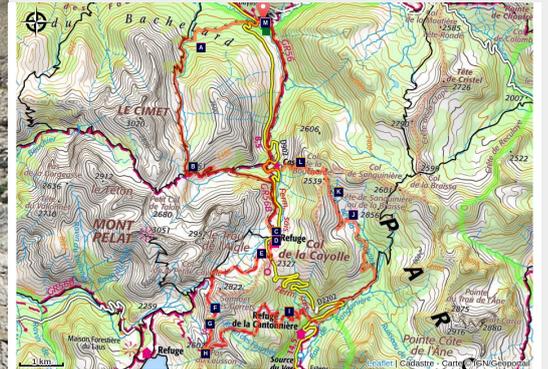




Balade des 3 refuges

Vallée haute Ubaye - Uvernet-Fours



Randonnée lac des Garets. Le lac des Garrets, (2621 m), le Lausson, randonneur. Paysage très minéral. (DEMONToux Daniel)

Balade de 3 jours en plein cœur du Parc national du Mercantour entre les vallons sédimentaires de l'Ubaye et du Haut-Var. Un voyage géologique sur la route mythique des Grands Alpes.

Randonnée Haut-Var - Randonnée Ubaye

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 3 jours

Longueur : 36.3 km

Dénivelé positif : 2029 m

Difficulté : Difficile

Type : Itinérance

Thèmes : Archeologie et histoire, Faune, Flore, Géologie, Lac

Itinéraire

Départ : Refuge de Bayasse

Arrivée : Refuge de Bayasse

Communes : 1. Uvernet-Fours

2. Allos

3. Entraunes

Profil altimétrique

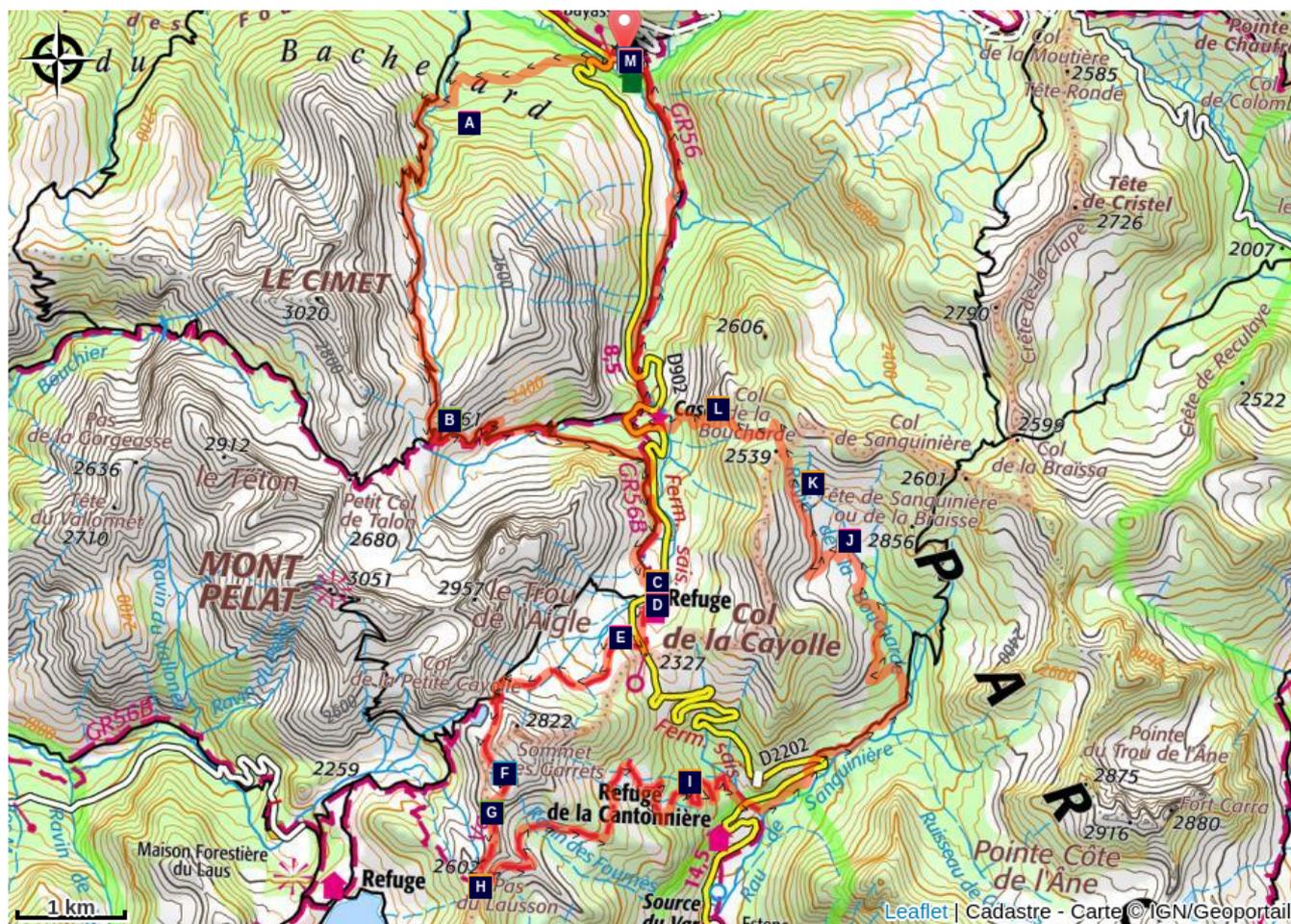


Altitude min 1788 m Altitude max 2659 m

Étapes :

1. Balade des 3 refuges - Etape 1
11.8 km / 878 m D+ / 6 h
2. Balade des 3 refuges - Etape 2
11.5 km / 447 m D+ / 6 h
3. Balade des 3 refuges - Etape 3
13.2 km / 707 m D+ / 6 h

Sur votre chemin...



-  Les flyschs voyageurs (A)
-  La route des Grandes Alpes (C)
-  Restauration des Terrains en Montagne (RTM) (E)
-  D'un cairn à l'autre (G)
-  Communications inter-vallées (I)
-  Formation pâturée d'altitude (K)
-  Refuge-Hôtel de Bayasse (M)
-  Corvidés de montagne (B)
-  Refuge de la Cayolle (D)
-  Lac des Garrets (F)
-  Histoire d'une borne frontière (H)
-  Les grès d'Annot (J)
-  Toponymie (L)

Toutes les infos pratiques

En coeur de parc

Le Parc national est un territoire naturel, ouvert à tous, mais soumis à une réglementation qu'il est utile de connaître pour préparer son séjour

Recommandations

Veillez à bien anticiper votre randonnée :

- Contacter la Météo Montagne au 0 899 710 206 afin de prévenir toute intempérie et conditions météorologiques particulières (neige, orage, brouillard, vents violents).
