

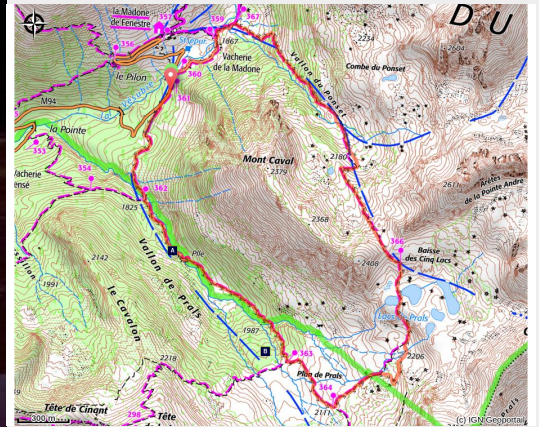


# Circuito dei laghi di Prals

Vallée haute Vésubie - Saint-Martin-Vésubie



Randonnées aux lacs de Prals. Contre-jour sur un coucher de soleil au lac de Prals en Vésubie. (RICHAUD Philippe)



*Questo itinerario, dove le marmotte sono numerose, vi permetterà di accedere facilmente ai cinque piccoli laghi d'altitudine in mezzo alle praterie alpine.*

Lasciatevi trasportare in un universo in cui i ghiacciai, l'uomo e il tempo, hanno dato forma al paesaggio...

## Informazioni utili

Pratica : Escursionismo

Durata : 4 h 30

Lunghezza : 7.0 km

Dislivello positivo : 530 m

Difficoltà : Media

Tipo : In giornata : anello

Temi : Archeologia e storia, Fauna, Lago

# Itinerario

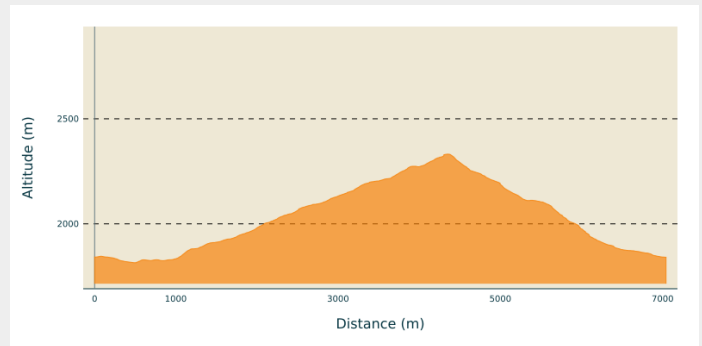
**Partenza** : Parcheggio della fattoria della Madonna di Fenestre, Saint Martin de Vésubie

**Arrivo** : Parcheggio della fattoria della Madonna di Fenestre, Saint Martin de Vésubie

**Marcature** : ■ PR

**Comuni** : 1. Saint-Martin-Vésubie

## Profilo altimetro



Altitudine minima 1815 m      Altitudine massima 2332 m

Partendo dalla segnalazione 360, scendere fino alla segnalazione 361. Una salita graduale porta alla valle di Prals. Proseguire sempre in direzione dei laghi di Prals (segnalazioni 362 e 363). Arrivati alla piana di Prals (b364), lasciare il sentiero a destra che prosegue verso la bassa di Prals per continuare a sinistra fino ai laghi.

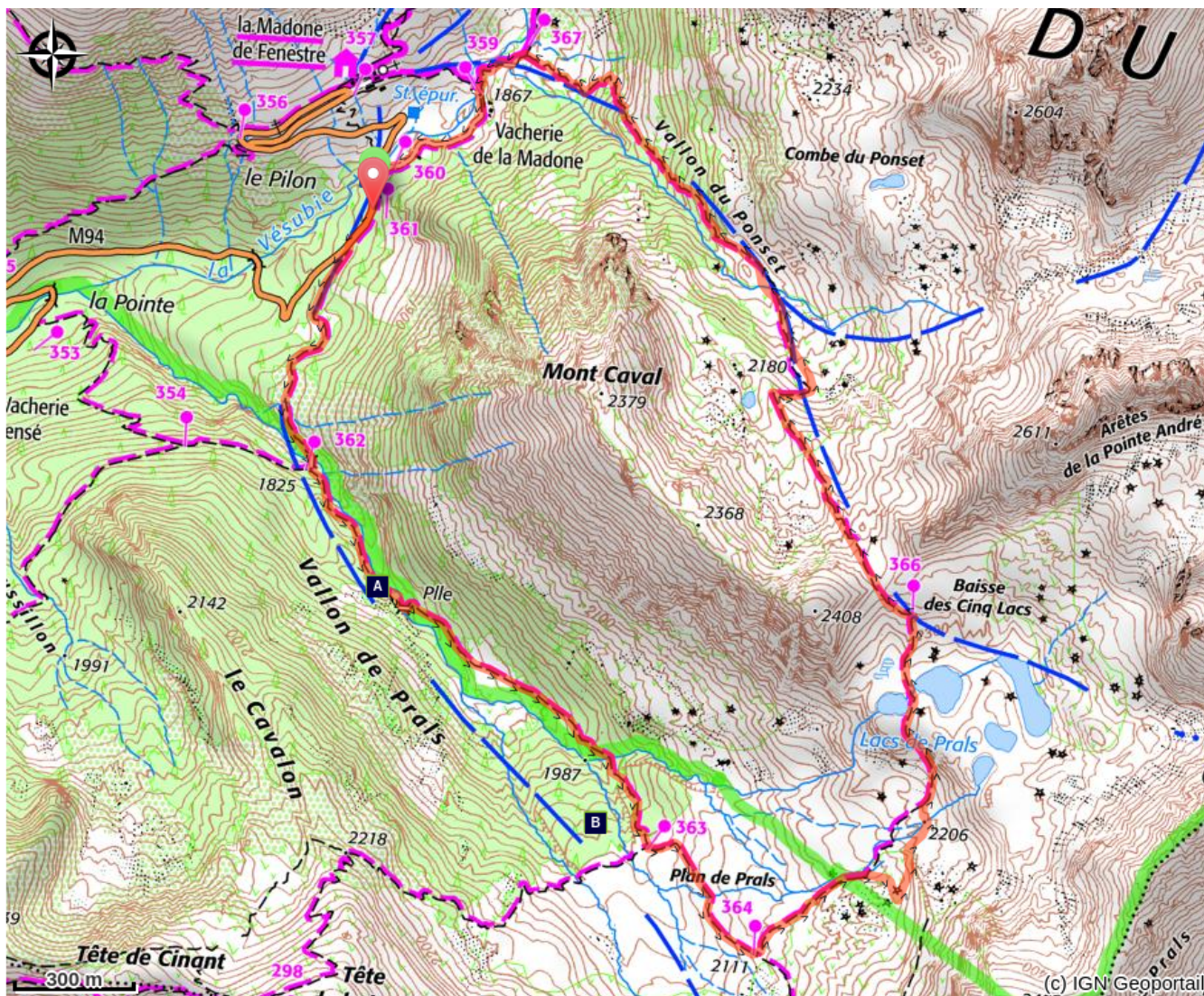
All'arrivo al primo lago, potete fare un giro per scoprire gli altri quattro.


