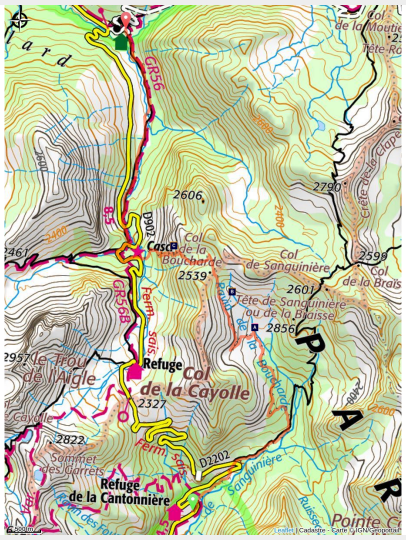
Balade des 3 refuges - Etape 3

Vallées haut-Var&Cians - Entraunes



Randonnée Ubaye. Les aiguilles de Pelens en automne dans leur univers minéral de falaises et d'éboulis. (BENSA Marion)

Progression au fil de l'eau dans un mélézin qui s'ouvre, en altitude, sur les pelouses pâturées et les éboulis de grès d'Annot.

Lors de cette randonnée entre l'Ubaye et le Haut-Var, paysages lacustres et panoramas d'exception seront au rendez-vous. Cet itinéraire est pratiquable au départ de n'importe quel refuge.

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 6 h

Longueur : 13.2 km

Dénivelé positif : 707 m

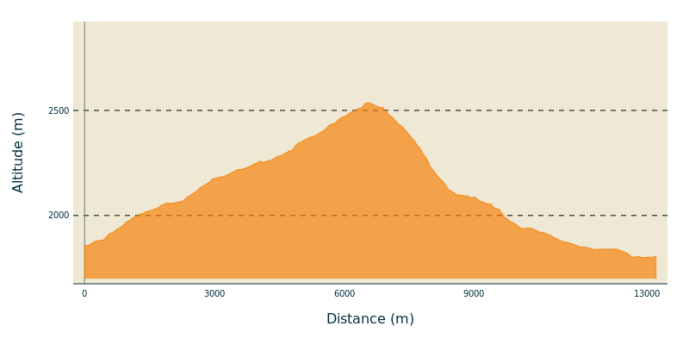
Difficulté : Moyen

Type : Itinérance

Itinéraire

Départ : Refuge de la Cantonnière
Arrivée : Refuge de Bayasse
Communes : 1. Entraunes
2. Uvernet-Fours