- Avoir un équipement adéquat : eau, ressources énergétiques suffisantes, sac à dos, chaussures de randonnée, casquette en été, une trousse à pharmacie.
- Penser à bien réserver les refuges avant votre randonnée, surtout durant la période estivale.

Comment venir ?

Accès routier

Depuis Barcelonnette, direction col de la Cayolle, Nice(D902).
Depuis Nice, direction Digne (N202), puis col de la Cayolle par Guillaumes (D2202).

Parking conseillé

Au parking du Refuge de Bayasse

 **Lieux de renseignement**

**Ubaye Tourisme / Office de tourisme
d'Uvernet-Fours (Pra Loup)**

Maison du Tourisme, 04400 Pra Loup

Tel : 04 92 84 10 04

<http://www.praloup.com/>

Sur votre chemin...



Les flyschs voyageurs (A)

Ce mot étrange vient de l'allemand *fließen* qui signifie couler. Tous les sommets que l'on peut admirer depuis ce belvédère naturel sont constitués de roches étrangères à la région. Ce sont des sédiments gréseux (le grès est autochtone), calcaires ou schisteux qui se sont déposés à l'ère secondaire dans l'océan alpin et qui ont glissé sur les couches autochtones lors de la formation des Alpes. On appelle cela " nappe de charriage ". Ces couches de flyschs, d'origine briançonnaise et piémontaise, couronnent une grande partie de la haute vallée de l'Ubaye, ainsi que les zones de l'Autaplie et du Pelat-Lac d'Allos dans le Haut-Verdon.

Crédit photo : SETTIMO Roger



Corvidés de montagne (B)

Les oiseaux noirs que le promeneur en montagne appelle généralement " choucas " correspondent en fait à deux espèces de corvidés de taille moyenne qui n'ont rien à voir avec le choucas dit " des tours " pour sa prédilection à s'installer dans les vieux châteaux et autres tours en ruine. Dans les Alpes, il s'agit du chocard à bec jaune que l'on voit souvent à tourner dans le ciel en grande troupe, toujours intéressé par les restes de repas des randonneurs. Son cousin, le crève à bec rouge n'a pas ces moeurs grégaires. Nichant dans les falaises rocheuses, il s'alimente souvent à terre, en famille. Il est sur la liste rouge des espèces menacées en France.

