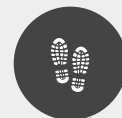




GTM - Tappa 01 : Entraunes - Estenc

Vallées haut-Var&Cians - Entraunes



(PNM_BENSA-Marion)



Il comune di Entraunes, capitale della Val d'Entraunes, arroccato al confluente del Var e del Bourdous, è un paese molto tranquillo, con le case restaurate, il tutto circondato da prati verdeggianti e marne nere scese dal Roche Grande (2.742 m).

La risalita verso l'altopiano di Estenc (1.800 m) e le sorgenti del Var avviene tramite la vecchia viabilità che serve la frazione di Estenc, un tempo isolata per mesi durante le nevicate.

Il percorso si intrufola in una zona selvatica e aspra, nell'incavo di una gola. Delle superbe cascate scendono verso i versanti ripidi dei Tours du lac d'Allos (Garreton e Aiglière) offrendo un paesaggio maestoso. Più lontano, le

Informazioni utili

Pratica : Escursionismo

Durata : 3 h

Lunghezza : 7.2 km

Dislivello positivo : 634 m

Difficoltà : Facile

Tipo : Grandi itinerari a tappe

praterie sulla pietraia, le fattorie abbandonate o in attività, le cappelle e gli oratori richiamano il fatto che un tempo questo luogo è stato addomesticato dall'uomo.

