



Il Grand Tour della Valle delle Merveilles - Nel cuore del Parco nazionale del Mercantour

Vallées Roya&Bevera - Tende



Randonnée Vallée des Merveilles : le lac Basto, le lac Noir, et le lac Vert (Guigo Franck - PNM)



Un itinerario abbellito da magnifici laghi per scoprire un museo a cielo aperto in un ambiente di alta montagna, la Vallée des Merveilles.

La presenza di migliaia di incisioni rupestri contribuisce a rendere questo luogo magico, illuminato dal passare delle stagioni e dal tempo.

Informazioni utili

Pratica : Escursionismo

Durata : 2 jours

Lunghezza : 23.9 km

Dislivello positivo : 1321 m

Difficoltà : Media

Tipo : Itinerari a tappe

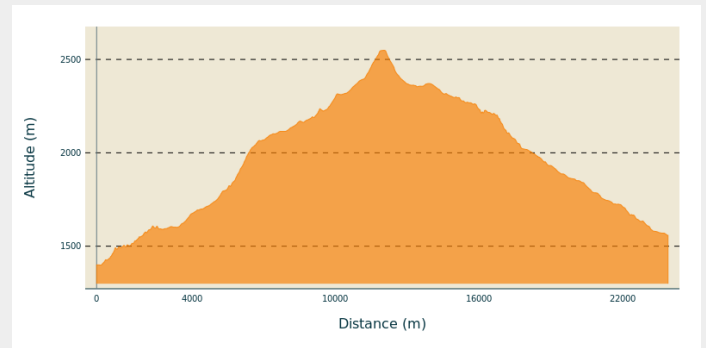
Itinerario

Partenza : Lac des Mesches

Arrivo : Castérino

Comuni : 1. Tende

Profilo altimetro



Altitudine minima 1399 m Altitudine massima 2549 m

Tappe :

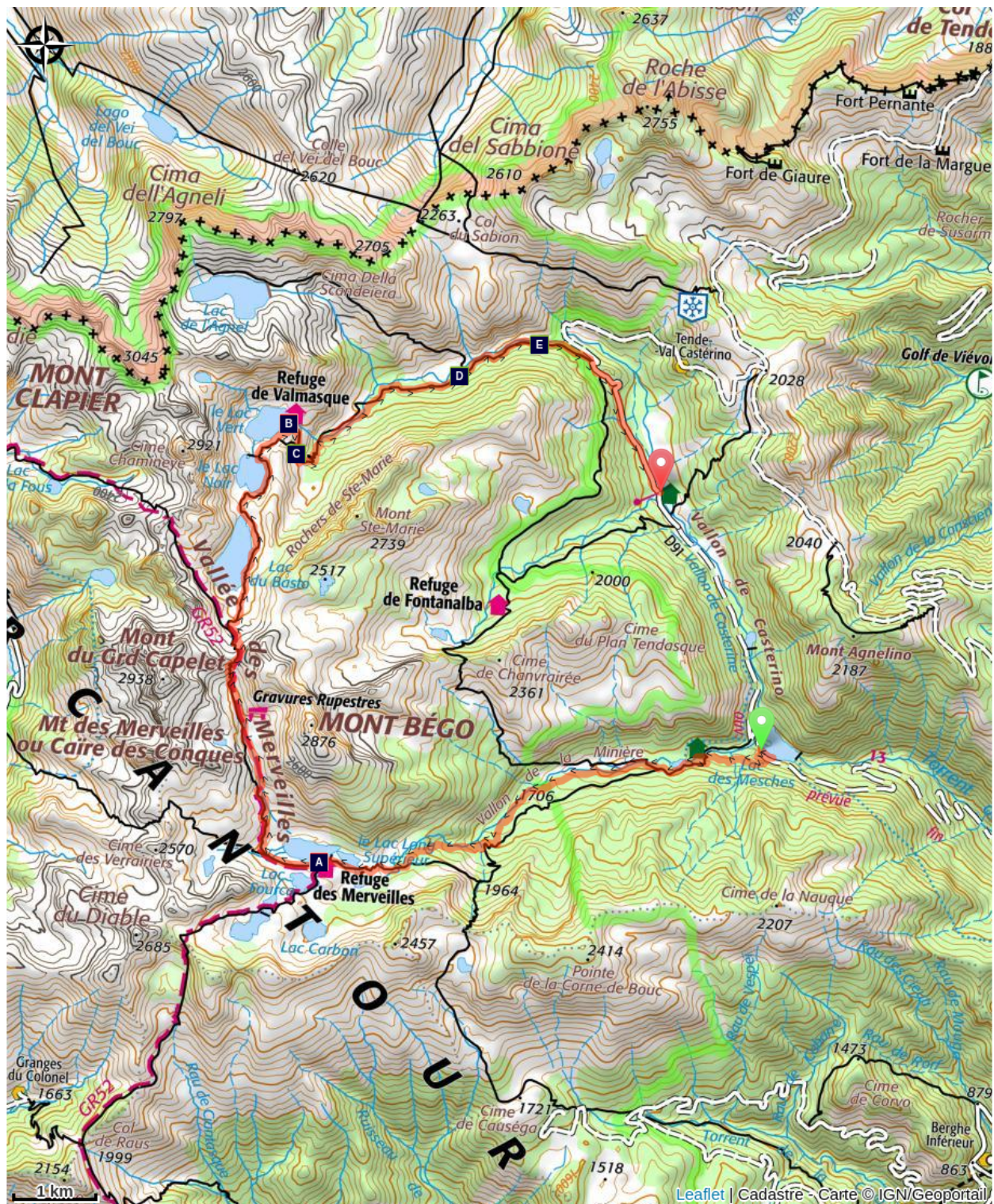
1. Il Grand Tour delle Meraviglie - Nel cuore del Parco nazionale del Mercantour - Tappa 1




8.0 km / 796 m D+ / 3 h



2. Grand tour delle Meraviglie - Nel cuore del Parco nazionale del Mercantour - Tappa 2

15.8 km / 515 m D+ / 5 h 30

Sulla tua strada...



