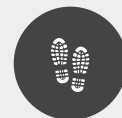


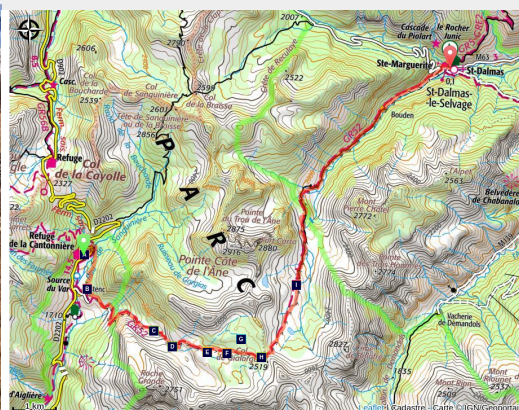


GTM - Etape 02 : Estenc - Saint-Dalmas-le-Selvage

Vallées haut-Var&Cians - Entraunes



Gialorgues au mois de novembre, premières neiges (Mathieu Ancely)



Depuis la source du fleuve Var, montée à travers les forêts et alpages et descente progressive le long du torrent de Gialorgues, qui alimente la Tinée.

Ce tracé majestueux est une liaison historique qui a, de tous temps, permis de relier le Haut Var et la Haute Tinée.

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 6 h

Longueur : 18.2 km

Dénivelé positif : 787 m

Difficulté : Moyen

Type : Grande itinérance

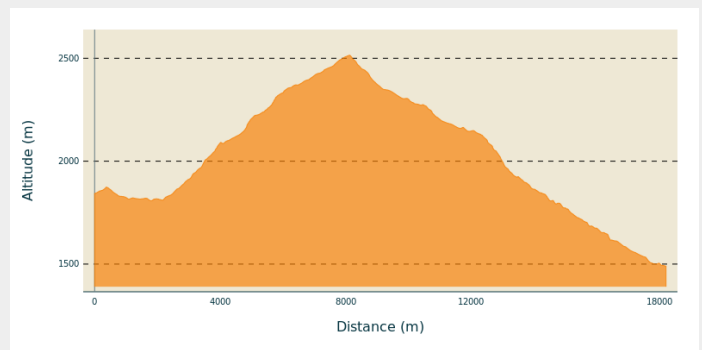
Itinéraire

Départ : Estenc

Arrivée : Saint-Dalmas-le-Selvage

Communes : 1. Entraunes
2. Saint-Dalmas-le-Selvage

Profil altimétrique



Altitude min 1490 m Altitude max 2515 m

Du parking supérieur (b.284), porte du Parc national du Mercantour, prendre le sentier à droite, puis rejoindre en contrebas une passerelle enjambant le torrent de Sanguinière (b.281).

Suivre le sentier à plat (ancien canal) et gagner sans difficultés le vallon de l'Estrop via les balises (282, 283). À la balise 283, prendre à gauche, traverser bientôt le vallon de l'Estrop et remonter grâce à un long lacet (b.275) le verrou du pas de l'Estrop.

Vers 2 100 m, on parvient à un premier replat sous les barres de Roche-Grande (sud) avant d'entrer dans le curieux cirque de l'Entonnoir, dépression où s'engloutit la cascade de l'Estrop.

Un petit raidillon mène à l'immense faux-plat de l'Estrop où s'abrite une cabane d'alpage située au pied de la Pointe du Génépi. De loin en loin, d'imposants cairns donnent l'axe de la progression, très aisée jusqu'au col de Gialorgues (2 519 m - b. 279), passage caractéristique entre Var et Tinée avec sa série de casemates militaires désaffectées situées à main gauche (abri possible).

Du col, on découvre sur le versant opposé un vaste panorama sur la Haute Tinée avec en point de mire, dans le lointain, la face sud du Mont Viso (3 841 m). Plus près, l'ample vallon de Gialorgues déroule ses alpages entre la cime caillouteuse de Bollofré à droite (est) et le Fort Carra à gauche.

