

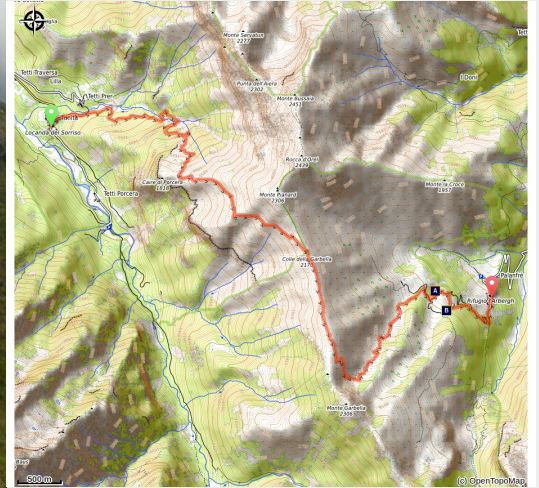


# GTAM - Etape 10 : Trinità d'Entracque - Palanfrè

Parco Naturale Alpi Marittime - Entracque



Costa di Pianard (Fabrice Henon)



*Une très belle étape d'altitude sur de longs versants ou crêtes offrant des vues panoramiques, permettant de relier les vallées Gesso et Vermenagna.*

Aujourd'hui, deux familles d'éleveurs habitent toute l'année à Palanfrè. Leurs troupeaux paissent les pâturages alentours donnant à ce hameau un charme tout particulier.

