



Incisioni e laghi della valle di Fontanalbe

Vallées Roya & Bevera - Tende



Le lac Vert de Fontanalbe en été, (2150 m), par une forte lumière. Mélèzin clairsemé sur ses rives et pentes. (SARRUT Jacques)

Seguite la Voie Sacrée de Fontanalbe, e scoprite le iscrizioni rupestri (-5000 anni) della Voie Sacrée, ai piedi del Monte Bégo (2872 m). Vero e proprio museo a cielo aperto, da vedere assolutamente.

Paesaggio dal forte contrasto fra il caos e la serenità e bellezza del lago verde di Fontanalbe... fontana dell'alba, tomba di un pastore innamorato dell'aurora.

Informazioni utili

Pratica : Escursionismo

Durata : 6 h

Lunghezza : 11.8 km

Dislivello positivo : 792 m

Difficoltà : Media

Tipo : In giornata : andata e ritorno

Temi : Archeologia e storia, Flora, Lago

Itinerario

Partenza : Castérino, segnalazione 391

Arrivo : Lago verde di Fontanalbe

Marcature : ■ PR

Comuni : 1. Tende

Profilo altimetro



Altitudine minima 1546 m Altitudine massima 2232 m

L'escursione inizia a piedi, alla segnalazione 391, su un sentiero non carrozzabile. Seguire l'indicazione "Lac Vert". A metà percorso, entrare nel cuore del Parco nazionale (segnalazione 390).

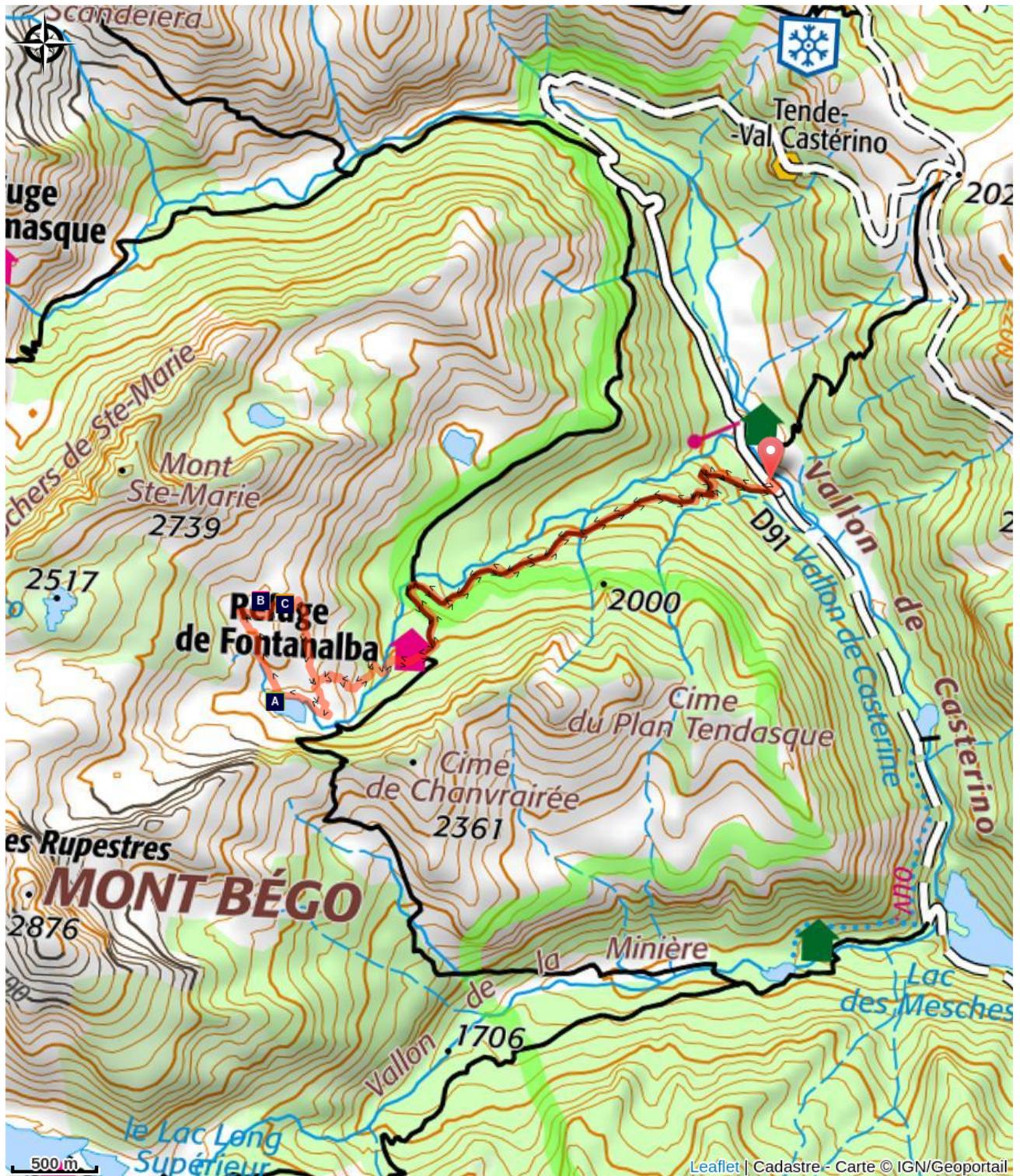
Seguire l'indicazione "Refuge du Fontanalbe". Se ve la sentite, è possibile fare una deviazione per il Lago di Grenouilles, prendendo l'altra direzione.

