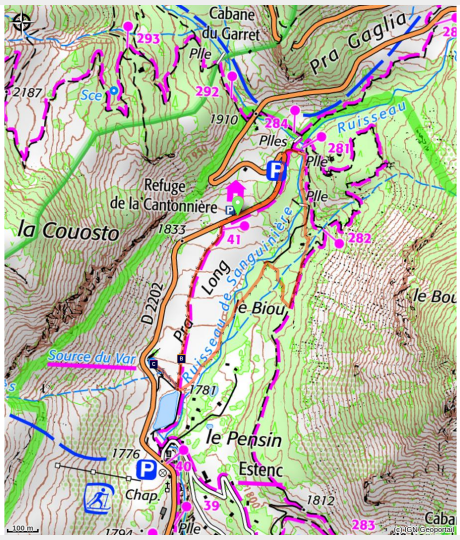
Giro del Plateau d'Estenc

Vallées haut-Var&Cians - Entraunes

Le plateau d'Estenc en automne vu depuis la route de la Cayolle par temps nuageux (Marc EVENOT)



Approfittate di una passeggiata in famiglia per scoprire il rifugio della Cantonnière, antico luogo di sosta per in cantonieri che lavoravano alla costruzione della strada delle Grandi Alpi.

All’estremità nord della provincia e alle sorgenti del Var, l’altopiano di Estenc è uno dei siti più piacevoli e bucolici della valle, offrendo un interessante contrasto fra montagne imponenti e il fascino delle praterie e del sottobosco fatato, col sottofondo del canto di innumerevoli uccelli.

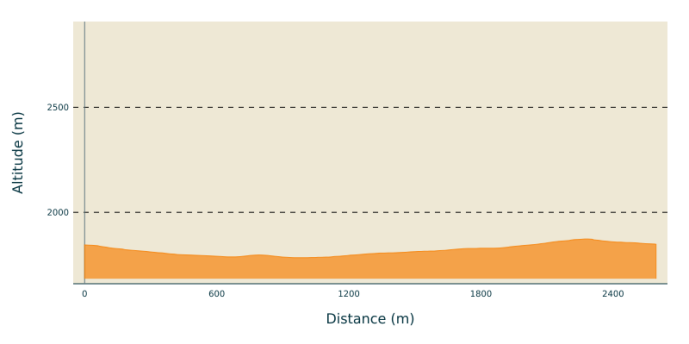
Informazioni utili

- Pratica : Escursionismo
- Durata : 2 h
- Lunghezza : 2.6 km
- Dislivello positivo : 98 m
- Difficoltà : Molto facile
- Tipo : In giornata : anello
- Temi : Alpeggi, Flora, Rifugio
- Accessibilità : Joelette

Itinerario

Partenza : Rifugio della Cantonnière
Arrivo : Rifugio della Cantonnière
Marcature : PR
Comuni : 1. Entraunes

Profilo altimetro



Altitudine minima 1784 m

Altitudine massima 1873 m

Dal rifugio della Cantonnière, scendere per 50m fino al segnale 41.

Seguire il sentiero bordato di praterie, ancora sfruttate per il foraggio fino al piccolo lago artificiale.

Una rapida capatina di qualche minuto sulla destra permette di scoprire la sorgente del Var.

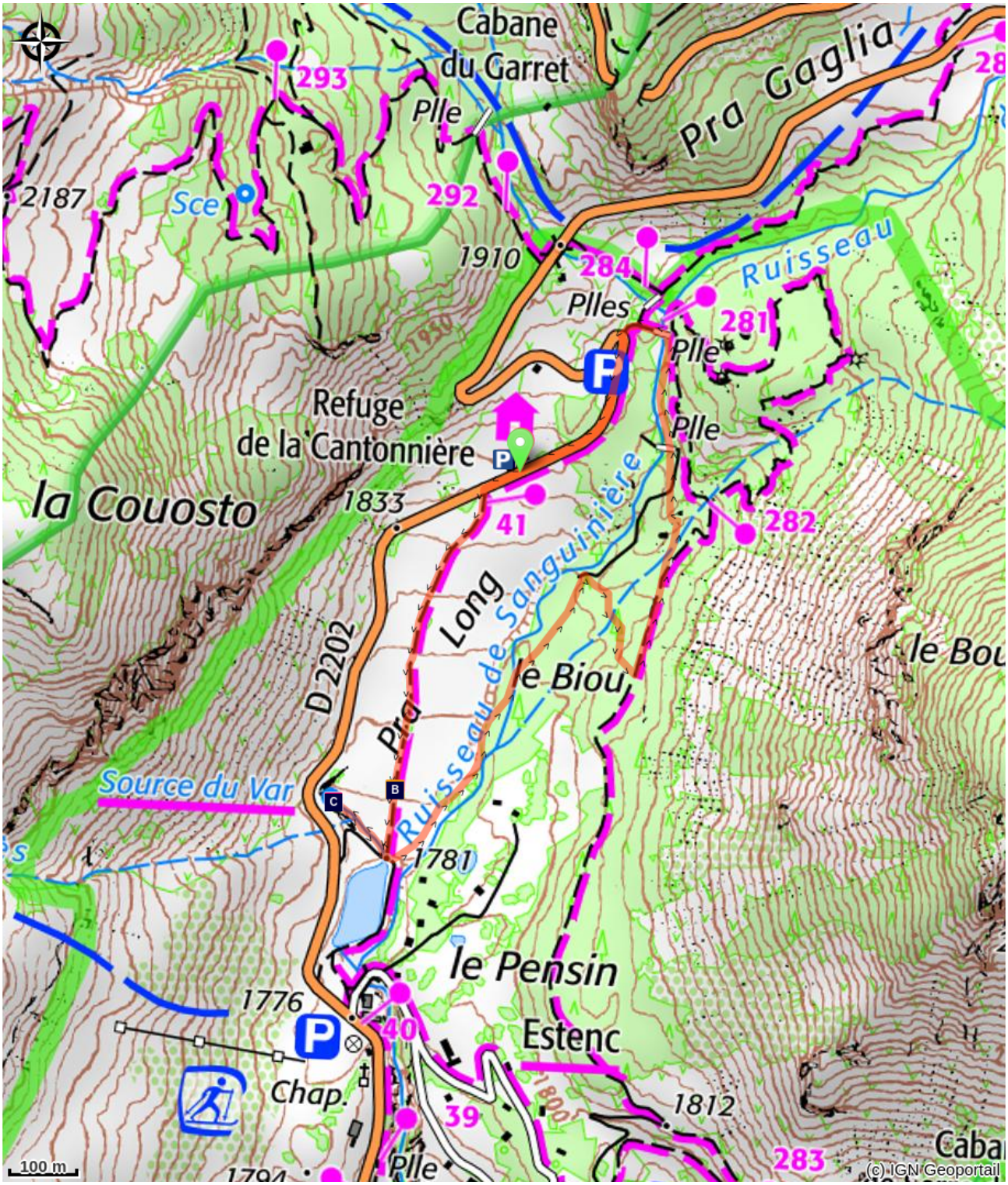
Proseguire sulla sinistra seguendo una pista che risale lungo il ruscello di Sanguinière. Dopo averlo attraversato tramite una passerella, entrare in un bel lariceto.

