



## Alpes : Lacs du Mercantour avec âne

Acompagnés d'un âne, c'est ici une traversée très variée de la moyenne montagne fleurant encore la Provence, pour rejoindre les alpages panoramiques du Parc du Mercantour, de l'étage collinéen à l'étage alpin, des pins sylvestres aux mélèzes, des champs de blé aux pelouses de gentianes, des paysages humanisés aux étendues farouches.

Les deux derniers jours concluent en apothéose ce périple en donnant un bel aperçu de la haute montagne avec le plus grand lac glaciaire d'altitude d'Europe! Marmottes, chamois, aigles royaux seront au rendez-vous !

Un loup vous observera peut-être de très loin mais n'ayez crainte, il ne se risquera pas à vous approcher!

### Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : [info@tour-aventure.com](mailto:info@tour-aventure.com) - Web site : [www.tour-aventure.com](http://www.tour-aventure.com)

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



## Programme

### **J1 - Début de séjour LACS DU MERCANTOUR**

Randonnée se déroulant sur les versants Nord et Sud du vallon de Cante, elle permet de prendre la mesure d'une particularité qui fait le charme des Alpes du Sud : la diversité des paysages entre l'Ubac frais et boisé type Alpes du Nord, et l'Adret à forte connotation provençale.

### Jour 2 : Sauze - Saint Martin d'Entraunes

La remontée de la vallée continue. Belle randonnée en partie ombragée, après la remontée au panoramique plateau de la Larre en début de journée, le reste se déroule sur de la descente ou du plat. De belles échappées au milieu des arbres permettent de découvrir ce paysage si particulier de la Haute vallée du Var, fait d'affleurements de marne noire.

### Jour 3 : St Martin d'Entraunes - Val pelens

Par le chemin du facteur : Ce chemin au nom évocateur, rappelle le temps (pas si éloigné que ça) où le service public avait comme seul matériel à fournir à ses agents une bonne paire de chaussures pour assurer la distribution du courrier... Avant de commencer à monter, le cheminement suit un temps un canal d'irrigation, vestige toujours vivant au tracé audacieux, car avant de serpenter calmement le long du sentier, il franchit les rochers de Bramus en une spectaculaire cascade. Le temps qui est imparti permet soit de flâner en visitant St Martin d'Entraunes (possibilité de ravitaillement, épicerie, dépôt de pain), sa petite église romane avec un magnifique retable du XVème siècle. Soit de monter directement à Val-Pelens pour faire le clot de l'Aï.

### Jour 4 : Val Pelens - Entraunes

Par le Serre d'Au : Agréable randonnée qui permet de relier l'étape directement sans passer par le col des champs, à travers d'anciennes «campagnes», en ayant une pensée pour ces générations de montagnards qui ont façonné le relief pour en tirer le meilleur parti. Maintenant que la nature a repris le dessus, seul un œil exercé peut en déceler les traces.

### Jour 5 : Entraunes - Estenc

Par les cascades d'Aiglière et du Gareton : On remonte le long du Var entre falaises impressionnantes et cascades spectaculaires jusqu'au verrou d'Estenc et son petit lac artificiel. Des haltes trempette pour tester quelle cascade est la plus tentante... , un pique-nique près d'un site d'escalade, des passerelles au-dessus du Var pour vérifier la bonne éducation de votre âne...voici une matinée chargée en émotions! S'installer au refuge et faire dans l'après-midi le joli circuit du plateau d'Estenc sous le regard goguenard des marmottes.

### Jour 6 : Estenc - Refuge de la Cayolle

Montée en altitude progressive, par un beau sentier qui chemine dans un mélézin centenaire, jusqu'à la limite altitudinale des arbres, pour déboucher dans les alpages découvrant les charmes du massif de Sanguinière dans cette ambiance sauvage des Alpes du Sud, faite de contraste et de diversité.

### Jour 7 : Col de la Cayolle - Estenc

La randonnée se termine ici en apothéose, avec la visite des lacs glaciaires d'Allos, des Garrets et de la petite Cayolle. Parcours très esthétique, le bleu du ciel se miroitant sur l'eau très pure des lacs. Une flore d'endémiques jonche les pelouses alpines : campanule d'Alionie, Bérardie laineuse, gentianes de Koch, Silène acaule, orchis vanille, pensées... Dans ce véritable champ de bataille géologique, où l'émergence des montagnes a fait reculer la mer, glaciers de pierres

### Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



et lacs d'altitude ponctuent cette dernière journée avec en point de mire l'immense étendue bleue du lac d'Allos.

