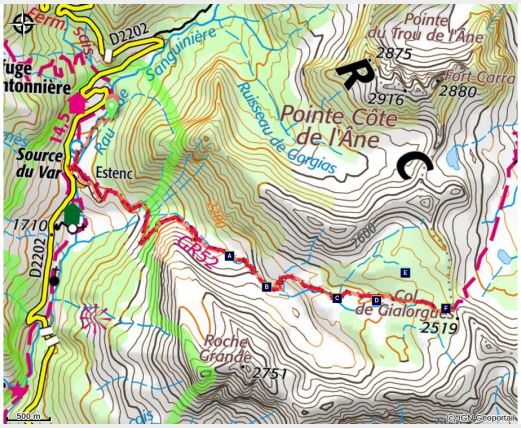
Le vallon de l'Estrop

Vallées haut-Var&Cians - Entraunes

Lagopède alpin (Lagopus mutus), Un lagopède dans un environnement rocheux. (BLANC Jacques)



Randonnée pastorale dans un grand vallon herbeux ceinturé de sommets modelés par l'érosion et le temps.

Dans un univers pastoral animé par la valse lente des troupeaux, cette randonnée vous permettra de contempler la succession de vallons herbeux façonnés par le travail du glacier mais aussi par la main de l'homme.

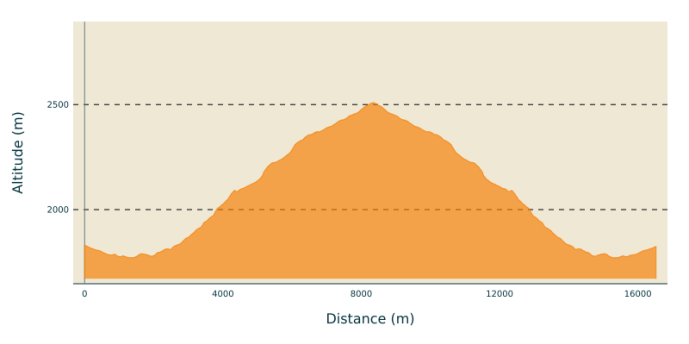
Infos pratiques

- Pratique : Pédestre
- Durée : 7 h
- Longueur : 16.5 km
- Dénivelé positif : 844 m
- Difficulté : Moyen
- Type : Journée : aller-retour
- Thèmes : Faune, Pastoralisme

Itinéraire

Départ : Hameau d'Estenc, Entraunes
Arrivée : Hameau d'Estenc, Entraunes
Balisage : PR
Communes : 1. Entraunes

