

# AU CŒUR DU MERCANTOUR

Groupes

*Le Parc national du Mercantour, créé en 1979, abrite une nature sauvage préservée ! A travers les sentiers panoramiques, forestiers ou en crêtes, ce massif montagneux influencé par le climat méditerranéen et alpin, cache en son coeur une flore exceptionnelle et une diversité de faune quasi unique en Europe. Nous vous ferons découvrir certaines de ces richesses et vous rencontrerez au détour des itinéraires : Chamois, marmottes, rapaces, bouquetins, mouflons, et traces de loup !*



## Votre séjour jour après jour

### Jour 1 : "Bienvenue dans le Mercantour"

Rendez vous à 13h30 au gîte des Marmottes. Installation dans les chambres. Randonnée dans la forêt du bois noir depuis le gîte, à la découverte de la flore.

Apéritif offert avec une dégustation de vin et briefing sur le séjour.

✓ Dénivelé : 200 m / Temps de marche : 3h00

### Jour 2 : "La légende de Fremamorte"

Découverte des lacs des Millefontes témoignant de la l'époque des glaciations du quaternaire. Depuis les crêtes, un point de vue exceptionnel sur tous les sommets de la crête frontière franco-italienne depuis l'Argentera jusqu'au massif des Merveilles, vers le Sud, les vallées descendent lentement vers la mer, bien visible par temps clair. Mais aussi la Corse et le mont Rose !

✓ Dénivelé : 600 m / Temps de marche : 5h00

### Jour 3 : "Au pieds du Gélas (3143m d'altitude)"

Depuis le sanctuaire de la Madone des Fenestre, un immense cirque glaciaire abrite une église qui a longtemps été considérée comme la «Fin des terres». Nous vous ferons découvrir des lacs d'origine glaciaire au milieu des chamois, mouflons et bouquetins et nous côtoierons de nombreuses familles de marmottes.

✓ Dénivelé : 600 m / Temps de marche : 5h00

### Jour 4 : "Le vallon des bergers & du Loup"

Au-dessus du hameau de Vignols, on pénètre par les Portes de Longon dans une vallée en auge suspendue offrant une jolie perspective sur la pyramide du mont Mounier (2 817 m). La pelouse rase occupe le plateau de Longon et les versants en adret qui accueillent en été les troupeaux de brebis, vaches et chevaux. Ici le loup est sur son territoire.

✓ Dénivelé : 600 m / Temps de marche : 5h00

### Jour 5 : "Au pied du géant de pierre"

Le vallon de la Gordolasque a été dessiné par des glaciers épais de 300 m, le paysage actuel témoigne l'ancienne période glaciaire vieille de 12 000 ans. Une ambiance alpine est générée par les hauts sommets dépassant les 3000 m d'altitude. Les amoureux des Alpes seront comblés.

✓ Dénivelé : 600 m / Temps de marche : 5h00

### Jour 6 : "Au pied du géant de pierre"

Le vallon de la Gordolasque a été dessiné par des glaciers épais de 300 m, le paysage actuel témoigne l'ancienne période glaciaire vieille de 12 000 ans. Une ambiance alpine est générée par les hauts sommets dépassant les 3000 m d'altitude. Les amoureux des Alpes seront comblés.

✓ Dénivelé : 600 m / Temps de marche : 5h00

### Jour 7 : "Ce n'est qu'un au revoir"

Petit déjeuner au gîte. Départ du gîte à 9h30.

En option, visite du Parc au loup « Alpha » avec scénovision et rencontre avec les loups 2h00 de balade en liberté. Tarif 12 €/adulte. Fin du séjour à 11h30.

