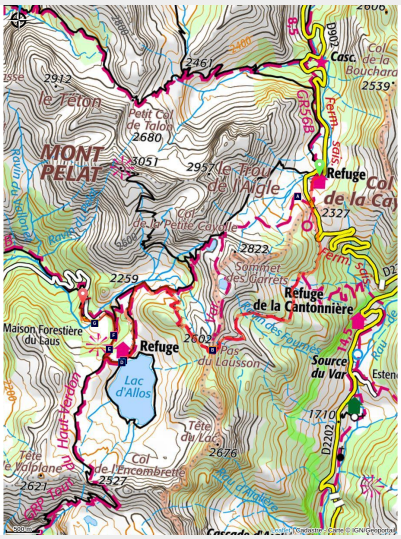
Itinéraire des Lacs - Balade familiale Mercantour Ouest - Etape 2

Vallée haute Ubaye - Uvernet-Fours

Randonnée au lac d'Allos en été (BRETON François - PNM)



Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 5 h

Longueur : 11.1 km

Dénivelé positif : 483 m

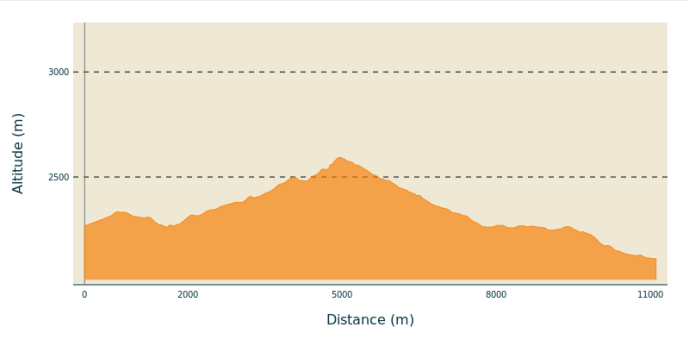
Difficulté : Moyen

Type : Itinérance

Itinéraire

Départ : Col de la Cayolle
Arrivée : Parking du Laus
Communes : 1. Uvernet-Fours
2. Entraunes
3. Allos