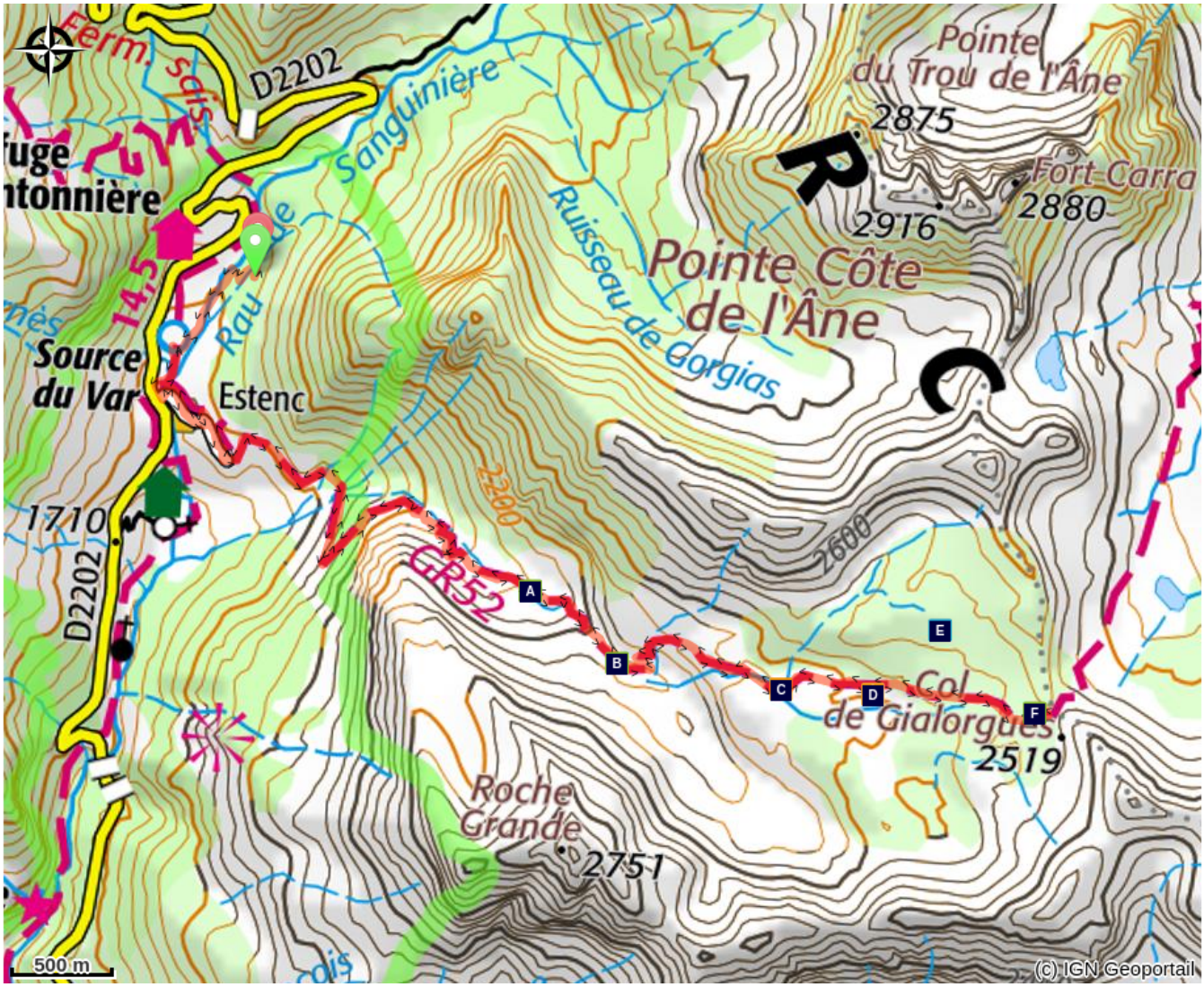
Profil altimétrique



Altitude min 1771 m Altitude max 2509 m

À partir de la porte du parc national, emprunter l'itinéraire balisé "Col de Gialorgues". Traverser le vallon de Sanguinière et suivre le canal jusqu'à la balise 282. Une légère descente dans une forêt de mélèzes conduit au bas du vallon de l'Estrop, balise 283.
Après un passage dans un immense éboulis, prendre à gauche, à la première intersection.Une montée en zigzag débouche sur un replat herbeux peuplé de criquets de Sibérie. Sur la droite, le sommet de Roche Grande (2752m) où s'observer le bouquetin des Alpes.
Le sentier s'élève ensuite pour parvenir au lieu-dit "L'Entonnoir" lieu spectaculaire d'érosion. Suivre le sentier qui serpente à gauche d'une cascade ; là, blottie au pied d'une barre rocheuse, une cabane rappelle la vocation pastorale du lieu.
Le denivelé est maintenant moins marqué et fait place à une succession de reliefs arrondis. Un beau chemin bordé de tourbières mènent à une butte d'où s'observe des fortifications militaires. Atteindre enfin le point culminant de la randonnée : le col de Gialorgues. À droite, le rocher du Pigeon abrite des lagopèdes alpins.
Une variante sur la droite permet de découvrir deux petits lacs d'altitude cachés derrière un monticule herbeux.
Le retour se fait par le même itinéraire.

Sur votre chemin…



- Le bouquetin des Alpes (Capra ibex) (A)
- Le pastoralisme (C)
- Les lacs de l'estrop (E)
- Le criquet de Sibérie (Aeropus sibericus) (B)
- Des vestiges militaires (D)
- Le lagopède alpin (Lagopus mutus) (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

Comment venir ?

Accès routier

Hameau d'Estenc, au pied du col de la Cayolle, 200 m après le refuge de la Cantonnière.

Parking conseillé

Parking du refuge de la Cantonnière

Sur votre chemin...

Le bouquetin des Alpes (Capra ibex) (A)

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) (B)

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 (C)

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 (D)

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 (E)

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 Zweifarbige Seggen qui sont protégés au niveau national et européen.

Crédit photo : Marion BENSA

🦜 Le lagopède alpin (Lagopus mutus) (F)

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