Crédit photo : GUIGO Franck



🕒 La route des Grandes Alpes (C)

Le 10 août 1914 est prévue l'inauguration en grande pompe de la route de la Cayolle par le Président de la République, Raymond Poincaré. Mais la déclaration de guerre du 3 août met fin à toute festivité. Cette route connaît pourtant un essor remarquable grâce à l'arrivée de l'automobile dans les années 1910-1920. En 1912 circulent 129 véhicules automobiles dans le département des Basses-Alpes, aujourd'hui Alpes de Haute-Provence. Cette géniale invention ouvre de nouveaux horizons au tourisme grâce à des services réguliers d'autocars qui suscitent un véritable engouement pour la montagne. Créée par le Touring Club de France en 1909, la " Route des Grandes Alpes " permet alors de rejoindre Evian depuis Nice par les vallées et les cols les plus élevés de la chaîne alpine, en quatre jours. Le col de la Cayolle fait partie de ce périple et son ascension est souvent hasardeuse. Le long du parcours, des auberges-étapes s'établissent pour accueillir les voyageurs le temps d'un repas ou d'une nuit. Avec sa sobre architecture, le refuge de la Cayolle témoigne de cette époque pionnière du tourisme. C'était cela l'aventure..., pour les gens aisés bien entendu!

Crédit photo : LOMBART Guy



🏠 Refuge de la Cayolle (D)

Refuge géré par le Parc national du Mercantour

Nombres de places : 32 places en refuge

Gardiennage : 04 92 81 24 25 (du 15 Juin au 15 septembre) ou 04 93 05 54 90 (toute l'année si le premier ne répond pas).

Mail : fan.refugedelacayolle@orange.fr

Site internet : www.refugedelacayolle.com

Crédit photo : PNM/DR



Restauration des Terrains en Montagne (RTM) (E)

Au XIX^{ème} siècle, la surpopulation humaine est à l'origine d'une déforestation importante des vallées. Le manque de surfaces cultivables, la nécessité de développer un cheptel toujours plus important et les besoins en bois provoquent un recul de la forêt comme jamais auparavant, entraînant une érosion préoccupante des versants. Des administrateurs des Eaux et Forêts envoyés sur le terrain découvrent avec effroi que " les torrents envahissent champs et villages, les avalanches coupent les routes et emportent les maisons ". Une loi est promulguée en 1860 et le service du RTM engage de formidables travaux de reboisement des montagnes en utilisant la main-d'oeuvre locale, peu onéreuse à l'époque. Les quadrillages tracés dans les sols datent de la période 1900-1914. Ils correspondent, devant le refuge de la Cayolle, à d'anciennes pépinières.

Crédit photo : BENSA Marion



Lac des Garrets (F)

Le lac subit les conséquences d'une altitude élevée. La forte évaporation de l'été le réduit, lui donnant à l'automne une forme caractéristique de verre à pied. Le gel, qui le met en " hibernation " presque 8 mois sur 12, semble y interdire la vie. Pourtant, un phytoplancton capteur d'énergie solaire s'y développe ouvrant la voie à la vie dans les lacs de montagne. Mais ici la vie s'arrête au stade planctonique. La matière organique rare est réutilisée par une vie peu active. Assurant ainsi son cycle d'assainissement, l'eau de ce lac oligotrophe bien que stagnante reste limpide.

Crédit photo : DEMONTOUX Daniel



✿ D'un cairn à l'autre (G)

Un milieu nu, discret et fascinant : Du Pas du Lausson au col de la Petite Cayolle, c'est la haute montagne. Le décor est minéral, les pelouses rares. C'est aussi le domaine des plantes audacieuses. Pour mieux se protéger contre l'hostilité du climat, elles sont petites et vivaces, leur fleur souvent grande et de couleur vive.

Cette végétation adaptée aux rigueurs climatiques est fragile et d'une valeur exceptionnelle. On y trouve notamment gentiane printanière, silène acaule, renoncule des glaciers, gentiane de Koch, linaira des Alpes..., mais aussi quelques espèces endémiques telles que *Berardia subacaulis* et *Campanula allionii*.

Crédit photo : LOMBART Guy



🕒 Histoire d'une borne frontière (H)

Aujourd'hui limite entre deux départements (les Alpes-Maritimes et les Alpes de Haute-Provence), ce col et les crêtes environnantes furent par le passé une vraie frontière entre deux royaumes : celui de Savoie-Sardaigne et celui de France. En 1388, le comte Grimaldi du Beuil trahit les comtes de Provence et offre le Comté de Nice, auquel le Val d'Entraunes appartenait, à la Savoie dont la capitale est Chambéry. Avec la Provence devenue française en 1481, c'est, jusqu'au XVIIIème siècle, une frontière agitée par les guerres et les pillages. La borne du Pas du Lausson fut rénovée en 1823 lors de la restauration sarde. Ornée du Lys de France et de la Croix de Savoie, elle témoigne aujourd'hui avec sérénité du bruit et de la fureur passés.