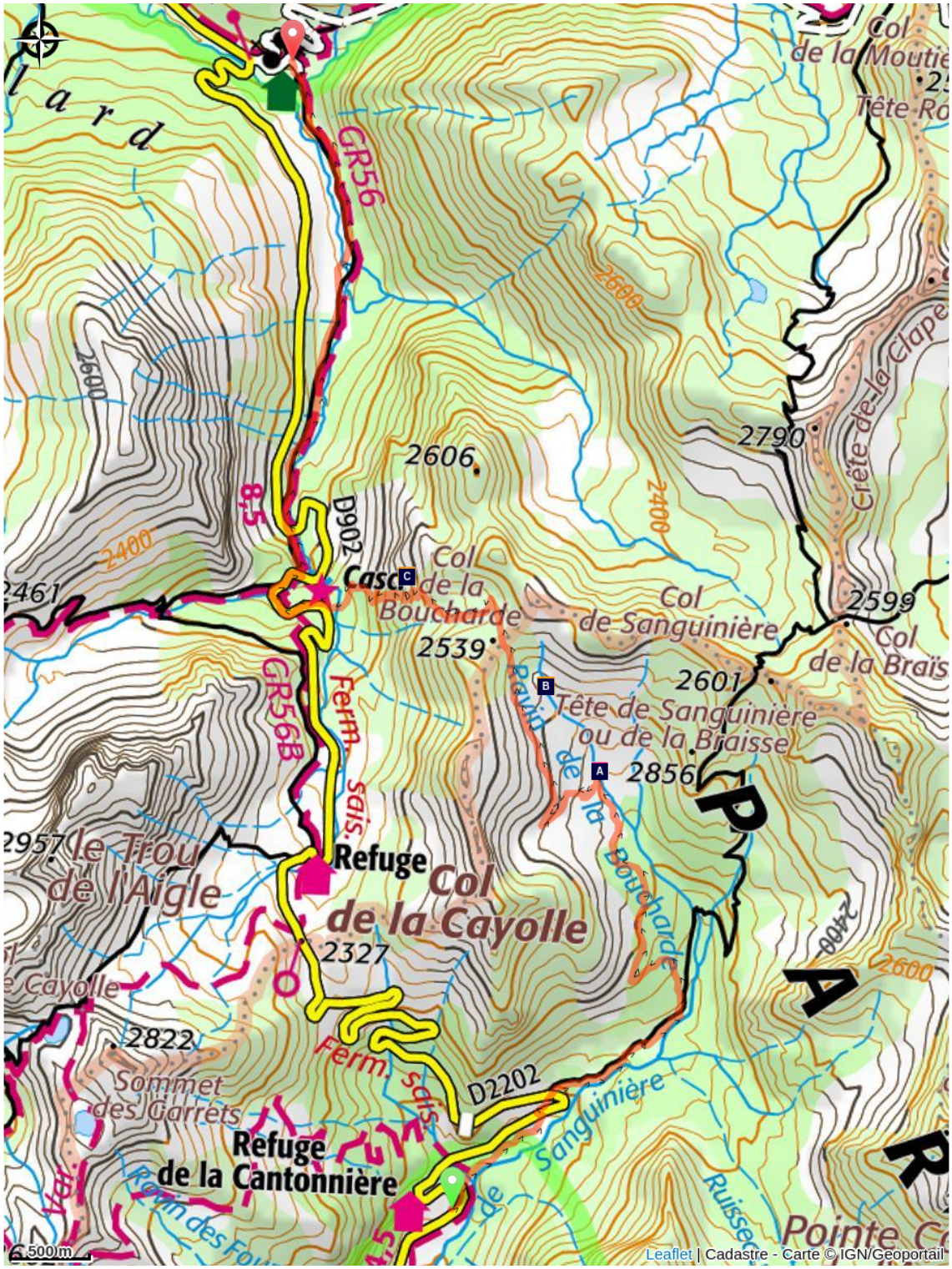
Profil altimétrique



Altitude min 1799 m Altitude max 2536 m

Remonter la route jusqu'à la porte du Parc national, puis suivre la direction des cabanes de Sanguinière. Le sentier remonte le torrent, franchit à deux reprises la route dans une forêt de pins à crochets et de mélèzes. Le cirque de Sanguinière s'ouvre alors au promeneur. Sa vocation depuis toujours pastorale en fait depuis 1981 un site expérimental.
Après la seconde cabane, prendre à gauche (balise 287) en direction du Col de la Boucharde. Le mélézin abrite Orchis sureau et Orchis vanille à l'odeur si agréable, tandis que le pic épeiche trahit sa présence par les " forges " qu'il a taillé dans l'écorce des plus vieux arbres. Au Rocher Camembert, gros bloc de grés fendu en deux par le gel, tourner à droite sans manquer la vue panoramique sur la vallée et les aiguilles de Pelens. Le sentier traverse l'alpage et les mélèzes, découvrant bientôt un paysage géomorphologique typique minéral. Le jaune des touffes de Lotiers corniculé et des Séneçons apporte une note poétique. Vue sur Fort Carra et sa forme sommitale rectangulaire au sud-est, le dôme de la Tête de Sanguinière à l'Est. Direction Nord, on retrouve la vallée du Bachelard, rejointe par un itinéraire dévalant le versant dans un mélézin dont la régénération naturelle lutte sans merci avec les avalanches le long du ravin de l'Eschillon. Vision panoramique sur la vallée et contrechamp sur le vallon de la Grande Cayolle, parcouru le premier jour. Franchir le torrent du Bachelard et rejoindre la route. Suivre celle-ci vers l'aval jusqu'au pont, puis prendre le GR56 et admirer la cascade bordant la route un peu plus loin. Le GR traverse ensuite la chaussée à proximité d'un troisième pont, un des plus beaux ouvrages de la route. Longer le torrent en pente douce vers Bayasse, dominé par l'imposant massif de Ventebrun où vivent paisiblement les bouquetins introduits par le parc national en 1989.

Sur votre chemin…



Les grès d'Annot (A)

Formation pâturée d'altitude (B)

Toponymie (C)

Toutes les infos pratiques

Comment venir ?

Accès routier

Accès depuis Nice :

Remonter la vallée du Var par la N202 (route de Grenoble) en passant par
St Martin du Var, Plan du Var, Puget-Théniers.
6 km après Entrevaux, prendre à droite la D2202 direction col de la Cayolle.
Traverser Guillaumes, St Martin d'Entraunes, Entraunes puis le hameau d' Estenc.
Le refuge de la Cantonnière est 800m après la sortie du hameau d' Estenc, en bord de route sur votre gauche. (6km avant le Col de la Cayolle)

Parking conseillé

Au parking du Refuge de la Cantonnière

Sur votre chemin...

Les grès d'Annot (A)

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 : BENSA Marion

Formation pâturée d'altitude (B)

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 (C)

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.