**Infos programme :**

Les programmes ont été établis selon les derniers éléments connus lors de la rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : [info@tour-aventure.com](mailto:info@tour-aventure.com) - Web site : [www.tour-aventure.com](http://www.tour-aventure.com)

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



## Quelques précisions

### **Niveau**

Circuit spécial famille avec enfants "marcheurs" à partir de 5 ans. Connaissance de la cartographie obligatoire et une expérience de la randonnée en milieu montagnard. De 3h à 5h de marche, dénivelé entre 500 et 600m par jour.

### **Prix**

- Du 01/01/2011 au 31/12/2011 : Prix/enfant de 5 à 12 ans 465 €, Prix/adulte 575 €

### **Le prix comprend :**

L'hébergement en pension complète, les transferts locaux, le transport des sacs par un âne, le dossier de voyage avec cartes IGN, topo-guide, fiche technique et un livret d'informations sur la vallée et une assistance technique par des guides.

### **Le prix ne comprend pas :**

Les boissons, les assurances, les visites de sites, les transferts non prévus sur le programme.

### **Encadrement**

Randonnée en liberté sans encadrement. Nous vous prêtons cartes IGN et topo-guide.

### **Portage**

Uniquement les affaires personnelles de la journée et votre pique-nique. Les bagages sont transportés par un âne.

### **Hébergement/nourriture**

Pension complète en chambres collectives: 1 nuit en gîte d'étape, 2 nuits en auberge, 2 nuits en refuge, 1 en hôtel.

Se munir uniquement de draps-sacs et serviettes (les utiliser dans tous les hébergements sauf l'hôtel ; couvertures ou couettes partout).

Vous serez en chambres collectives de 4 ou 5 avec sanitaires collectifs.

Dortoir de 8 dans le refuge.

### **Début/fin**

Début : Le jour 1, à Villeplane.

Fin : Le jour 7, à Villeplane.

### **Organisation**

Nous nous chargeons de toute l'organisation en partenariat avec une structure locale : réservations de vos différents hébergements sur le circuit, de vos éventuels transports des bagages et de vos transferts comme marqué sur votre programme. Nous vous prêtons un dossier complet avec cartes et topos détaillés qui vous sera remis sur place. De plus, durant votre randonnée notre équipe d'assistance pourra également répondre à toutes vos questions et vous apporter si nécessaire les conseils utiles au bon déroulement de votre séjour.

### **Début du séjour :**

La première matinée sera consacrée à expliquer comment s'occuper de l'âne et comment le charger.

Vous reverrez l'itinéraire avec un guide sur place, qui vous donnera un livret d'informations concernant la vallée du point de vue géologie, flore, faune ainsi que les fascicules du Parc du Mercantour.

#### Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



## **L'âne et vous :**

Ils sont affectueux, ont chacun leur personnalité, leur vie propre, leurs goûts. Ils aiment la compagnie humaine particulièrement celle des enfants qu'ils persuadent d'avancer sans rechigner.

Passés maîtres dans l'art de la comédie, on peut les voir tour à tour bouder pour attendre, boitiller pour avoir du tabac (suprême gourmandise asine) et repartir bon pied, bon oeil sur des sentes hasardeuses.

Bambou, Pépino, Lilou, Gédéon, Iznogud et les autres fascineront petits et grands. Vous aurez affaire à un fin psychologue, grand connaisseur des hommes et prêt à profiter de vos faiblesses!

## A noter :

- Attention à vos victuailles! Il adore le pain qui dépasse d'un sac !
- Il est bon d'être ferme, l'un conduisant avec la corde, l'autre fermant la marche avec une petite badine convaincante.
- Ne le laissez pas brouter ou glaner une herbe en marchant sinon il s'arrêtera à tout propos.
- Sur un sentier de montagne, mettez-vous toujours du côté de la paroi pour ne pas être bousculé dans le vide!
- Tenir l'âne sans faire de tour mort autour du poignet et sans trop de lest.
- Les ânes sont là pour le portage de vos affaires. Les enfants n'étant admis qu'à partir de 5 ans et ne montent en aucun cas sur les ânes, sauf exceptionnellement.

## **Dates**

Départs tous les jours selon disponibilités, de fin mai à fin septembre. Inscription possible à partir de 2 personnes.

## **Nombre de participants**

A partir de 2 personnes

## **Accès**

Autoroute jusqu'à Nice, ou Gare de Nice, puis bus jusqu'à Guillaumes (06).