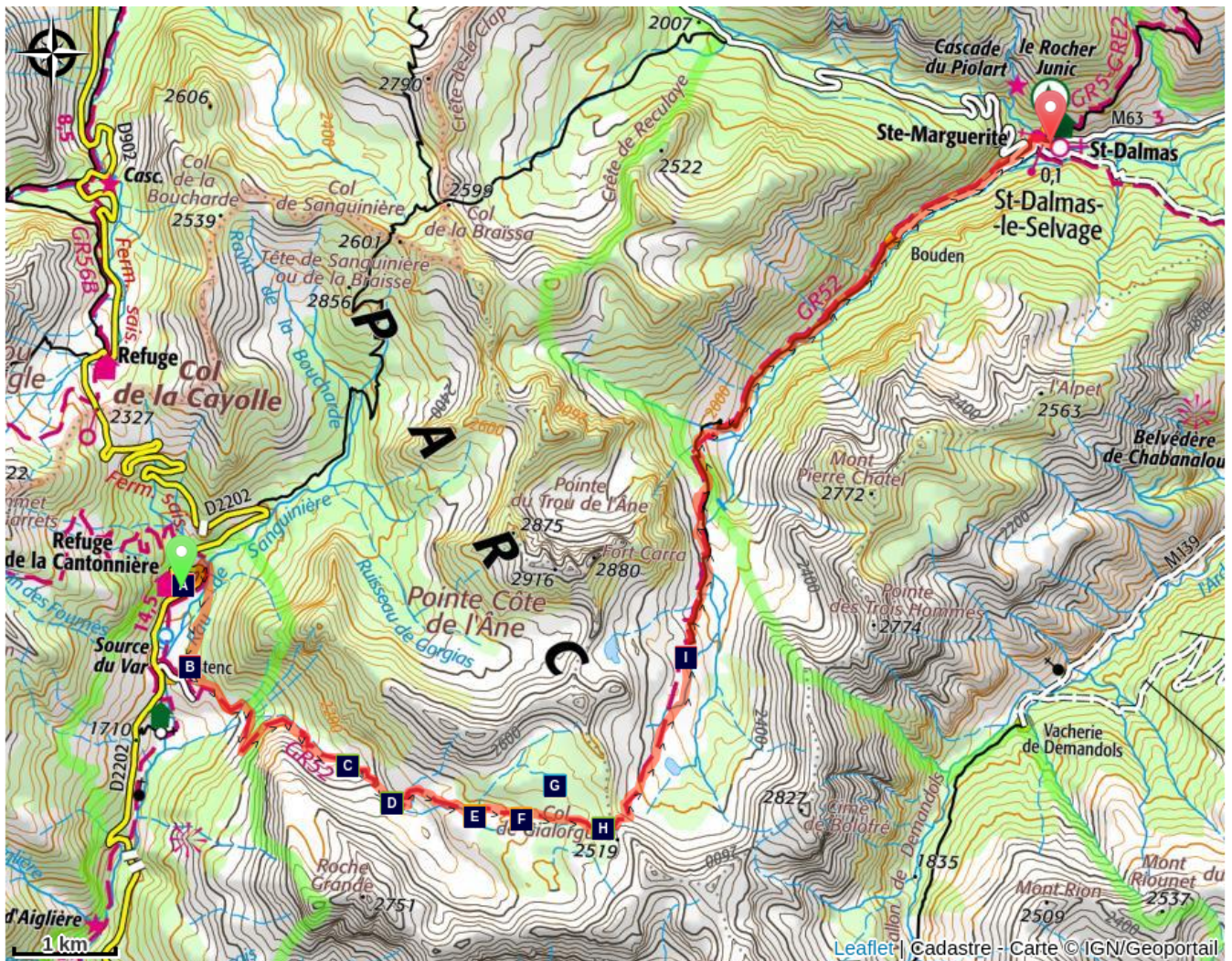
Descendre dans l'ample vallon de Gialorgues, un sentier d'alpage permet de rejoindre agréablement un large replat où sont juchés le refuge CAF de Gialorgues (non gardé) (2 280 m - b.73a) ainsi que la cabane pastorale à proximité.

Continuer en direction du nord, le tracé passe non loin des Sagnes de Gialorgues, où coule un ruisseau bordé de Linaigrettes le moment venu. Atteindre par le sentier les premiers mélèzes et par quelques lacets, rejoindre une piste en terre (parking de Valloar) (1 950 m - b.73).

Prendre à gauche, traverser à gué le torrent de Valloar puis suivre à droite le tracé de la piste qui descend en rive gauche du torrent de Gialorgues (environ 6 km).

Atteindre via les balises 72 et 66, le village de Saint-Dalmas-le-Selvage (1 500 m - b. 67).

Sur votre chemin...



- | | |
|---|---|
|  Refuge de la Cantonnière (A) |  Estenc (B) |
|  Le bouquetin des Alpes (Capra ibex) (C) |  Le criquet de Sibérie (Aeropus sibericus) (D) |
|  Le pastoralisme (E) |  Des vestiges militaires (F) |
|  Les lacs de l'estrop (G) |  Le lagopède alpin (Lagopus mutus) (H) |
|  Refuge de Gialorgues (I) | |

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

Avant de partir en randonnée, prenez connaissance des consignes de sécurité.