Proseguire verso un piccolo pendio che vi permetterà di raggiungere la bassa dei Cinque Laghi a 2335m (b366). Il sentiero conduce alla valle di Fenestre. La discesa, molto sostenuta, porta ad un'antica fattoria (b359).

Per visitare il santuario, bisogna oltrepassare il ponte e seguire il GR (segnalato in rosso e bianco). Raggiungere quindi il punto di partenza tramite lo stesso sentiero.



# Sulla tua strada...



 Il culbianco (*Oenanthe oenanthe*)  
(A)

 Le marmotte (*Marmotta marmotta*)  
(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.

## **Comment venir ?**

### Trasporto

Accesso alla Madone de Fenestre: randobus e navette.  
Maggiori informazioni presso l'office de tourisme di Saint-Martin-Vésubie (04 93 03 21 28).

### Accesso

A Saint-Martin-Vésubie prendere la strada che porta alla Madonna di Fenestre, e percorrerla per 11 km.

Parcheggiare al parcheggio della fattoria della Madonna, poco prima del santuario.

### Parcheggio consigliato

Parking de la vacherie de la Madone, Saint-Martin-Vésubie

 **Luoghi di informazione**

**Office de Tourisme Métropolitain -  
Bureau d'information de Saint-  
Martin-Vésubie**

Place du Général de Gaulle, 06450 Saint-  
Martin-Vésubie

[info.saintmartinvesubie@nicecotedazurtourisme.com](mailto:info.saintmartinvesubie@nicecotedazurtourisme.com)

Tel : 04 93 03 21 28

<https://www.explorenicecotedazur.com/>

**Office de Tourisme Métropolitain -  
Bureau d'information de Valdeblore -  
La Colmiane**

La Colmiane, 06420 Valdeblore

[info.valdeblorelacolmiane@nicecotedazurtourisme.com](mailto:info.valdeblorelacolmiane@nicecotedazurtourisme.com)

Tel : 04 93 23 25 90

<https://www.explorenicecotedazur.com/>

# Sulla tua strada...

---



## Il culbiano (*Oenanthe oenanthe*) (A)

Habitué dei prati alpini, riconoscibile in volo per la sua macchia bianca sul dorso e leggermente più grande del passero domestico, il culbiano è un migratore presente nel Mercantour solo d'estate.

Costruisce il suo nido con erbe secche, muschio e radici, spesso al riparo di una roccia o dentro una fessura.

Dal mese di settembre ritorna in Africa per trascorrervi l'inverno.

Credito fotografico : BLANC Jacques

---



## Le marmotte (*Marmotta marmotta*) (B)

I luoghi preferiti delle marmotte sono sicuramente i prati alpini e i ghiaioni. Le troviamo spesso sull'itinerario dei laghi di Prals. Tendete l'orecchio: la marmotta ha un fischio stridulo, che le permette di avvertire i suoi simili di un pericolo imminente. Allora alzate lo sguardo: forse scorgerete un'aquila reale planare nei paraggi.

La marmotta può arrivare a pesare fino a 6kg prima dell'inverno, ma conserva la sua naturale agilità.

In primavera, dopo 6 mesi di letargo, esce dalla sua tana più snella. Riprende però presto l'alimentazione e la vita sociale, passando numerose ore al sole.

Credito fotografico : Jacques BLANC