All’incrocio, andare a sinistra imboccando tre piccoli ponticelli e proseguire risalendo fino al ruscello della Sanguinière.

All’incrocio del sentiero, andare a destra salendo fino ad una radura luminosa, disseminata di rocce. Lasciare allora la pista per prendere a sinistra il sentiero segnato il giallo.

Al segnale 282, proseguire a sinistra su un sentiero che procede seguendo un canale e poi attraversa una larga passerella all’altezza del segnale 281.Raggiungere la strada sulla sinistra e percorrerla in discesa fino al rifugio.

Sulla tua strada...



Rifugio della Cantoniera (A)

Praterie da sfalcio dell’altopiano di Estenc (B)

Sorgente del Var (C)

Tutte le informazioni utili

Comment venir ?

Accesso

Il rifugio della Cantonnière si trova a 800 m dopo l’uscita del paese di Estenc, a bordo strada sulla vostra sinistra (6km prima del Col de la Cayolle).

Il rifugio è accessibile in macchina durante tutto l’anno. D’inverno questo rappresenta la fine della D2202, dato che non viene spazzata la neve oltre questo punto.

Parcheggio consigliato

Parcheggio del rifugio della Cantonnière

Accessibilità

Noleggio gratuito de "la joëlette” :

Rifugio de La Cantonnière - Estenc - 06470 Entraunes
Tél. : 00 33 (0)4 93 05 51 36
alexgoirand@hotmail.fr
http://www.refuge-cantonniere.fr/fr/

Joelette

Luoghi di informazione

Point d'Information Touristique Entraunes
La Mairie, 06470 Entraunes

mairie@entraunes.fr
Tel : 04 93 05 51 26

Sulla tua strada...

Rifugio della Cantoniera (A)

La storia del rifugio è intimamente legata alla Route des Grandes Alpes che collega il lago Lemano al Mediterraneo. La strada fu realizzata all'inizio del XX secolo dal Touring Club francese, con i mezzi molto rudimentali di un tempo, per mano di lavoratori italiani che alloggiavano in questa imponente casa cantoniera.

Accessibile dall'estate 1913 alle rare automobili che circolavano all'epoca, la strada doveva essere inaugurata dal presidente Poincaré nell'agosto 1914. La dichiarazione di guerra privò però gli abitanti di Entraunes della sua visita.

Interamente ristrutturata dal Parco nazionale del Mercantour, l'edificio è oggi utilizzato come rifugio.

Posti disponibili: 36 posti ripartiti in camere e dormitori da 2, 4, 5 e 18 posti.

Tariffe e apertura: http://lacantonniere.wixsite.com/refugelacantonniere
Tel: +33 (0)4 93 05 51 36
Mail: lacantonniere@gmail.com

Credito fotografico : Refuge de la Cantonnière

Praterie da sfalcio dell'altopiano di Estenc (B)

Il termine "prateria da sfalcio" designa una superficie di produzione di foraggio non seminata, ricca di specie, falciata per nutrire il bestiame. È soggetta a pratiche non intensive, rispettose dell'ambiente, che preservano la grande diversità floristica.

Il Parco nazionale del Mercantour totalizza 1000ha di praterie da sfalcio, incluse in un territorio adibito al pascolo e alla coltivazione di foraggio che ricopre circa 120000ha. In questo perimetro, 90 allevamenti hanno la propria sede domiciliata nei comuni del Parco e 268 allevatori transumanti sono presenti in estate.

Credito fotografico : Marc EVENOT

Sorgente del Var (C)

La fonte del Var sgorga sull’altopiano di Estenc, a 1790m d’altitudine. Nonostante questa sorgente non sia né la più importante del versante, né la più elevata, è la sola che, si dice, non si è mai prosciugata.

Il Var è un fiume costiero il cui percorso di 114km termina nel mar Mediterraneo, tra Nizza e Saint-Laurent-du-Var.

Credito fotografico : Laurent MARTIN DHERMONT