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



Estenc (B)

Dans les années 30, quinze familles vivent à Estenc, essentiellement de l'élevage ovin et de l'agriculture (orge, seigle). La vie, en autarcie presque complète, est pauvre, rude. Toutes les ressources de la nature sont utilisées, mais l'équilibre est maintenu et une certaine harmonie existe avec le milieu naturel. Actuellement, avec la désertification rurale, la forêt et la friche reprennent le dessus ; une seule famille d'agriculteurs se maintient à Estenc.

Crédit photo : Marion BENSA



Le bouquetin des Alpes (Capra ibex) (C)

Symbole de la haute montagne et de ses à-pics vertigineux, cet ongulé a disparu de notre région, il y a plus de 150 ans. Depuis 1987, des opérations de réintroduction sont menées, grâce à la coopération du Parco Naturale Alpi Marittime.

Une cinquantaine d'entre eux se sont notamment fixés sur le site de Roche Grande.

Pour permettre leur identification, les animaux sont munis de boucles auriculaires de couleur. Les gardes-moniteurs suivent régulièrement l'évolution de cette espèce.

Crédit photo : Philippe PIERINI



Le criquet de Sibérie (Aeropus sibericus) (D)

Aux grandes glaciations, cet orthoptère vivait en plaine. Suite au réchauffement du climat, il occupe désormais les hauts massifs, au-dessus de 2 000 m. Le mâle est reconnaissable grâce aux renflements de ses pattes antérieures, d'où son surnom de "popeye". Ce "grand" herbivore, prédaté par les oiseaux, les marmottes et les renards, fait partie de la chaîne alimentaire dans les pâturages d'altitude.

Crédit photo : MALAFOSSE Jean-Pierre



Le pastoralisme (E)

Ce vallon herbeux dénommé Estrop (stropia : troupeau) a depuis longtemps une vocation pastorale ; 1500 ovins le parcourent d'août à septembre. La cabane sert d'abri au berger. Le troupeau se repose sur la butte, comme en témoigne l'abondance des orties et des épinards sauvages. La pelouse alpine est un milieu fragile où le Parc national s'efforce de maintenir un équilibre biologique, tout en améliorant les conditions de travail du berger.

Crédit photo : COSSA Jean-Louis



Des vestiges militaires (F)

À la veille de la Seconde Guerre mondiale, l'armée française décide de construire des fortifications (blockhaus) au col de Gialorgues en vue de stopper une éventuelle invasion italienne. Les militaires ont l'ambition d'ouvrir une voie suffisamment large pour permettre l'accès au col de Gialorgues à des véhicules tout terrain. Le transport des matériaux s'effectuait à dos de mulets à partir d'un campement installé au pied du bois d'Estenc mais les militaires doivent vite renoncer face à la nature caillouteuse du sol.

Crédit photo : Marion BENSA



Les lacs de l'estrop (G)

Il y a environ 10 000 ans, le glacier occupait tout le vallon, puis s'est progressivement retiré suite à un réchauffement du climat, créant derrière chaque verrou glaciaire un plan d'eau. Lentement, l'érosion a comblé cette retenue d'eau. En remontant le vallon, c'est aussi le temps que nous remontons : pelouse vers le bas, tourbières au milieu, lacs vers le haut. Autour des zones humides, fleurissent des espèces arctico-alpines comme le jonc et le Zweifarbiges Seggen qui sont protégés au niveau national et européen.

Crédit photo : Marion BENSA



Le lagopède alpin (Lagopus mutus) (H)

Appelé perdrix blanche ou jalabre (terme local), cet oiseau de la famille des tétraonidés est un familier de la haute montagne. Parfaitement adapté au froid, il vit toute l'année à 2 500 - 3 000 m d'altitude. Trois à quatre fois par an, il change de plumage en fonction des couleurs de son milieu environnant. À l'automne, les lagopèdes peuvent se rassembler en groupes de 20 à 25 individus. Leurs principaux prédateurs sont l'hermine et l'aigle royal.

Crédit photo : Jacques BLANC



Refuge de Gialorgues (I)

Nombres de places : 12 places en refuge

Gardiennage : non gardé

Période d'ouverture : toute l'année

Réservation obligatoire

Le retrait et restitution des clés :

Hôtel Regalivou

04.93.02.49.00

St Etienne de Tinée

M. FERRAN 04.93.05.54.22

Estenc

En cas de difficultés :

contacter le CAF de Nice

michelle@cafnice.org

04 93 62 59 99

Numéros utiles :

Maison du parc : 04 93 02 42 27

OT de St-Etienne de Tinée : 04 93 02 41 96

Gîte de St-Dalmas : 04 93 02 44 61

Crédit photo : PNM/DR