## Infos pratiques

---

Pratique : Pédestre

---

Durée : 5 h

---

Longueur : 11.4 km

---

Dénivelé positif : 1210 m

---

Difficulté : Moyen

---

Type : Grande itinérance

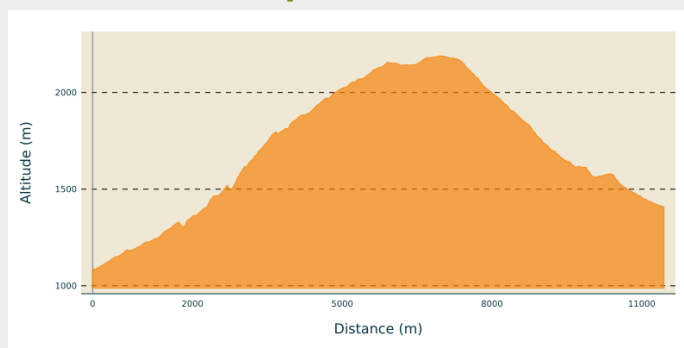
# Itinéraire

**Départ** : Trinità d'Entracque

**Arrivée** : Palanfrè

**Communes** : 1. Entracque  
2. Vernante

## Profil altimétrique

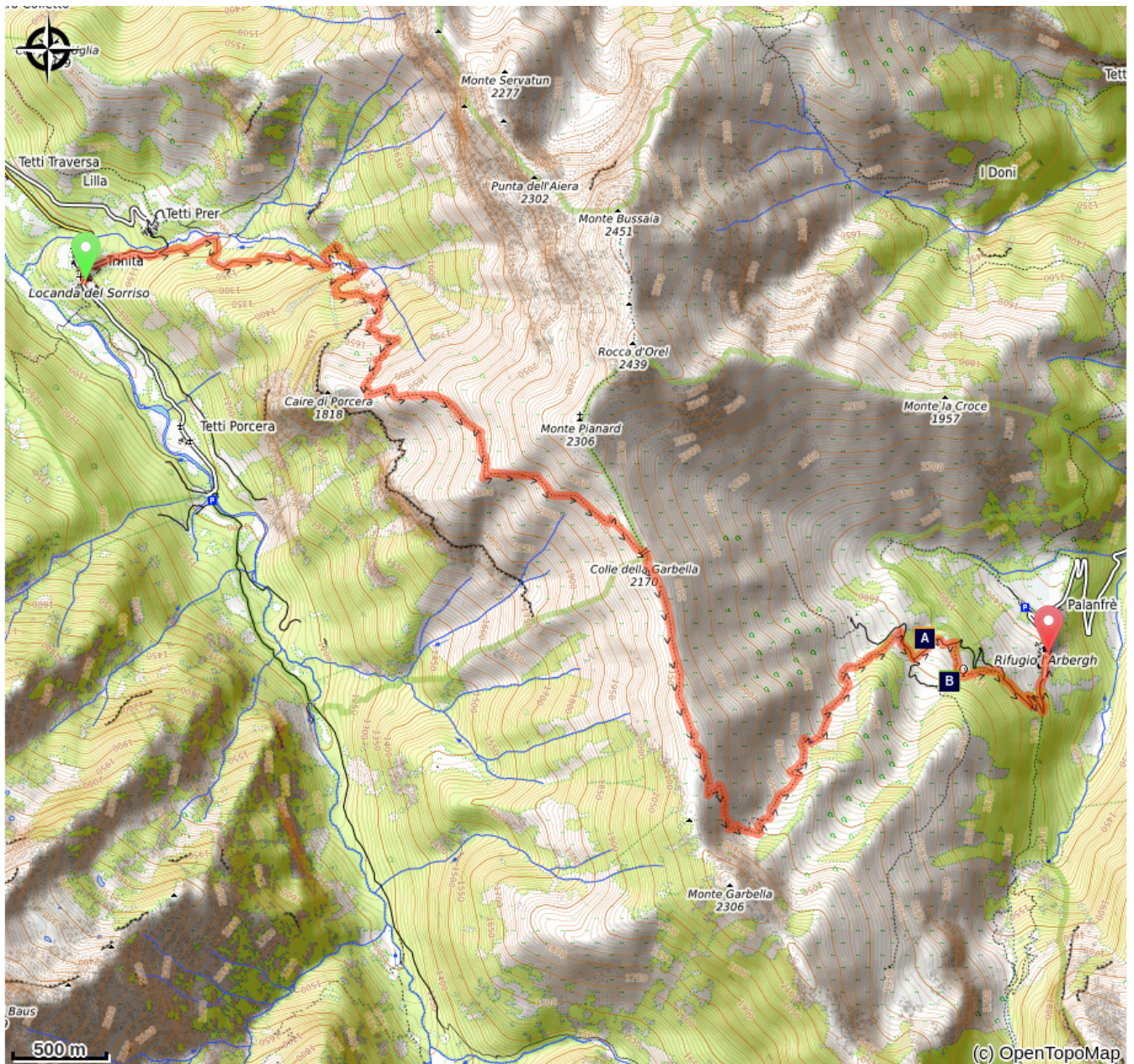


Altitude min 1085 m Altitude max 2189 m

Laisser le gîte GTA Locanda Del Sorrisso derrière soi pour prendre la route goudronnée en direction du Nord Ouest sur 50 mètres. A la balise, prendre à droite la route goudronnée balisée blanc et rouge L6 pour Palanfrè. A la fin de la route goudronnée prendre le sentier main droite balisé GTA / L6. Remonter la rive gauche du torrent en utilisant une maincourante. S'élever rapidement grâce à un sentier exigeant s'élevant en forêt jusqu'au Colle del Caïre di Porcera à 1 802 mètres. Prendre à gauche à la balise suivant l'indication GTA / L6. Continuer de s'élever par un sentier très panoramique traversant des pentes raides par trois sections successives jusqu'au Colle della Garbella à 2170 mètres. Poursuivre la crête par le sentier balisé GTA / L6 balisé blanc et rouge, rappelé sur certains poteaux. A partir de l'altitude 2209 mètres, commencer à descendre main gauche pour récupérer un vallon débutant au pied d'un ressaut rocheux. A 1975 mètres, près d'un bloc rocheux, une balise rappelle le sentier GTA / L6. A 1600 mètres, rejoindre une piste et prendre à droite suivant le balisage. Continuer la descente par la piste jusqu'au village. Au niveau d'une vente de fromage, prendre la route goudronnée pour découvrir le hameau authentique de Palanfrè à 1398 mètres d'altitude.



# Sur votre chemin...



 La forêt bannie de Palanfrè (A)

 Le Hêtre (B)

# Toutes les infos pratiques

# Sur votre chemin...

---



## La forêt bannie de Palanfrè (A)

L'haneau de Palanfrè est située au pied des pentes escarpées couvertes de pâturages de Costa Pianard, en une position très dangereuse pour la chute d'avalanches. Pour la protéger, dès les premières années du XVIIIe siècle mais probablement déjà auparavant, la coupe du bois de hêtre en amont des maisons avait été bannie (les "Avis Champêtres" aux archives de la Mairie de Vernante, datés de 1741, sont le premier témoignage écrit de l'état de protection de la forêt). Cette hêtraie a fait partie, depuis 1979, de la Réserve Naturelle Bosco e Laghi di Palanfrè. En 1995 elle a été insérée dans le Parc Naturel Alpi Marittime. La forêt, couvrant plus de 20 hectares, n'est que frôlée par le sentier: malgré cela, il est possible d'admirer la majesté de certains de ses arbres.

Crédit photo : gianluca.giordano

---



## Le Hêtre (B)

Le hêtre (*Fagus sylvatica*), arbre magnifique à l'écorce grise et lisse, aux feuilles ovales de couleur vert intense, est souvent présent dans le roman populaire comme arbre magique habité par les gnomes. Il préfère les versants ombragés, jusqu'à 1800 m d'altitude, et peut vivre plus de 300 ans. Il produit un bois excellent, utilisé pour fabriquer des tonneaux et des manches d'outils et comme combustible. Ses fruits, les faînes, sont utilisés comme fourrage pour les porcins.

Crédit photo : Roberto Pockaj