Al rifugio, la segnalazione 389 indica la direzione per il "Lac Vert". Alla segnalazione 387, prendere la direzione "Lacs Jumeaux". Il sentiero arriva a un ponte, per continuare in direzione "Lacs Joumeaux". Seguire il sentiero fino ai laghi.

Questa è anche l'entrata della zona archeologica: un percorso di scoperta permette di accedere liberamente alle incisioni protostoriche della Voie Sacrée e della Cattedrale. Appena prima il Gias des Pasteurs, un segnale indica due direzioni possibili; una conduce direttamente ai Lacs Jumeaux, l'altra verso la Voie Sacrée (attraverso un'ansa che termina con un toposcopio, poi i Lacs Jumeaux).

Al ritorno, seguite il percorso lungo i Lacs Jumeaux, poi in basso una torbiera fino al segnale indicante due direzioni: una verso il Lac Vert, l'altra verso il lago Vert, l'altra verso la fine del percorso naturalistico. In entrambi i casi, raggiungere il sentiero di salita e percorretelo in discesa per tornare a Castérino.

Sulla tua strada...



-  Il pino cembro (*Pinus cembra*) (A)
-  Via Sacra di Fontanalbe (C)

-  Le tavole da scrittura (B)

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

Una visita guidata con un accompagnatore autorizzato del Parco nazionale vi permetterà di vedere le rocce incise più interessanti e di beneficiare di precisazioni sul loro significato. Avrete anche delle spiegazioni sulla fauna, la flora e la geologia eccezionale del Parco.

Per sapere di più sulle visite: <http://www.vallee-merveilles.com/>

Comment venir ?

Trasporto

Da Nizza o dall'Italia, prendere il Train des Merveilles fino a St Dalmas de Tende, poi una navetta fino a Castérino (bus 923)

Più d'informazioni su: : <http://www.tendemerveilles.com/component/content/article/2-non-categorise/111-acces.html>

Tel. : 04 93 04 73 71

Accesso

A Saint-Dalmas de Tende, prendere la biforcazione (RD91) fino alla frazione di Castérino.

Parcheggiare all'entrata di Castérino.

Parcheggio consigliato

Borgo di Castérino, Tende

 **Luoghi di informazione**

**Maison du Parc national du
Mercantour - Tende**

103 av du 16 septembre 1947, 06430

Tende

tende-tourisme@menton-riviera-
merveilles.fr

Tel : 04 83 93 98 82

<https://www.menton-riviera-merveilles.fr>

Sulla tua strada...



❁ Il pino cembro (Pinus cembra) (A)

Ancorato al suolo da radici taglienti pietrificate dal gelo e stemperate dall'acqua, che gli permettono di svilupparsi anche tra le rocce nude, il pino cembro si protende sulle acque calme del lago.

Arrivato dai Carpazi per mezzo delle glaciazioni dell'era quaternaria, il pino cembro attinge i limiti meridionali ed occidentali del Mercantour. Stoico, si è adattato agli eccessi del clima alpino, sopportando temperature di -40°C . Il terreno freddo e acido ne favorisce la germinazione del seme.

Il suo ritmo biologico è lento: fiorisce per la prima volta all'età di 60/70 anni, in seguito ogni 6/10 anni. Ha una durata di vita millenaria.

Credito fotografico : LE BOUTEILLER Eric



📖 Le tavole da scrittura (B)

Circa 260 milioni di anni fa, nelle profondità del mare permiano, spessi banchi di fango a grana finissima si accumulavano preparando il substrato di alcune catene montuose attuali. La straordinaria pressione generata dal sollevamento delle Alpi ed il calore interno del mondo minerale metamorfizzarono i fanghi, formando queste "tavole da scrittura" sulle quali i ghiacciai dell'era quaternaria e gli uomini incisero la propria storia.

Credito fotografico : CEVASCO Jean-Marie



🌀 Via Sacra di Fontanalbe (C)

La Via Sacra è punteggiata da oltre 280 incisioni rupestri, di cui le più famose rappresentano un aratro trainato da una coppia di buoi aggiogati e pungolati da un contadino.

Nella zona riservata alle visite guidate, vicino al lago Verde, possiamo osservare la "Roccia delle Pelli", ricoperta da figure geometriche piane, incise in cerchio. Sulla "Roccia dei Guerrieri" figura una scena unica: vi sono due personaggi armati, di cui un arciere intento a scoccare una freccia.

Credito fotografico : emmanuel.gastaud