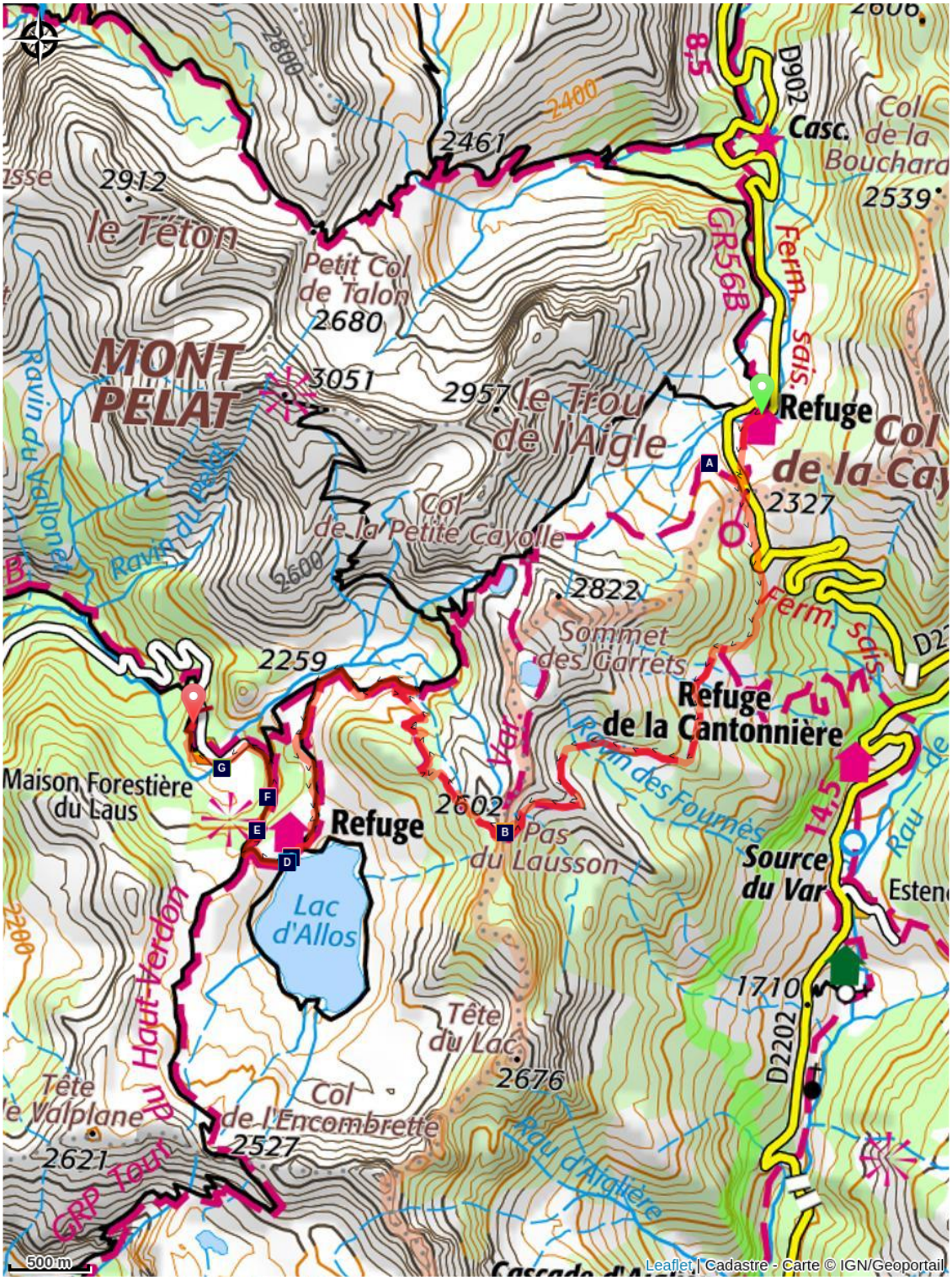
Profil altimétrique



Altitude min 2111 m Altitude max 2593 m

Du parking du col de la Cayolle (b.300), monter rapidement par la route jusqu’au col géographique (2 326 m) et prendre la direction du Pas du Lausson en légère descente vers le Sud (b.301). Après un ravin soutenu par des gabions, le sentier monte en douceur à la lisière supérieure du bois. Laisser à gauche (b.294) le sentier d’Estenc et après avoir parcouru trois larges combes, rejoindre en quelques lacets le Pas du Lausson (2 602m- b.296). Le sentier descend sur le versant Allos puis rejoint le plateau de Méouilles par une traversée en balcon. Prendre alors le sentier en direction du lac d'Allos en direction du refuge-hôtel. Suivre la piste qui rejoint le parking dominant le plateau du Laus et traverse le sentier d’interprétation.

Sur votre chemin…



- Restauration des Terrains en Montagne (RTM) (A)
- Refuge du Lac d'Allos (C)
- Mais d'où vient cette eau? (E)
- Les secrets de la tourbière (G)
- Histoire d'une borne frontière (B)
- Lac d'Allos (D)
- Le plateau herbeux de Laus (F)

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

Sur votre chemin...

Restauration des Terrains en Montagne (RTM) (A)

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

Histoire d'une borne frontière (B)

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

Refuge du Lac d'Allos (C)

Refuge géré par la commune d'Allos

Refuge-bar-restaurant
Nombres de places : 40 places
Gardiennage : juin à septembre. La salle hors-sac, située juste au-dessus du refuge reste ouverte 365 jours par an.

Tél. 04 92 83 00 24

http://refuge-du-lac-dallos.com

Office du Tourisme du Val d'Allos : 04 92 83 02 81

Crédit photo : LAURENT Olivier

Lac d'Allos (D)

Enfant des glaciers de l'ère quaternaire, le lac d'Allos est le plus grand lac naturel à cette altitude d'Europe (62ha). Ses eaux issues de la fonte des neiges et de sources atteignent 42m de profondeur et en son sein se développe une vie plus intense que dans les lacs précédents : invertébrés, alevins, truite Fario et omble chevalier.
Le lac d'Allos est un milieu de la plus grande fragilité, du fait des conditions de vie extrêmes et du faible nombre d'espèces végétales et animales. L'omble chevalier, y est pour des raisons encore mystérieuses atteint de nanisme. Toute pollution ou modification du milieu y serait catastrophique. Mais la présence du Parc national devrait aujourd'hui assurer au lac sa quiétude.

Crédit photo : GOURON Claude

Mais d’où vient cette eau? (E)

La belle résurgence que vous avez sous les yeux est un cas très particulier d’hydrogéologie : unique pour le Mercantour et presque pour les Alpes ! En effet, cette eau provient d’une perte du lac d’Allos, ce qui en fait un cas très rare de lac de montagne sans surverse, ce qui est d’autant plus remarquable qu’il s’agit du plus haut lac naturel d’altitude d’Europe dont la profondeur varie de 42 à 49 mètres suivant les années.
La source formée s’appelle le Chadoulin, affluent de rive gauche du Verdon.

Crédit photo : LE BOUTEILLER Eric

Le plateau herbeux de Laus (F)

Le plateau herbeux de Laus est une mémoire de la vie depuis 9000 ans. Né lors du recul des glaciers, un lac occupait le site. Faible profondeur (7 mètres), apports importants d'alluvions torrentielles et de matières organiques se sont combinés, accélérant le processus de comblement de ce lac. Le rôle majeur fut joué par les bryophytes : tandis que les racines se décomposent, les bryophytes continuent leur croissance par le haut, emprisonnent les pollens : leur analyse permet de retracer le scénario de vie.
Malgré un assèchement progressif sur plusieurs milliers d'années, le processus se poursuit aujourd'hui. Encore humide, ce milieu comporte des espèces végétales caractéristiques de la tourbière. Dans ce plateau scintillent les méandres de la Serpentine.

Crédit photo : CULOTTA Jean-marc

Les secrets de la tourbière (G)

Cette vaste étendue herbeuse est une des plus belles tourbières du Mercantour.
La tourbière est riche en informations : son épaisseur dépasse les huit mètres. La succession des couches renferme de précieux indices (grains de pollens, débris végétaux, etc…). Leurs datations permettent de remonter à 9500 ans.
Ces milieux aquatiques particuliers, pauvres en oxygène et riche en azote, abritent également une flore adaptée, dite « turfigène » : des sphaignes (mousses), des gracieuses linaigrettes et leur toupet de coton blanc, ainsi que des grassettes, une des espèces de plantes carnivores de France.

Crédit photo : Le Bouteiller Éric