aperçoit le refuge de la Madone de Fenestre. La journée a été longue.</p> <p>6^{ème} jour : Départ vers 8h45 vers le lac de la Fenestre, dont on doit faire le tour. Nous sommes à la frontière italienne. On continue vers le « Pas des Ladres » altitude 2448 m. Le paysage change, c'est vert, nous sommes dans les sapins, au milieu de lacs et de ruisseaux. Après le lac de Tracalpas on abandonne le G.R. 52 et on descend jusqu'au refuge de la Congourde (altitude 2090 m.).</p> <p>7^{ème} jour : Départ à 8h15. On dégringole pour retrouver le G.R.52 qui nous conduit au lac de Boréon (altitude 1475 m.) On retrouve les voitures. On va visiter Saint-Martin-de-Vézubie, ça mérite une visite. C'est la fin de l'aventure et le retour à l'asphalte.</p>	
Remarques :	
<p>Accéder à la carte sur le site [http://www.geoportail.fr/] / taper le nom de la commune de départ indiqué sur cette fiche, / choisir l'option carte, / ajuster l'échelle aux environs des 1/10000 pour visualiser les GR, / circulez sur la carte en utilisant la main.</p>	

Comité départemental de l'Aveyron www.aveyronsport.com/cdrp12

Maison du Tourisme - 17, rue Aristide Briand - BP 831 - 12008 Rodez cedex

Tél. 05 65 75 54 61 – Fax 05 65 75 55 71

e-mail cdp12@wanadoo.fr

Fédération Française de la Randonnée Pédestre www.ffrandonnee.fr

Association reconnue d'utilité publique. Agréée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative et le Ministère de l'Écologie et du Développement durable.
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre.