



4

TOUR DES CIMES DE LA MADONE

Au départ de Saint-Martin-Vésubie (975 m)



Au centre des haut vallons du Boréon et de la Gordolasque, la cime du Gélas (3 143 m), point culminant du haut vallon de Fenestre, s'impose aux randonneurs comme un objectif futur incontournable. Sur ce parcours dénué de difficultés techniques mais riche par la qualité des sites traversés, les marcheurs trouveront tous les ingrédients pour profiter sur les deux jours, en regardant vers le nord, de panoramas exceptionnels sur les sommets de la crête frontière et vers le sud sur le massif de l'Estérel voire de la Corse par beau temps. A la sortie de la forêt dense qui domine St-Martin, le sentier s'élève par paliers vers les alpages de la Piagu et de la Mairis où pâturent les troupeaux de moutons gardés par les chiens de protection qu'il faudra impérativement contourner avec prudence. Côté sud sur les contreforts de la cime du Pisset et de l'Agnellière, les ravines du Burus offrent un paysage d'érosion typique, très tourmenté, contrastant avec le couvert forestier régulier de l'ubac du Boréon. Le lendemain, en partant du sanctuaire niché au centre du vaste cirque minéral du haut vallon de Fenestre, les ambiances vont rapidement se succéder et compléter les milieux traversés la veille avec tout au long du parcours, des points de vue sur l'ensemble du massif et le plateau des thermes de Berthemont qui étaient selon la légende, déjà fréquentés par l'impératrice Cornélia Salonine.



Caractéristiques de la randonnée

J1

Dénivelée : + 1 380 m / - 400 m
Durée : 6 heures
Distance : 12 km

Difficulté : Sportive

Période conseillée : Juin à Octobre

Hébergement : refuge de la Madone de Fenestre / réservation www.cafnice.org

J2

Dénivelée : + 500 m / - 1400 m
Durée : 6 h 30
Distance : 14 km

Difficulté : Sportive

Période conseillée : Juin à Octobre

Règlementation :
Parc national du Mercantour





Itinéraire

J1

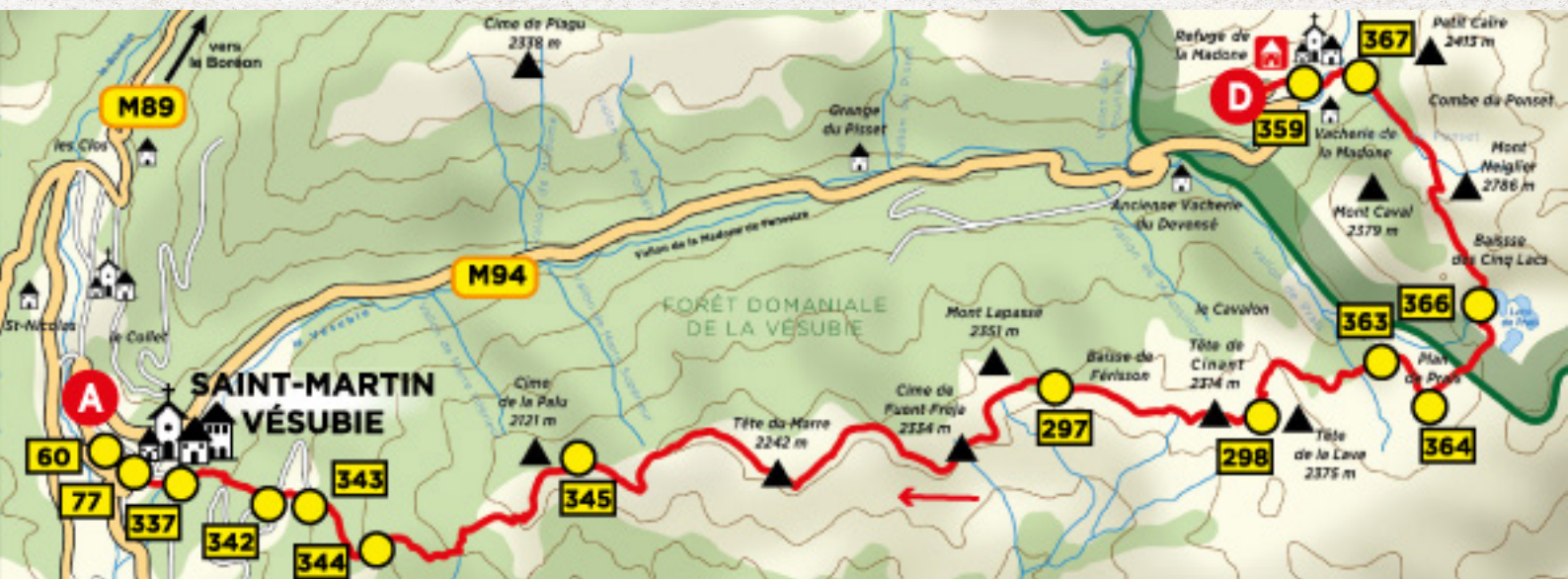
De Saint-Martin-Vésubie, suivre le sentier (balise 61) pour rejoindre la balise 76 et monter en direction du quartier du Vignasse jusqu'à la piste (citerne). Continuer en alternant passages sur chemins et portions de pistes (b.387) jusqu'à trouver une intersection (b.386). Prendre à droite le sentier dit du Collet Cotignol et continuer à monter pour sortir à la petite dépression (b.385). La suite du cheminement (nord-est) s'effectue sur la crête jusqu'au lieu-dit le Nid de l'Âne. Par une traversée ascendante et quelques lacets dans le mélézin et les pins Cembro, atteindre l'orée du bois et peu après, le premier sommet dit de Colla Bassa culminant à 2 200 m d'altitude. Gravier le petit raidillon puis s'engager sur la large crête pour découvrir les alpages à moutons qui se succèdent entre replats et petites montées, jusqu'à atteindre le pied de la pente terminale et la cime de la Piagu (2 338 m). Depuis le sommet, continuer plein est sur un cheminement de ligne de crête en longeant sur la gauche la forêt de mélèzes et rejoindre le pas des Roubines de la Maïris (b.431), à proximité du refuge communal non gardé de la Maïris. Continuer la montée légèrement à droite de la crête pour atteindre rapidement la cime du Pisset (b.430) dont le flanc sud est marqué par une zone d'arrachement qui descend jusqu'au fond du vallon de la Madone de Fenestre. Poursuivre à l'horizontale pour atteindre la limite du Parc national du Mercantour (b.429) au vallon de la Pouche ; après un bref passage à l'intérieur du parc, atteindre la route (b.429) puis un peu plus loin, le sanctuaire et le refuge CAF (b.357) de la Madone de Fenestre qui marque la fin de cette première étape.





