

# Circuit d'Amen

Vallées haut-Var&Cians - Guillaumes







Cascade d'Amen dans la clue du même nom. Blocs de pélites rouge entassés par les crues. Etiage estival. (Philippe RICHAUD )

Ce circuit de moyenne montagne se déroule en balcon sur les gorges de Daluis et d'Amen, dans un environnement minéral, supraméditerranéen.

Rouge de la roche mère, turquoise et bleu des minerais qu'elle recèle, jaune de l'or recherché et des genêts fleuris, vert des coussinets d'euphorbe, noir des galeries minières, le circuit d'Amen est un tableau naturel plein de couleurs et d'histoire.

#### **Infos pratiques**

Pratique : Pédestre

Durée: 6 h

Longueur: 13.2 km

Dénivelé positif: 797 m

Difficulté : Moyen

Type : Journée : boucle

Thèmes : Faune, Géologie, Point

de vue

# **Itinéraire**

**Départ** : Pont des Roberts, Guillaumes **Arrivée** : Pont des Roberts, Guillaumes

Balisage : - PR

**Communes**: 1. Guillaumes

#### **Profil altimétrique**



Altitude min 773 m Altitude max 1356 m

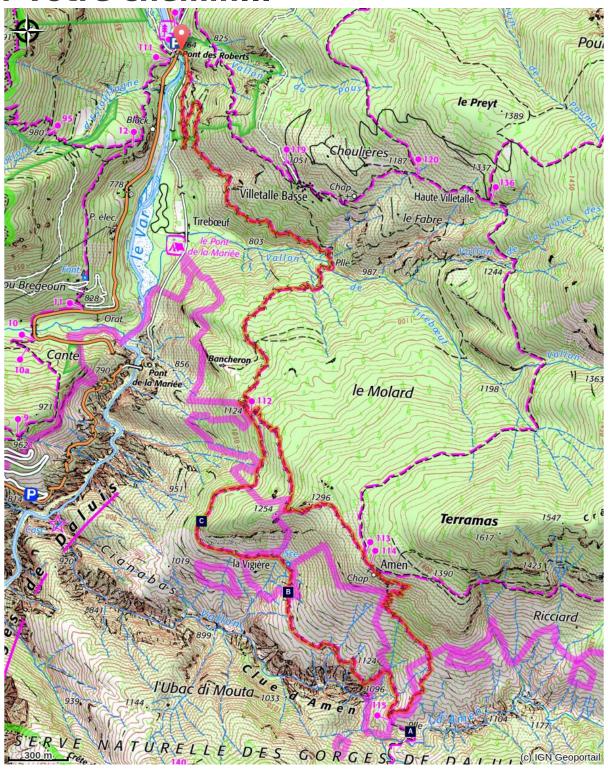
Du parking, traverser la D2202 et partir en rive gauche du Var, sur la petite route de Tireboeuf qui mène au camping.

Le chemin (CD16) se situe tout de suite sur la gauche, indiqué par la balise 111. Monter en suivant le balisage jaune, franchir le vallon de Tireboeuf par un petit pont de pierre. Au croisement suivant (balise 112), quitter le CD16, prendre à gauche pour grimper vers Amen. Attention à ne pas perdre le chemin lorsqu'il bascule côté clue d'Amen, dans la garrigue.

A la balise 113 continuer vers Amen. Le hameau se situe à quelques centaines de mètres. Traverser le village puis descendre vers la clue d'Amen, indiquée à la balise 114.

Le Retour sur Guillaumes se fait par le chemin départemental 16 en corniche qui rejoint l'itinéraire emprunté à la montée.

# Sur votre chemin...



La garrigue dégradée (A)Le circaète Jean-le-Blanc (C)

La Réserve naturelle de Daluis (B)

# **Toutes les infos pratiques**

#### **A** Recommandations

S'assurer d'avoir suffisamment d'eau avant de partir sur ce sentier très exposé au soleil et éviter les journées à forte chaleur.

Attention une partie de l'itinéraire traverse la réserve naturelle (RNR) des gorges de Daluis. Veillez à respecter la réglementation en vigueur.

Plus d'informations : <a href="http://www.reserves-naturelles.org/gorges-de-daluis">http://www.reserves-naturelles.org/gorges-de-daluis</a>

#### **Comment venir?**

#### **Transports**

Bus 675 Nice Grand Arénas - Entraunes

Consulter les horraires sur le site Zou

#### Accès routier

En venant des gorges de Daluis par la D2202, 1,5km en aval de Guillaumes sur la petite route de Tireboeuf.

Stationner sur l'aire de repos, juste après le pont des Roberts à gauche.

#### Parking conseillé

Parking aménagé, Pont des Roberts



### i Lieux de renseignement

#### Office du tourisme de Guillaumes

25 Place de Provence, 06470 Guillaumes

guillaumestourisme@gmail.com

Tel: 04 93 05 57 76 http://www.guillaumes.fr

## Sur votre chemin...



## La garrigue dégradée (A)

C'est ainsi que les phytoécologues définissent la végétation du versant sud de ce vallon, issue de la destruction d'une forêt primitive de chênes pubescents dont on peut voir quelques individus le long du chemin. L'abandon de l'agriculture et le recul du pastoralisme favorisent un lent retour de cet adret vers la forêt. La garrigue est un stade intermédiaire formé ici d'arbustes tels que le buis, l'amélanchier et le genêt cendré. Sa floraison dorée s'harmonise merveilleusement au printemps avec le rouge des pélites.

La proximité de la Méditerranée est rappelée par le thym, la lavande et l'euphorbe épineuse.

Crédit photo : Marion BENSA



## 🖸 La Réserve naturelle de Daluis (B)

Créé en 2012, la Réserve naturelle régionale des Gorges de Daluis est la première réserve du département des Alpes Maritimes. Située entre le Parc National du Mercantour et la mer Méditerranée, elle présente un très fort intérêt géologique, minéralogique, naturel et culturel.

Majestueuse porte entre la Provence et les Alpes, la réserve naturelle offre le saisissant spectacle des gorges rouges creusées par le fleuve Var et de leurs parois vertigineuses de pélites.

Crédit photo : Guy LOMBART



## 🚺 Le circaète Jean-le-Blanc (C)

Outre son caractère paysager exceptionnel, le site des gorges de Daluis présente une grande diversité biologique avec plusieurs espèces végétales et animales d'intérêt européen. Une envergure de 1,70 m environ, le dessous des ailes blanc finement rayé de noir identifient ce rapace mangeur de serpents ; on estime qu'une famille de circaètes Jean-le-Blanc (les 2 adultes et l'unique jeune) mange cinq serpents par jour. Migrateur, il vient se reproduire dans nos montagnes dès la fin mars, survolant inlassablement landes et éboulis, à la recherche d'une vipère ou d'une couleuvre.

Crédit photo : Jean-Claude MALAUSA