GTM - Tappa 17 : Sospel - Menton

Vallées Roya&Bevera - Sospel

Le vieux pont médiéval du village Sospel. (Jean-Marie Cevasco - PNM)

Dopo una salita fino a Colla Bassa, gli ultimi chilometri di questo lungo percorso costeggiano l'imponente cima montana frontaliera intorno al Gramondo e alla Roc de l'Orméa.

A partire da quest'ultima tappa si possono vedere Alpi letteralmente "tuffarsi" nel maestoso Mar Mediterraneo,prima di arrivare meritatamente in riva al mare nella vecchia città di Menton.

Informazioni utili

Pratica : Escursionismo

Durata : 6 h

Lunghezza : 18.1 km

Dislivello positivo : 1197 m

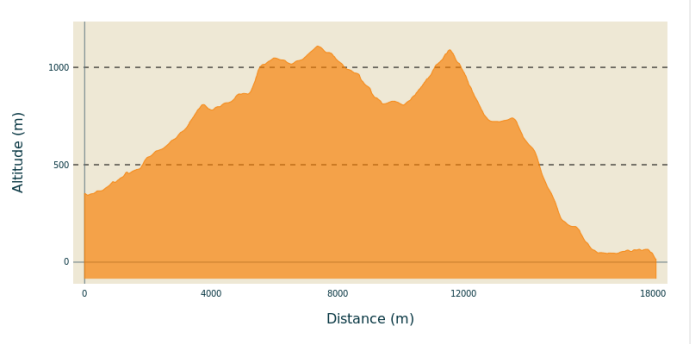
Difficoltà : Difficile

Tipo : Grandi itinerari a tappe

Itinerario

Partenza : Sospel
Arrivo : Menton
Comuni : 1. Sospel
2. Menton

Profilo altimetro



Altitudine minima 15 m

Altitudine massima 1109 m

Da Sospel (350 m- b105), imboccare l’antica strada del colle di Castillon (D2566).

Attraversate la ferrovia e, appena prima del primo tornante, prendere la stradina di Fontan a sinistra (b106).

Questa subito si trasforma in tracciato; seguirla prima di imboccare a destra il GR (b106a) che la taglia per ricongiungersi a lei più in alto.

Al primo tornante a destra, seguire l’inizio di una pista per ritrovare il sentiero (GR) che sale sul fianco (b107) prima di uscire sulla cima (fontana – b107a). una salita nel sotto-bosco permette di raggiungere il colle di Razet (1032 m –b17); continuare sul fianco (GR52) per giungere alla Colla Bassa (1107 m –b16) e prendere a destra la pista che scende in direzione sud.

Più in basso al bivio prendere la destra su un sentiero (GR) per raggiungere la località Mourgan (b15). Lasciarsi a destra le rovine per attraversare il versante e raggiungere una pista (b14) che bisognerà seguire a destra in discesa per riprendere il sentiero che parte sulla sinistra (GR52 – b13).

L’ultima salita comincia (b12) fino ai grandi pini sotto il passaggio del colle di Berceau (1090m).

Non perdetevi la salita sulla cima di Roc d’Orméa (1132m) attraverso una breve fascia pedonale in andata e ritorno. La discesa sul versante sud è ripida, ghiaiosa e tecnica.

La pendenza di addolcisce a contatto con la foresta (716m), incrocio di itinerari (b11) dove bisogna continuare in piano in direzione di Plan du Lion (b10) e lasciandosi a destra il GR51.

Alla fine del pianoro, segnato recentemente da un incendio (b9), prendere il sentiero (GR52) che arriva direttamente sulla salita per condurre su un tracciato a livello del quartiere di St Paul. (446 m –b8).

Continuare dritto sul tracciato poi il cammino a sinistra (GR) che ridiscende sul lato (b 7 e 9) fino alle porte di Menton. Camminare parallelamente all’autostrada, poi passare sopra prima di continuare su (b5) la discesa (GR52 –b4)

Dopo aver raggiunto il bd di Garavan (b3) raggiungete il vecchio castello (b1) e la spiaggia di Sablettes attraverso le pittoresche stradine strette.

Sulla tua strada...

Tutte le informazioni utili

⚠ Consigli

Prima di partire per l'escursione, informatevi sulle norme di sicurezza. Una particolare prudenza deve essere osservata ad inizio stagione, per l'eventualità di nevai perenni.

Nel periodo estivo il caldo può essere una conseguenza di questa tappa di media altitudine. Per assicurarvi la corretta idratazione, portate sufficienti scorte d'acqua.

Comment venir ?

Accesso

Navetta per il ritorno ad Estenc: 147km/3h30

Uscire da Menton per prendere l'A8 in direzione Nizza.

Imboccare l'uscira (n°52 Saint-Isidore) per ritrovare la RM6202 e l'itinerario preso all'andata.