## **Bibliographie**

- Guide complet des fleurs de montagne, Ch. Gray-Wilson, Ed. Delachaux-Niestlé
- Minéralogie des Alpes-Maritimes, G. Masi, Guide Gallimard Mercantour
- Faune du Mercantour, Ed. Glénat, Fascicules édités par le Parc National du Mercantour

## **Cartographie :**

- Carte IGN TOP25 : 3540 ET - Haute vallée du Var et 3640 OT - Haut Cians-Valberg
- Carte au 1/50 000ème, Didier Richard : Alpes de haute Provence, Tinée, Ubaye.

## **Infos pratiques**

### **Moyens d'accès :**

#### En voiture :

- Autoroute jusqu'à Nice, puis direction Digne par la RN 202. 5km après le village d'Entrevaux, prendre la D 2202 en direction de Guillaumes. 5km avant Guillaumes prendre direction Villeplane par la D88 (7km).
- Par la Provence : RN 202 Sisteron, Digne, St André les Alpes, puis prendre D 2202 direction Guillaumes.
- Gap, Barcelonnette, col de la Cayole, Guillaumes.

Attention, cette route est étroite, sinueuse et longue. 5km après Guillaumes, surveiller une petite route en épingle à cheveu, dans votre dos, la D 88, direction Villeplane.

## Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



Possibilité de garer votre véhicule toute la semaine à Villepane.

### En train :

Train de nuit Paris 21h43 / 07h50 Nice, puis prendre la correspondance pour Guillaumes à la Gare routière de Nice (tel : 04 93 85 61 81) à 13h15 le samedi, à 16h15 les autres jours sauf le dimanche.

La gare des chemins de fer de Provence est située à 10mn à pied de la gare SNCF. Ces horaires sont fournis à titre indicatif, veuillez consulter la SNCF : Gare SNCF de Nice (04 93 87 50 50) ou bien prendre la correspondance du train de Pignes (voir ci-dessous).

Correspondance avec le bus de Guillaumes en prenant la navette de l'aéroport ou avec la micheline du train des Pignes (à 12h43 ou 17h).

Au retour : gare d'Entrevaux du train des Pignes : 19h06 pour rejoindre Nice pour 20h30.

Transfert possible aller/retour, Entrevaux / train des Pignes (3/4h de voiture) pour la somme de 80€ (à partager selon le nombre de personnes). Nous consulter et le préciser à l'inscription.

En avion : Paris / Nice : toutes les heures

### **Recommandations :**

Prévoir d'arriver la veille pour ne pas partir tard le lendemain.

Nuit possible au gîte de Villeplane (tel : 04 93 05 56 01) demi-pension en chambres collectives : environ 37,00€ adulte et 33,00€ enfant, ou hôtel à Guillaumes (tel : 04 93 05 50 01).

### **A emporter dans vos bagages**

#### **Liste non exhaustive :**

- Récipients pouvant contenir des salades composées (type Tuperwaere hermétique)
- Assiettes, couverts, couteaux, thermos pour ceux qui veulent
- Couteau de poche
- Capes de pluie en vente 5 euros à Decathlon (Un orage en montagne n'est qu'une aventure passagère si on est bien équipé!)
- Shorts, maillot
- Chapeau, crème de protection solaire
- Pulls en laine ou laines polaires (2 jours à +de 2000m)
- Chaussures de montagne et tennis de rechange
- Pharmacie personnelle avec double peau
- Draps-sacs (en vente à Décathlon). Serviettes de toilette. A utiliser dans tous les hébergements, même à l'hôtel. (Ne pas prendre de duvets, trop volumineux!)
- Prendre gourde et récipients afin d'avoir 2L par personne
- Une bâche de protection pour le chargement, des tendeurs
- Enveloppez vos affaires dans des sacs poubelle hermétiques. Un orage en montagne n'est qu'une aventure passagère si vêtements et nourriture ne sont pas trempés!

Limitez vos affaires à 40kg.

### **Matériel fourni :**

- Des sacs militaires pour le chargement sur l'âne (2 par âne) dans lesquels vous répartirez vos affaires

#### Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



- Pharmacie vétérinaire : anti-inflammatoire, antiseptique, produit rémanent contre les mouches
- Bât, licol, corde, longe
- Manuel pour s'occuper d'un âne. Le potasser...

## **A votre service**

Toute l'équipe de Tour Aventure est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

### Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : [info@tour-aventure.com](mailto:info@tour-aventure.com) - Web site : [www.tour-aventure.com](http://www.tour-aventure.com)

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80