

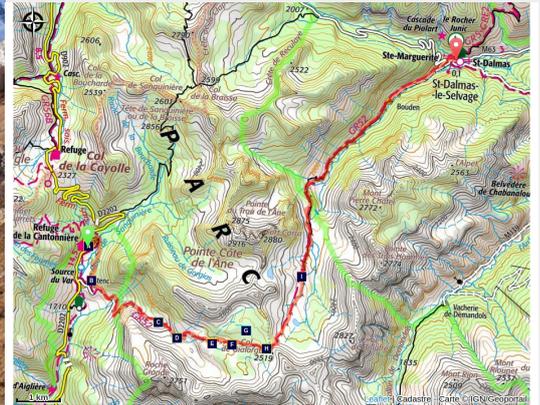


# GTM - Tappa 02 : Estenc - Saint-Dalmas-le-Selvage

Vallées haut-Var&Cians - Entraunes



Giarlogues au mois de novembre, premières neiges (Mathieu Ancely)



*Dopo la sorgente del fiume Var, salita attraverso le foreste e gli alpeggi e discesa graduale lungo il torrente Giarlogues, che alimenta il Tinée.*

Questo tracciato maestoso è un collegamento storico,

Questo maestoso itinerario è un collegamento storico che ha sempre unito le haut-Var e la haute-Tinée.

## Informazioni utili

Pratica : Escursionismo

Durata : 6 h

Lunghezza : 18.2 km

Dislivello positivo : 787 m

Difficoltà : Media

Tipo : Grandi itinerari a tappe

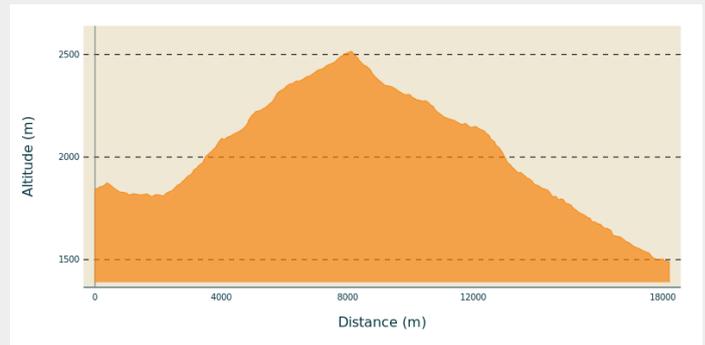
# Itinerario

**Partenza** : Estenc

**Arrivo** : Saint-Dalmas-le-Selvage

**Comuni** : 1. Entraunes  
2. Saint-Dalmas-le-Selvage

## Profilo altimetro



Altitudine minima 1490 m      Altitudine massima 2515 m

Dal parcheggio superiore (b 284), porta del Parco nazionale del Mercantour, imboccare il sentiero a destra, poi raggiungere in basso una passerella che collega il torrente di Sanguinière (b281).

Seguire il sentiero in piano (antico canale) e raggiungere senza difficoltà la valle dell'Estrop attraverso le segnalazioni (282, 283). Alla segnalazione 283, andare a sinistra, attraversare in fretta la valle dell'Estrop e risalire grazie ad un lungo tornante (b.275) la soglia glaciale del passo dell'Estrop. Verso i 2100 m, si arriverà ad un primo pianoro sotto le barre del Roche-Grande (sud) prima di entrare nel curioso circo dell'Etonnoir, depressione dove si inabissa la cascata dell'Estrop.

Una piccola scorciatoia porta all'immensa falsa piana dell'Estrop che ospita un rifugio d'alpeggio situato ai piedi della POinte du Génépi. Di tanto in tanto, dei grandi cairn segnano le tappe dell'avanzamento, molto facile fino al colle di Gialorgues (2519 m- b279), passaggio caratteristico fra Var e Tinée con le sue caserme militari destinati ad altro uso, situati a sinistra (possibilità di riparo).