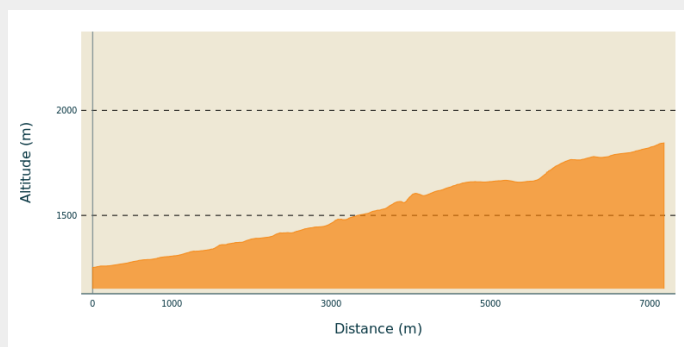
Itinerario

Partenza : Entraunes

Arrivo : Estenc

Comuni : 1. Entraunes

Profilo altimetro



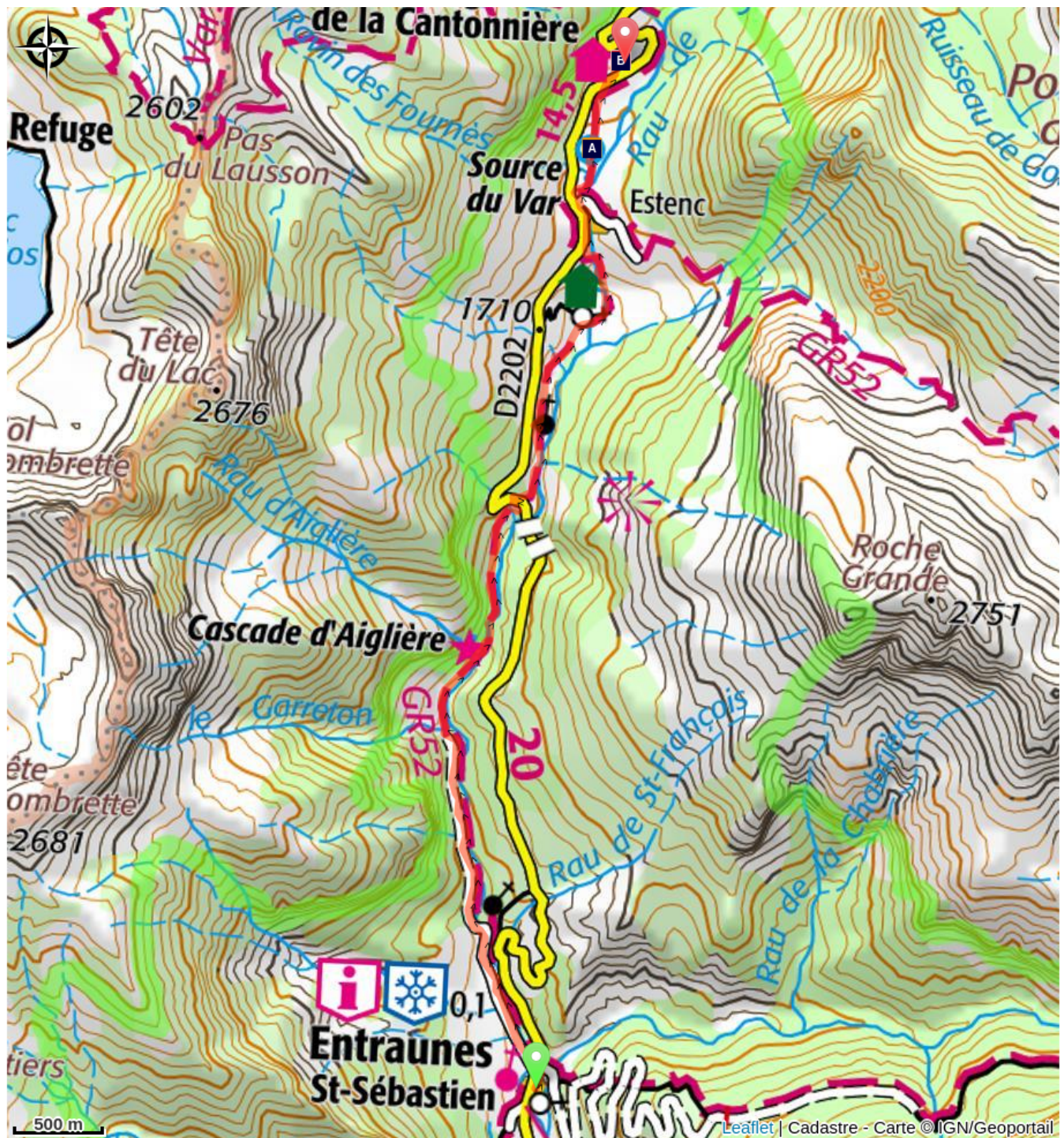
Altitudine minima 1251
m

Altitudine massima 1845
m

Da Entraunes, oltrepassare il ponte sul Var (b.33) di fronte alla cappella Saint-Sébastien e seguire il percorso che costeggia alcuni edifici destinati al servizio stradale. Lasciare a sinistra la stradina dell'Oustamura (b.34) e continuare lungo il Var fino a raggiungere un piccolo oratorio (b.35). Seguire la pista in terra che porta a uno sbarramento installato nel letto del torrente a livello del confluyente col vallone di Garreton. Salire di un centinaio di metri per raggiungere il vallone servendosi di una passerella e prendere il sentiero che passa sotto alle barre della Baumette fino alla cascata dell'Aiglière (1450 m).

Abbandonare la riva destra del Var (passerelle) che riceve - al passaggio - gli spruzzi della cascata, poi continuare sul sentiero che sale e ritrovare a breve la riva destra, dato che la valle si allarga. Tagliare la strada sopra al ponte Saint-Roch (b. 36) e percorrere una pista non ricoperta che porta alla diga di ritenuta dell'acqua. Segue un sentiero gradevole, che costeggia un ampio campo fino ad arrivare alla cappella Saint-Sauveur (b.37). Il paesaggio si addolcisce e il camminamento gradevole conduce a un sotto-bosco oppure al limitare del bosco, poco lontano da un incrocio (b.39b). Prendere la strada a destra e raggiungere il gruppo di case dell'Avalanche da dove sarà possibile ammirare con nostalgia una grande fattoria con una chiesetta e il cimitero affiancato. Dopo aver attraversato il Var, il sentiero passa nelle immediate vicinanze degli alloggi della fattoria (b.38), e dall'abbeveratoio sale direttamente verso un oratorio. Superare un'ultima volta la gola incassata del torrente tramite il ponte del Diavolo e salire fino alla strada (b.39a - 39), poco prima troverete la locanda della Cayolle e il lago di Estenc (b.40). Seguire a sinistra il sentiero del bordo del lago, poi attraverso un percorso diretto (b.41) attraverso i prati da sfalcio, raggiungere la locanda-rifugio della Cantoniera e la porta del Parco nazionale del Mercantour (b.41).

Sulla tua strada...



 Praterie da sfalcio dell'altopiano di Estenc (A)

 Rifugio della Cantoniera (B)

Tutte le informazioni utili

Consigli

Avant de partir en randonnée, prenez connaissance des consignes de sécurité. Une prudence particulière devra être observée en début de saison car il peut exister des névés persistants.

Sulla tua strada...



Praterie da sfalcio dell'altopiano di Estenc (A)

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



Rifugio della Cantoniera (B)

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