-  Rifugio delle Meraviglie (A)
-  Lo stambecco delle Alpi (capra ibex) (C)
-  L'Epilobio (Chamerion angustifolium) (E)

-  Rifugio della Valmasque (B)
-  Il sorbo degli uccellatori (Sorbus aucuparia) (D)

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

Regolamentazione specifica per la traversata della Vallée des Merveilles. Direttive presenti sul sito:

- Divieto di uscire dai sentieri segnalati
- Divieto di toccare e danneggiare le incisioni rupestri.
- Divieto di utilizzare dei bastoni senza puntale precedentemente fissanti in punta.

Questo itinerario si svolge sui sentieri alpini alta vallata. Le possibilità di pernottamento indicate sono le sole disponibili lungo il percorso. 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.

Comment venir ?

Accesso

A 66 km da Menton, seguire l'autostrada A8 verso est fino a Ventimiglia (Italia). Risalire la valle della Roya e raggiungere St-Dalmas -de-Tende, girare a sinistra sulla RD91 per arrivare al lac des Mesches attraverso una strada stretta e sinuosa.

Parcheggio consigliato

Parcheggio del lac des Mesches (06430 Tende)

Sulla tua strada...



Rifugio delle Meraviglie (A)

Club Alpino Francese

Posti disponibili: 75 posti in rifugio - Possibilità di mangiare e farsi la doccia

Custodia: dal 15 giugno al 15 settembre: Hugo PUTELAT

Telefono del rifugio: +33 (0)4 93 04 64 64

Inverno: da ottobre a giugno (su prenotazione): Mouloud CADDUR refugedesmerveilles@ffcam.fr

Il rifugio è APERTO in libera gestione e custodito su prenotazione a partire da 8 persone. 19 posti sono a disposizione degli escursionisti con coperta (2 per persona) e cuscino.

Se desiderate che il rifugio sia custodito, contattare: refugedesmerveilles@ffcam.fr

Numeri utili:

OT di Tende / Maison du Parc: +33 (0)4 93 04 73 71

Credito fotografico : MALTHIEUX L.



Rifugio della Valmasque (B)

Rifugio CAF

Comune: Tende

Mappa IGN: 3841 OT

Partenza: Casterino (porta PNM)

Dislivello: 540 m

Posti disponibili: 54 in estate, 12 in inverno

Possibilità di mangiare e farsi la doccia

Custodia: da metà giugno a fine settembre

Informazioni al Caf: +33 (0)4 93 62 59 99

Fuori stagione su prenotazione: +33 (0)4 92 31 91 20

Sito web CAF: <http://refugedevalmasque.ffcam.fr/reservation.html>

Numeri utili:

OT di Tende: +33 (0)4 93 04 73 71

Maison du Parc: +33 (0)4 93 04 67 00

Credito fotografico : Franck GUIGO



Lo stambecco delle Alpi (capra ibex) (C)

Dal 1920 al 1930, 25 stambecchi del Gran Paradiso furono lasciati nella riserva reale di Valdieri. Dopo il 1987, sono state condotte delle operazioni di reintroduzione, congiuntamente al Parco nazionale del Mercantour e il Parco Nazionale Alpi Marittime. Oggi, i branchi frequentano le zone del Col de Fenestre. Gli esemplari maschi non vivono con le femmine. Queste accompagnano i capretti e i giovani fino ai due anni.

Credito fotografico : BRETON François



Il sorbo degli uccellatori (Sorbus aucuparia) (D)

Specie eliofila, il sorbo degli uccellatori si unisce al larice e al citiso nella conquista dei pascoli d'alta quota abbandonati dalle greggi. Gli uccelli, soprattutto il tordo, ghiotto delle sue bacche, garantiscono la disseminazione di questo elegante albero.

Le sue foglie diffondono un'ombra leggera, mentre i grappoli di frutti rossi si vestono di un simpatico berretto bianco con le prime nevi. Il suo legno può essere scolpito.

Le sorbole, ricche di vitamina C, sono utilizzate nella produzione di marmellate e soprattutto di acqueviti.

Credito fotografico : GUIGO Franck



L'Epilobio (Chamerion angustifolium) (E)

Compagno dei pini e dei pecci, di cui favorisce la rigenerazione, l'epilobio tinge di porpora le radure da giugno ad agosto. I suoi fiori, raggruppati in lunghi grappoli lungo un gambo dritto che può raggiungere 1,20m d'altezza, danno vita a semi leggeri ed alati che, trasportati dal vento, disseminano l'epilobio sui versanti in ombra e in riva ai torrenti fino a 2000m d'altitudine.

Credito fotografico : CEVASCO Jean-Marie