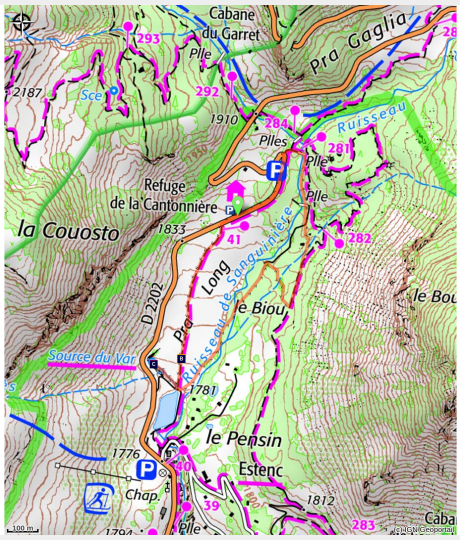
Tour du plateau d'Estenc

Vallées haut-Var&Cians - Entraunes

Le plateau d'Estenc en automne vu depuis la route de la Cayolle par temps nuageux (Marc EVENOT)



Profitez d'une balade familiale pour découvrir le refuge de la Cantonnière, ancien lieu d'hébergement des cantonniers préposés à la construction de la route des Grandes Alpes.

À l’extrémité nord du département et aux sources du Var, le plateau d’Estenc est l’un des sites les plus paisibles et bucoliques de la vallée offrant un saisissant contraste entre imposante et sauvage grandeur des montagnes et charme des prairies et sous-bois féeriques, orchestré par le chant d’innombrables oiseaux.

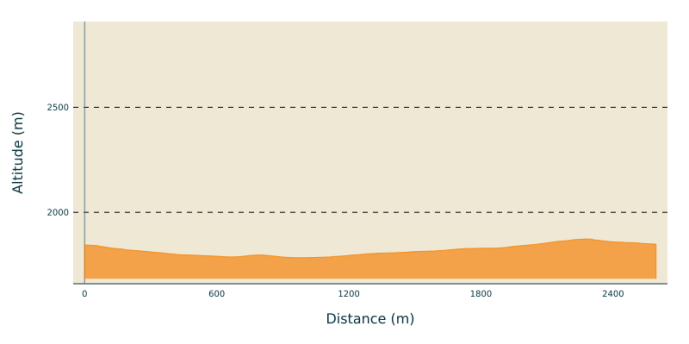
Infos pratiques

- Pratique : Pédestre
- Durée : 2 h
- Longueur : 2.6 km
- Dénivelé positif : 98 m
- Difficulté : Très facile
- Type : Journée : boucle
- Thèmes : Flore, Pastoralisme, Refuge
- Accessibilité : Joëlette

Itinéraire

Départ : Refuge de la Cantonnière
Arrivée : Refuge de la Cantonnière
Balisage : PR
Communes : 1. Entraunes

