



12

LA ROCHE TROUÉE Au départ de Sauze (1 300 m)



Mise en jambes, initiation à la marche ou simple curiosité peuvent se concilier avec la visite de cette belle arche de calcaire, étrange monument naturel visible depuis la route de Guillaumes à Sauze. Cette randonnée à la demi-journée ne présente aucune difficulté une fois franchi le passage du petit collet juste au-dessus du village qui ouvre la vue sur un ancien ensemble agro-pastoral. L'habitat rural y est toujours groupé en hameaux que les habitants occupaient de façon permanente ou saisonnière ; l'architecture traditionnelle a été conservé avec des maisons en pierres parmi lesquelles fût découvert une pierre écrite d'inscription romaine qui servait de marche d'escalier ! Datant du Bas-Empire, elle porte témoignage de la romanisation des populations ligures jusque dans la profondeur de ces montagnes. De nos jours la présence d'éleveurs à l'année sur ce territoire de montagne permet de maintenir les milieux ouverts et de conserver la diversité des paysages entre les différents hameaux de la commune.

Itinéraire

Du parking, passer devant la mairie et l'auberge pour remonter sur la place ; prendre à l'angle gauche (b.81) le sentier qui monte en direction d'un petit collet. Passer sur l'autre versant pour descendre en direction d'une bergerie (b.94). Traverser la route et suivre en face le sentier qui longe en contrebas la route pour trouver la balise 87a. Bifurquer à gauche sur le tracé de niveau qui rejoint plus loin la route ; la suivre sur une centaine de mètres avant de retrouver le sentier à droite qui descend sur la route de Sauze vieux (b.88). Poursuivre en passant devant la chapelle et arriver en bordure du hameau (b.89). Descendre entre les maisons en suivant le balisage jaune pour ressortir sur la gauche et descendre sous les arbres jusqu'à la balise 90. Tourner à gauche en suivant le chemin en balcon jusqu'à la prochaine intersection (b.91) ; continuer à main gauche pour passer sur l'autre versant et trouver la sente raide (b.92) qui permet d'accéder sous l'arche qui mérite quelques photos intéressantes. Revenir sur ses pas jusqu'à la balise et prendre à



gauche le remarquable tracé sous les arbres qui sort sur une zone plus ouverte ; traverser les près en montant pour longer plus haut quelques ruines et retrouver la piste qui sort à une épingle de la route (b.93). La suivre sur la gauche et rejoindre le village de Sauze.

Caractéristiques de la randonnée

Dénivelée : + 300 mètres / - 300 mètres

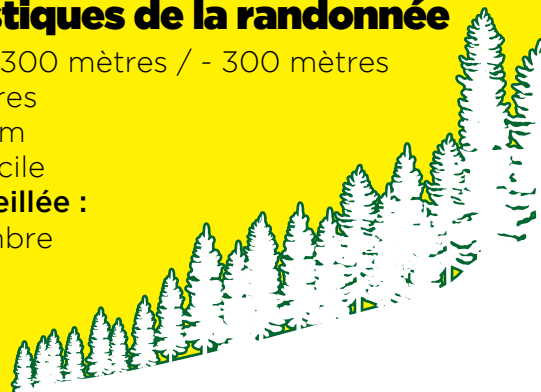
Durée : 3 heures

Distance : 6 km

Difficulté : Facile

Période conseillée :

Avril à Novembre





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.