J2

Le lendemain, sortir par l'est de la place et par le GR®GTM, descendre pour franchir le torrent (b.359). Prendre à gauche et quitter rapidement le GR® (b.367) au profit d'un sentier qui s'élève en lacets progressifs dans le vallon du Ponset jusqu'à la baisse des Cinq Lacs (b.366). Descendre en direction des lacs, traverser vers l'ouest le Plan de Prals (b.364) et bifurquer à droite pour rejoindre la balise 363 pour s'engager en direction de la Tête de la Lave (2 37 m - b.298). Bifurquer à droite sur la crête, pour passer à la Tête de Cinant (2 314 m) puis à la baisse de Férisson (2 255 m - b.297). Continuer vers l'ouest en passant sous le Mont Lapassé (2 351 m), les cimes de Clapeirette (2 333 m), de Fuont Freja (2 334 m) et de la Tête de Marre (2 242 m) en profitant du magnifique panorama jusqu'à atteindre un petit collet (b.345) sous la cime de la Palu (2 132 m). Commencer à descendre sur la croupe et s'orienter plutôt vers l'ouest en forêt (b.344) jusqu'à rejoindre en contrebas une piste (1 400 m - b.343). Le sentier coupe encore une fois la piste et atteint le plateau du Puey (1 292 m - b.342) ; le tracé continue à descendre en serpentant sous les arbres jusqu'à trouver la balise 337 au niveau de la petite route asphaltée qu'il faut suivre sur la droite pour traverser le torrent (b.77) et l'intersection (b.60) qui ramène au centre du village par la rue Cagnoli.





INFORMATIONS & AVERTISSEMENTS

Signalétique, cartographie et balisage

Présente aux départs des itinéraires, aux bifurcations et aux cols, la signalétique départementale en bois gravé, facilement



reconnaissable, équipé l'ensemble des itinéraires pédestres inscrits au PDIPR. Chaque poteau porte un numéro de référence que l'on pourra aisément retrouver sur la carte IGN TOP 25 du secteur, complément indispensable du descriptif de chaque itinéraire, qui permet une orientation de terrain précise, l'analyse des principaux paramètres du circuit (pente, dénivelée, abris...) et en cas de

problème, de trouver le chemin ou la route à emprunter pour gagner le village le plus proche.

Les rectangles de peinture jaune (chemin de petite randonnée) ou blanche et rouge (chemin de grande randonnée) balisent les itinéraires entre les poteaux indicateurs.



Pastoralisme

Pour protéger leurs troupeaux contre les attaques de prédateurs, les éleveurs et bergers sont amenés à utiliser des chiens de protection pour dissuader tout intrus de s'approcher du troupeau.

Vous pouvez être amené à rencontrer un ou plusieurs chiens de protection : contournez largement le troupeau, évitez de le traverser, face au chien arrêtez-vous, restez calme, ne le menacez pas, ne le caressez pas, et si vous avez votre chien de compagnie, ne le prenez jamais dans les bras.

Dans tous les cas, quand vous voyez un troupeau, gardez vos distances !



Parc national du Mercantour

En zone cœur du Parc national du Mercantour, une signalétique directionnelle sur panneaux jaunes remplace le fléchage en bois gravé. Prenez soin de vous renseigner sur la réglementation spécifique appliquée dans cet espace protégé.

Consignes de sécurité

Les randonnées qui vous sont proposées se déroulent dans un milieu naturel de montagne soumis aux aléas climatiques. Chaque usager évolue dans cet environnement en fonction de ses capacités, sous sa propre responsabilité, en connaissance des risques encourus liés au milieu ou à l'activité et doit prendre les précautions nécessaires pour une pratique en toute sécurité. Les descriptifs donnés à titre d'information et ne dispensent pas de faire preuve de vigilance et de bon sens et d'adapter votre comportement aux circonstances effectivement rencontrées sur le terrain.

Encadrement : n'hésitez pas à faire appel à un professionnel qui saura vous guider, vous former et vous faire découvrir les joies de la rando en toute sécurité. Accédez aux coordonnées des professionnels de l'activité en vous adressant à la mairie ou à l'Office de Tourisme le plus proche.

Recommandations de pratique : un équipement adapté au parcours, des conditions météorologiques vérifiées avant le départ, constituent des facteurs importants de confort et de sécurité.

Pour alerter les secours, composez le 112.

Attention ! En fonction de la couverture GSM, le recours au téléphone portable ne peut être systématique.