Séjour en Etoile

Durée

7 jours / 6 nuits

Période

De Juin à Octobre

Niveaux : 3

**Randonnées accessibles à toute personne pratiquant la randonnée de manière régulière ou pratiquant une activité physique de manière assidue.**

**Randonnée de 4h à 6h de marche environ pour un dénivelé de 600 à 900 m sur des terrains variés pouvant présenter quelques difficultés techniques, des passages hors sentiers et/ou aériens.**

Séjours vendus par nos partenaires, pour lesquels Chemins d'Azur assure l'encadrement

Pour tout renseignement, contactez notre référent : Bernard BALDASSARE

✉ [bernard.baldassare@cheminsdazur.org](mailto:bernard.baldassare@cheminsdazur.org) / ☎ 06-85-39-13-38

## Vos conditions de randonnées

### Votre équipement :

L'utilisation d'un équipement adapté concourt à votre confort et à votre sécurité.

- ↪ Chaussures adaptées à la marche en montagne
- ↪ Dans un sac à dos : Vêtements chauds (polaire) – Vêtements de pluie – Lunettes de soleil – Chapeau – Bouteille d'eau (1L mini) – Crème solaire.
- ↪ Bâtons de marche

L'accompagnateur en tant que responsable du groupe, se réserve le droit de modifier le programme proposé selon les conditions météorologiques, le niveau et l'équipement des participants ou tout autre élément pouvant avoir une incidence quant à la sécurité du groupe

### Le terrain que vous allez rencontrer :

Bien que situé dans les Alpes Maritimes, le Mercantour n'en est pas moins un massif montagneux présentant un relief marqué par des vallées profondes et encaissées parcourues par des sentiers particulièrement caillouteux. Bien que souvent ensoleillé, les orages peuvent cependant être extrêmement violents.

## Partenaires

Entre les vallées de la Vésubie et de la Tinée, aux portes du Parc National du Mercantour, s'ouvre un large plateau baigné de soleil : le Valdeblorre. C'est à St Dalmas, dans ce havre de calme et de sérénité, que se trouve le gîte d'étape et de séjour Les Marmottes où Martine et Pascal vous accueillent toute l'année dans leur maison de montagne avec sa grande cheminée. 25 places en chambres (double ou triple). [www.gite-marmottes.fr](http://www.gite-marmottes.fr)  
Labellisé : «Gîte de France – 2 épis»

**Pour tous renseignements concernant les randonnées contactez notre référent**



**Mercantour**  
**Bernard BALDASSARE**  
✉ [bernard.baldassare@cheminsdazur.org](mailto:bernard.baldassare@cheminsdazur.org) / ☎ 06-85-39-13-38

**Chemins d'Azur** est un syndicat local regroupant des accompagnateurs en montagne des Alpes Maritimes qui partagent une vision commune de leur métier :

- ↪ Apporter un encadrement professionnel compétent et spécialiste tant sur les milieux parcourus, les thèmes abordés que sur la sécurité
- ↪ Limiter la taille des groupes afin de favoriser la convivialité et le partage (de 6 à 14 personnes)
- ↪ Respecter au quotidien l'environnement naturel, encourager et éduquer à sa sauvegarde.
- ↪ Privilégier un fonctionnement économique solidaire et responsable.

### Encadrement :

Les randonnées sont encadrées par des Accompagnateurs en Montagne membre du syndicat local «Chemins d'Azur» :

- ↪ Titulaire d'un Brevet d'Etat
- ↪ Déclaré auprès de Jeunesse & Sports
- ↪ Assuré en Responsabilité Civile Professionnelle
- ↪ A jour de ses obligations réglementaires et administratives
- ↪ Partenaire du Parc National du Mercantour et titulaire de l'agrément «Vallée des Merveilles
- ↪ Membre du réseau radio «Secours 06» et disposant de ce fait d'un radio personnelle

**RETROUVEZ LES ACCOMPAGNATEURS « CHEMINS D'AZUR » SUR LES SENTIERS  
DE L'ESTÉREL, DU PAYS GRASSOIS, DU MERCANTOUR, DU MENTONNAIS, DE LA RIVIERA ITALIENNE ...**