Crédit photo : BRETON François



Communications inter-vallées (I)

Les échanges entre les différentes vallées existent probablement depuis que l'homme-agriculteur s'est installé dans ces contrées. Au XVIII^{ème} siècle, Entraunes, communauté quasi autarcique une grande partie de l'année, allait s'approvisionner en sel, huile et autres denrées indispensables, dans les vallées voisines du Verdon, de la Tinée et bien sûr de l'Ubaye. Spécialisés dans la confection de draps, les Entrenois partaient vendre leurs produits à Barcelonnette. Soumis au pillage des troupes durant la guerre franco-sarde (1743), les habitants du Haut-Var durent même se ravitailler en seigle à St-Paul-sur-Ubaye. Aujourd'hui, si les foires agricoles sont encore un lien économique entre les vallées, c'est surtout le tourisme qui les associe, au travers de la Route des Grandes Alpes et des sentiers de randonnées du Parc national. Pour l'Ubaye, contrebande de sel avec l'Italie, échanges réguliers de graines pour les semences, confection de draps.

Crédit photo : GOURON Claude



Les grès d'Annot (J)

Une grande partie des montagnes est ici constituée de grès d'Annot, du nom d'un village proche de Haute-Provence. Les sommets ressemblent à des entablements de gradins inclinés. L'érosion y a sculpté des profils ruiniformes caractéristiques. Ces grès, spécifiques à la région, sont des anciennes couches sédimentaires qui se sont déposées là dans une mer encore profonde en une succession d'avalanche sous-marines, il y a seulement 40 millions d'années. Chaque couche visible correspond à une avalanche. Il y en aurait eu une à peu près tous les 100000 ans! Aujourd'hui, ce massif constitue un réservoir d'eau important au niveau régional. Un sondage réalisé par EDF a révélé un débit de 150 l/s à la sortie d'un puits de 202 m de profondeur.

Crédit photo : BENSÀ Marion



Formation pâturée d'altitude (K)

Le site de la Sanguinière a été le lieu d'études scientifiques approfondies sur les formations pâturées d'altitude, écosystème vivant complexe qui évolue au gré des activités humaines. On y a particulièrement examiné la dynamique des mélézins liée à la déprise pastorale et ses conséquences sur les ressources fourragères et faunistiques ainsi que sur les paysages. Une expertise de pâturage, associée à l'expérience du berger, a conduit à la mise en place, en 1986, d'un plan de gestion de ce territoire prenant en compte les objectifs de protection des milieux et de la faune sauvage du Parc national. Bien gérer une unité pastorale, c'est faire en sorte que les pelouses d'altitude ne soient pas surpâturées et puissent aussi être exploitées par les chamois, que le tétras-lyre puisse se produire dans le mélézin en toute tranquillité, tout en apportant aux troupeaux domestiques un profit maximal durant leurs trois mois d'estive. C'est possible, Sanguinière l'a prouvé!

Crédit photo : GOURON Claude

Toponymie (L)

Toponymie, du grec *Topos* : lieu et *onuma* : nom. La toponymie d'une région est intéressante car elle renseigne sur la façon dont étaient identifiés, donc perçus, ou bien utilisés certains lieux : Ainsi, **Peynier** (Tête de) viendrait du provençal alpin *puy*, sommet arrondi et du suffixe *nier*, qui signifie noir. De même, **Boucharde** pourrait venir de *bouchard* qui veut dire tacheté, sombre. Quand on sait que ce col est une avancée de roches charriées grises (flyschs) au milieu des grès d'Annot roses... Quant au terme de **Cayolle**, il désigne un enclos nocturne pour les troupeaux et l'abri de berger contigu. Une utilisation pastorale des lieux très ancienne donc.



Refuge-Hôtel de Bayasse (M)

Refuge-Hôtel du Parc national du Mercantour

Refuge ouvert toute l'année

Restaurant ouvert tous les jours de mai à septembre, et sur réservation toute l'année

Nombre de places : 11 chambres : 2 chambres collectives (6 à 8 personnes), 4 chambres famille (2 à 4 personnes) et 5 chambres couple.

A partir de 44€ la demi-pension, tarifs spéciaux familles, enfants et groupes.

Tel : (0)4 92 32 20 79
+33 (0)6 38 83 21 42

Tarifs et infos complémentaires : <http://www.refuge-bayasse.fr/>

Crédit photo : PNM/DR