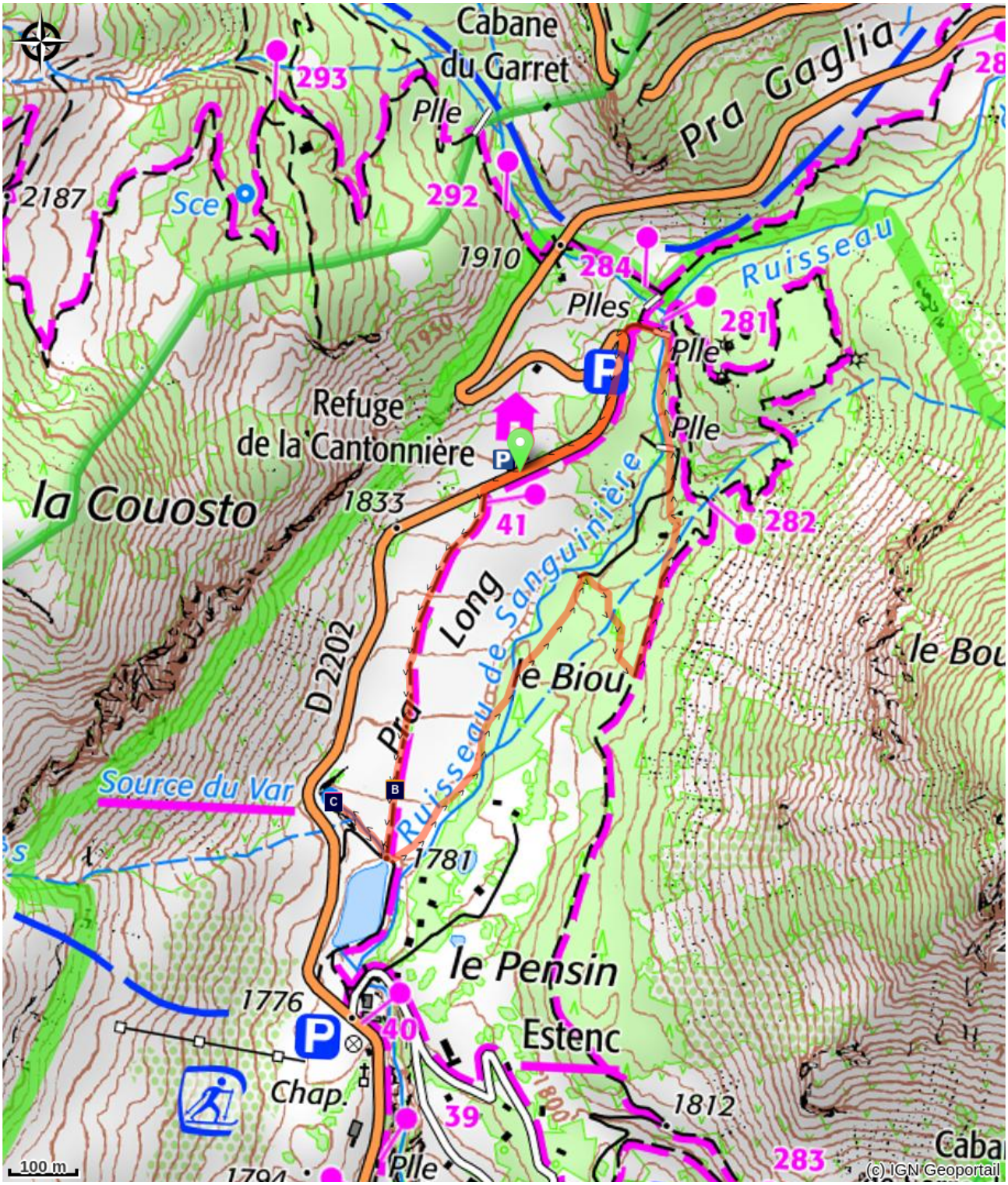
Profil altimétrique



Altitude min 1784 m Altitude max 1873 m

Du refuge de la Cantonnière, descendre la route sur 50 m jusqu’à la balise 41.
Suivre le sentier bordé de prairies encore exploitées pour son riche herbage jusqu’au petit lac artificiel.
Un rapide aller-retour de quelques minutes par la droite permet d'aller découvrir la source du Var.
Poursuivre par la gauche en suivant une piste qui remonte le long du ruisseau de Sanguinière. Après l'avoir traversé par une passerelle, entrer dans un joli mélézin.
Au croisement, prendre à gauche en empruntant trois petits ponceaux et poursuivre en remontant le ruisseau de Sanguinière.
A l'intersection de pistes, prendre à droite en montant jusqu'à une clairière lumineuse parsemée de rochers. Quitter alors la piste pour emprunter, en épingle, à gauche le sentier balisé en jaune.
A la balise 282, poursuivre à gauche sur un sentier qui chemine en suivant un canal puis traverser une large passerelle à hauteur de la balise 281.
Rejoindre la route par la gauche et la descendre jusqu'au refuge.

Sur votre chemin…



Refuge de la Cantonnière (A)

Prairies de fauche du plateau d'Estenc (B)

Source du Var (C)

Toutes les infos pratiques

Comment venir ?

Accès routier

Le refuge de la Cantonnière se situe à 800m après la sortie du hameau d'Estenc, en bord de route sur votre gauche (6km avant le Col de la Cayolle).
Le refuge est accessible toute l'année en voiture. L'hiver il est au terminus de la D2202 qui n'est pas déneigée plus loin.

Parking conseillé

Parking du refuge de la Cantonnière

Accessibilité

Prêt gratuit de "la joëlette" :

Refuge de La Cantonnière - Estenc - 06470 Entraunes
Tél. : 00 33 (0)4 93 05 51 36
alexgoirand@hotmail.fr
http://www.refuge-cantonniere.fr/fr/

Joëlette

Lieux de renseignement

Point d'Information Touristique Entraunes
La Mairie, 06470 Entraunes

mairie@entraunes.fr
Tel : 04 93 05 51 26

Sur votre chemin...

Refuge de la Cantonnière (A)

L'histoire du refuge est intimement liée à la route des Grandes Alpes reliant le Lac Léman à la Mer Méditerranée. Elle fut réalisée au début du XXème siècle par le Touring Club de France, avec les moyens très rudimentaires de l'époque, par des travailleurs italiens pour lesquels fut construite l'imposante maison Cantonnière.
Accessible dès l'été 1913, aux rares automobiles de l'époque, la route devait être inaugurée par le président Poincaré, en août 1914. Mais la déclaration de guerre priva les Entraunois de cette visite.
Entièrement restauré par le Parc national du Mercantour, ce bâtiment sert aujourd'hui de refuge.

Nombre de places : 36 places réparties en chambres et dortoirs de 2, 4, 5 et 18 places.
Tarifs et ouverture : http://lacantonniere.wixsite.com/refugelacantonniere
Tel : 04.78.19.05.12
Mail: lacantonniere@gmail.com

Crédit photo : Refuge de la Cantonnière

Prairies de fauche du plateau d'Estenc (B)

Le terme " prairies de fauche " désigne des surfaces de production fourragère non semées, riches en espèces, fauchées pour nourrir le bétail. Elles font l'objet de pratiques non intensives, respectueuses de l'environnement, gage de leur grande diversité floristique.
Le Parc national du Mercantour totalise 1000ha de prairies de fauche, inclues dans un domaine pastoral et herbager recouvrant environ 120000ha. Dans ce périmètre, 90 exploitations professionnelles d'élevage ont leur siège domicilié sur les communes du Parc et 268 éleveurs transhumants sont présents en été.

Crédit photo : Marc EVENOT

Source du Var (C)

C'est sur le plateau d'Estenc à 1790m d'altitude que jaillit la source du Var. Bien que cette source ne soit ni la plus importante du versant, ni la plus élevée, c'est la seule qui, dit-on, n'a jamais tari.
Le Var est un fleuve côtier dont le parcours de 114km s'achève dans la mer Méditerranée entre Nice et Saint-Laurent-du-Var.

Crédit photo : Laurent MARTIN DHERMONT