

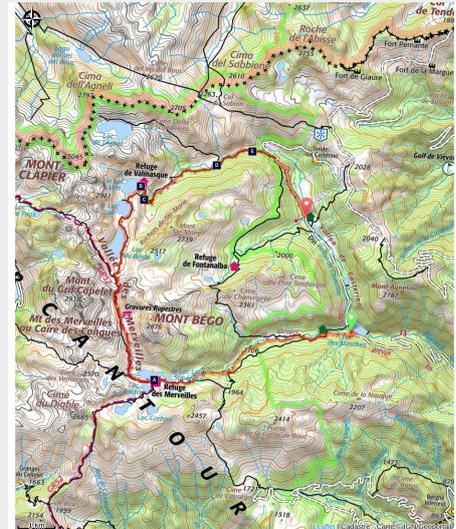


Le grand tour de la Vallée des Merveilles - Au coeur du Parc national du Mercantour

Vallées Roya&Bevera - Tende



Randonnée Vallée des Merveilles : le lac Basto, le lac Noir, et le lac Vert (Guigo Franck - PNM)



Un itinéraire agrémenté de magnifiques lacs pour découvrir un musée à ciel ouvert dans un cadre de haute montagne, la Vallée des Merveilles.

La présence de milliers de gravures rupestres contribue à créer une ambiance « magique », mise en lumière au fil des saisons et de la météo.

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 2 jours

Longueur : 23.9 km

Dénivelé positif : 1321 m

Difficulté : Moyen

Type : Itinérance

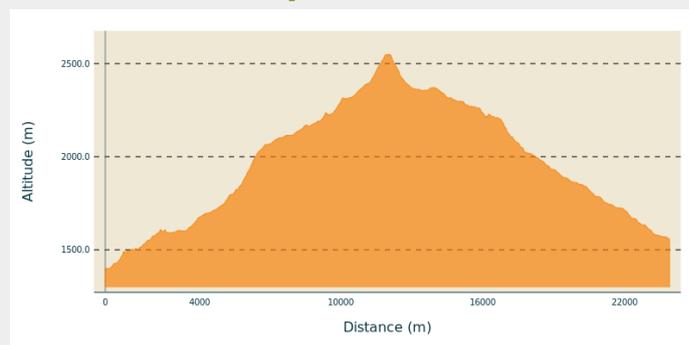
Itinéraire

Départ : Lac des Mesches

Arrivée : Castérino

Communes : 1. Tende

Profil altimétrique



Altitude min 1399 m Altitude max 2549 m

Étapes :

1. Le grand tour des Merveilles - Au coeur du parc national du Mercantour - Etape 1
8.0 km / 796 m D+ / 3 h
2. Le grand tour des Merveilles - Au coeur du parc national du Mercantour - Etape 2
15.8 km / 515 m D+ / 5 h 30

Sur votre chemin...



-  Refuge des Merveilles (A)
-  Le bouquetin des Alpes (Capra ibex) (C)
-  L'Epilobe (Chamerion angustifolium) (E)

-  Refuge de la Valmasque (B)
-  Le sorbier des oiseleurs (Sorbus aucuparia) (D)

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

Réglementation spécifique pour la traversée de la vallée des Merveilles. Signalisation en place :

- Interdiction de sortir des sentiers balisés.
- Interdiction de toucher et dégrader les gravures rupestres.
- Interdiction d'utiliser les bâtons sans embouts préalablement placés sur les pointes

Cet itinéraire se déroule sur des sentiers alpins de haute vallée. Les possibilités d'hébergement indiquées sont les seules disponibles sur le parcours. Avant de partir en randonnée, prenez connaissance des consignes de sécurité. Une prudence particulière devra être observée en début de saison car il peut exister des névés persistants.

Comment venir ?

Accès routier

66 km De Menton, suivre l'autoroute A 8 vers l'Est jusqu'à Vintimille (Italie). Remonter la vallée de la Roya et atteindre St-Dalmas-de-Tende par la RD 6204. A la sortie de St-Dalmas-de-Tende, prendre à gauche la RD 91 pour gagner le lac des Mesches par une route étroite et sinueuse.

Parking conseillé

Parking du lac des Mesches (06430 Tende)

Sur votre chemin...



Refuge des Merveilles (A)

Club Alpin Français

Nombres de places : 75 places en refuge - Possibilités de manger et de prendre une douche

Gardiennage : 15 juin au 15 septembre : Hugo PUTELAT
(Téléphone au refuge) : 04.93.04.64.64

Hiver : octobre à juin (sur réservation): Mouloud CADDUR
refugedesmerveilles@ffcam.fr

Le refuge est donc OUVERT en gestion libre et gardé sur réservation à partir de 8 pers. 19 places sont à la disposition des randonneurs avec couverture (2 par personnes) et oreiller.

Si vous souhaitez que le refuge soit gardé, veuillez contacter:
refugedesmerveilles@ffcam.fr

Numéros utiles :

OT de Tende / Maison du Parc : 04 93 04 73 71

Crédit photo : MALTHIEUX L.



Refuge de la Valmasque (B)

Refuge CAF

Commune : Tende

Carte IGN : 3841 OT

Départ : Castérino (porte PNM)

Dénivelé : 540 m

Nombre de places : été (54), hiver (12)

Possibilités de manger et de prendre une douche

Gardiennage : mi-juin à fin septembre

Renseignements au Caf : 04 93 62 59 99

Hors saison sur réservation : 04 92 31 91 20

Site web CAF : <http://refugedevalmasque.ffcam.fr/reservation.html>

Numéros utiles :

OT de Tende : 04 93 04 73 71

Maison du Parc : 04 93 04 67 00

Crédit photo : Franck GUIGO



Le bouquetin des Alpes (*Capra ibex*) (C)

De 1920 à 1930, 25 bouquetins du Grand Paradis étaient lâchés dans la réserve royale de Valdieri. Depuis 1987, des opérations de réintroduction ont été menées conjointement par le Parc national du Mercantour et le Parco naturale Alpi Marittime. Aujourd'hui, des hardes fréquentent les environs du col de Fenestre. Les mâles ne vivent pas avec les femelles. Celles-ci accompagnent les cabris et les jeunes jusqu'à leurs deux ans.

Crédit photo : BRETON François



Le sorbier des oiseleurs (*Sorbus aucuparia*) (D)

Essence de lumière, le sorbier des oiseleurs entreprend, avec le mélèze et le cytise, la conquête des hauts pâturages abandonnés par les troupeaux. Les oiseaux, surtout les grives, friands de ses graines, assurent la dissémination de cet arbre élégant. Ses feuilles dispensent une ombre légère, tandis que ses grappes de fruits rouges sont chapeautées d'amusante façon par les premières neiges. Si le bois peut être sculpté, les sorbes, riches en vitamine C, sont utilisées pour la fabrication de confitures et surtout d'eau-de-vie.

Crédit photo : GUIGO Franck



L'Épilobe (*Chamerion angustifolium*) (E)

Compagne du sapin et de l'épicéa dont elle favorise la régénération, l'épilobe illumine d'un tapis de pourpre les clairières de juin à août. Ses fleurs, groupées en longues grappes le long d'une tige droite atteignant 1,20 m de haut, donnent naissance à des graines légères et ailées. Emportées par le vent, celles-ci disséminent l'épilobe ou laurier de St Antoine sur les ubacs et au bord des torrents jusqu'à 2000 m d'altitude.

Crédit photo : CEVASCO Jean-Marie