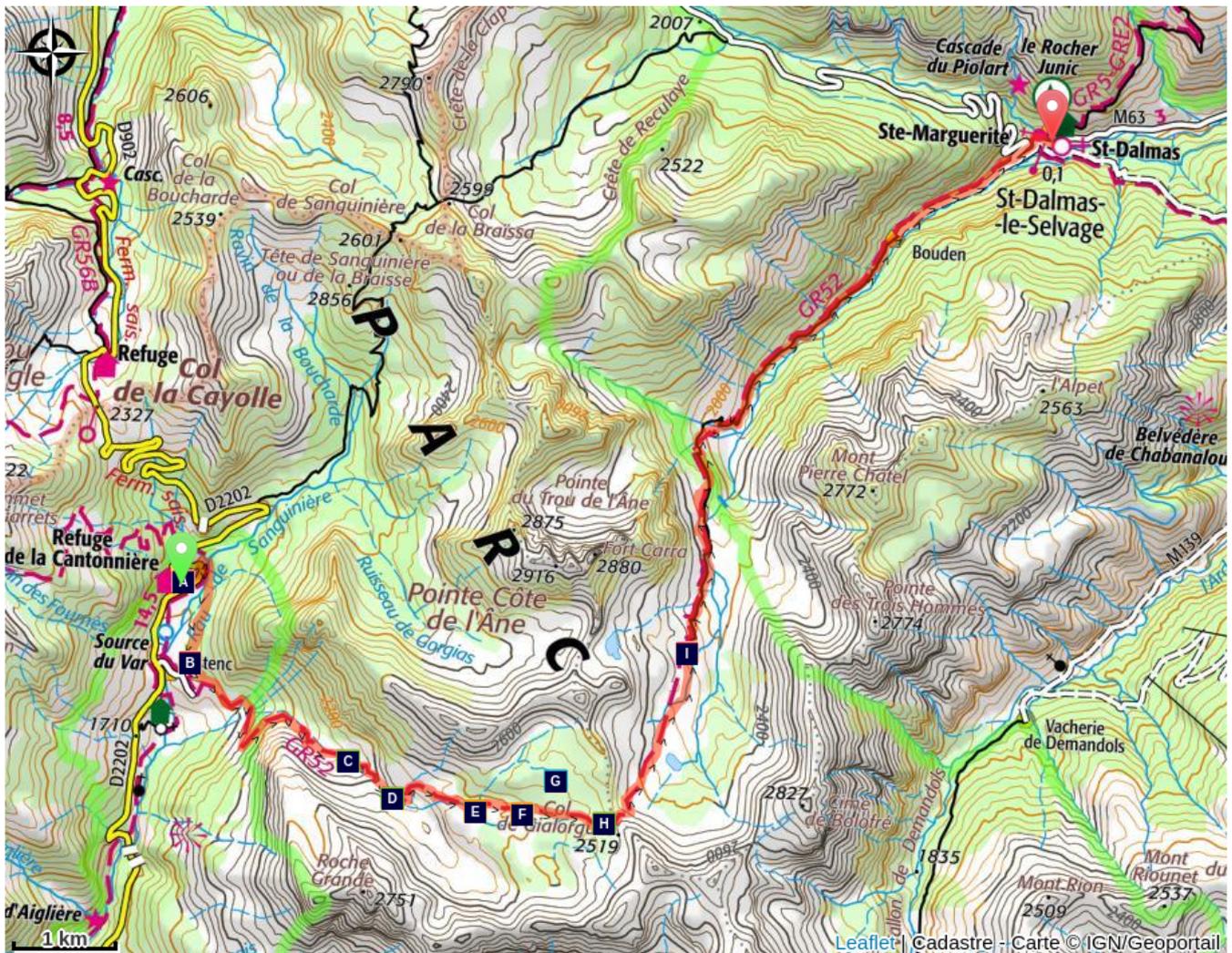
Dal colle, si scopre sul versante opposto un vasto panorama sulla Haute Tinée da cui è possibile avvistare, in lontananza, la facciata sud del monte Viso (3841m). Più vicino, l'ampia valle di Gialorgues scopre gli alpeggi fra la cima rocciosa di Bollofré a destra (est) e il Fort Carra a sinistra.

Scendere nell'ampia valle di Giarlogues, un sentiero di alpeggio permette di scoprire con facilità un ampio piano dove si trovano il rifugio CAF di Giarlogues, (non custodito) (2 280 m - b.73a) e lì vicino anche il rifugio pastorale.

Continuare in direzione nord, il tracciato passa non lontano da Sagnes de Giarlogues, dove sgorga un ruscello bordato di pennacchi a foglie strette. Attraversare sul sentiero i primi larici e dopo qualche curva, raggiungere un tracciato in terra battuta (parcheggio di Valloar)(1 950 m - b.73).

Girare a sinistra, attraversare a guado il torrente di Valloar e poi seguire a destra il tracciato della pista che scende lungo la riva sinistra del torrente di Gialorgues (circa 6 km). Raggiungere dopo le segnalazioni 72 e 66 il villaggio di Sait-Dalmas-le-Selvage (1 500 m - b.67).

# Sulla tua strada...



- |  |  |
|--|--|
|  Rifugio della Cantoniera (A)             |  Estenc (B)                                     |
|  Lo stambecco delle Alpi (Capra ibex) (C) |  La cavalletta siberica (Aeropus sibericus) (D) |
|  La pastorizia (E)                        |  Vestigia militari (F)                          |
|  I laghi dell'Estrop (G)                  |  La pernice bianca (Lagopus mutus) (H)          |
|  Rifugio di Gialorgues (I)                |  |

# Tutte le informazioni utili

## **Nel cuore del parco**

Il Parco Nazionale è un territorio naturale, aperto a tutti, ma soggetto ad un regolamento che è utile conoscere per preparare il vostro soggiorno.

## **Consigli**

Prima di partire per l'escursione, informatevi sulle norme di sicurezza.

# 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](mailto:lacantonniere@gmail.com)

Credito fotografico : Refuge de la Cantonnière

---



## Estenc (B)

Negli anni '30, ad Estenc vivevano 15 famiglie, essenzialmente dedite all'allevamento ovino e all'agricoltura (orzo, segale). Vivevano una vita di completa anarchia, povera e difficile. Venivano utilizzate tutte le risorse della natura, ma veniva mantenuto un certo equilibrio ed esisteva anche un'armonia con l'ambiente naturale. Al momento, con la desertificazione rurale, la foresta e il terreno hanno ripreso il sopravvento. Ora vive ad Estenc una sola famiglia di agricoltori.

Credito fotografico : Marion BENSA



## Lo stambecco delle Alpi (Capra ibex) (C)

Simbolo dell'alta montagna e dei suoi strapiombi vertiginosi, questo ungulato è scomparso dalla nostra regione oltre 150 anni fa.

Dal 1987 sono state avviate operazioni di reintroduzione, grazie alla cooperazione del Parco Naturale delle Alpi-Marittime. Una cinquantina di esemplari si sono stabiliti nel sito di Roche Grande. Per facilitarne l'identificazione, gli animali sono muniti di anelli auricolari colorati. I sorveglianti del parco seguono regolarmente l'evoluzione di questa specie.

Credito fotografico : Philippe PIERINI



## La cavalletta sibirica (Aeropus sibericus) (D)

Durante le grandi glaciazioni, questo ortottero viveva in pianura. In seguito al riscaldamento climatico, esso abita ormai gli alti massicci, sopra i 2000 m. l'esemplare maschio è riconoscibile grazie ai rigonfiamenti sulle zampe anteriori, da cui il suo soprannome di "braccio di ferro". Questo "grande" erbivoro, preda di uccelli, marmotte e volpi, fa parte della catena alimentare dei pascoli d'altitudine.

Credito fotografico : MALAFOSSE Jean-Pierre



## La pastorizia (E)

Questa valletta erbosa chiamata Estrop (*stropia* significa gregge) è destinata alla pastorizia da tempi immemori. 1500 ovini la percorrono da agosto a settembre, la capanna funge da riparo al pastore. Il gregge si riposa sulla collinetta, come possiamo intuire dall'abbondanza di ortiche e spinaci selvatici. I prati alpini sono un ambiente fragile in cui il Parco nazionale si sforza di mantenere un equilibrio biologico, migliorando allo stesso tempo le condizioni di lavoro del pastore.

Credito fotografico : COSSA Jean-Louis



## Vestigia militari (F)

Alla vigilia della Seconda Guerra Mondiale l'esercito francese decise di costruire una serie di fortificazioni (blockhaus) al Col de Gialorgues, con lo scopo di bloccare un'eventuale invasione italiana. I militari ebbero l'ambizione di aprire un passaggio abbastanza largo da permettere l'accesso al Col de Gialorgues a veicoli fuoristrada. Il trasporto dei materiali veniva effettuato a dorso di mulo a partire da un accampamento insediato ai piedi del bosco di Estenc, ma i militari dovettero presto rinunciare all'impresa di fronte alla natura sassosa del suolo.

Credito fotografico : Marion BENSA



## I laghi dell'Estrop (G)

Circa 10000 anni fa il ghiacciaio occupava tutta la valletta, prima di ritirarsi progressivamente in seguito al riscaldamento climatico, creando dietro ad ogni soglia glaciale uno specchio d'acqua poi lentamente colmato dall'erosione.

Risalendo la valletta torniamo indietro nel tempo: prati verso il basso, torbiere nel mezzo, laghi verso l'alto. Attorno alle zone umide fioriscono specie artico-alpine come il *Juncus* ed il *Carex bicolor*, protette a livello nazionale ed europeo.

Credito fotografico : Marion BENSA



## La pernice bianca (*Lagopus mutus*) (H)

Chiamata localmente "pedrix blanche" o "jalabre", questo uccello appartenente alla famiglia dei tetraonidi è un amante dell'alta montagna. Perfettamente in grado di sopportare il freddo, vive tutto l'anno a 2500 - 3000m d'altitudine. Cambia il piumaggio da tre a quattro volte l'anno, in funzione dei colori dell'ambiente circostante. In autunno, le pernici possono riunirsi in gruppi di 20 - 25 individui. I loro principali predatori sono l'ermellino e l'aquila reale.

Credito fotografico : Jacques BLANC



## Rifugio di Gialorgues (I)

Posti disponibili: 12 posti in rifugio  
Custodia: incustodito  
Periodo di apertura: tutto l'anno

### **Prenotazione obbligatoria**

Ritiro e restituzione chiavi:

**Hôtel Regalivou**

+33 (0)4 93 02 49 00

St Etienne de Tinée

**M. FERRAN** +33 (0)4 93 05 54 22

Estenc

In caso di difficoltà:  
contattare il CAF di Nizza  
[michelle@cafnice.org](mailto:michelle@cafnice.org)  
+33 (0)4 93 62 59 99

### **Numeri utili:**

Maison du parc: +33 (0)4 93 02 42 27

OT di St-Etienne de Tinée: +33 (0)4 93 02 41 96

Gîte de St-Dalmas: +33 (0)4 93 02 44 61

Credito fotografico : PNM/DR