



12

COL DE CERISE

Au départ du Boréon, chalet d'accueil (1 500 m)



Voie de communication historique entre la France et l'Italie, le sentier du col de Cerise relie les villages de Saint-Martin-Vésubie et Terme di Valdieri ; sa création en vue du prélèvement de la gabelle remonte à 1430, lorsque le haut pays niçois dépendait de la Maison de Savoie. Du latin "cerasus" sont issus les toponymes imagés de "ciriega" (en italien), de "cirieia" (en dialecte) et de "cerise" qui font allusion aux arbres fruitiers dominant jadis le lac du Boréon. Mais si ce nom évocateur peut faire rêver aux délicieux fruits rouges, c'est bien dans l'étage alpin que se déroulera une ascension soutenue vers la crête-frontière, au cœur du Mercantour dont la cime très proche a donné son nom au Parc national. Falaises de gneiss colorées, mélézin aux fûts imposants ou lacs d'altitude ponctuent une montée dont les ressauts successifs (plateau du Cavalet, lac de Cerise) nécessitent un certain investissement physique.

Itinéraire

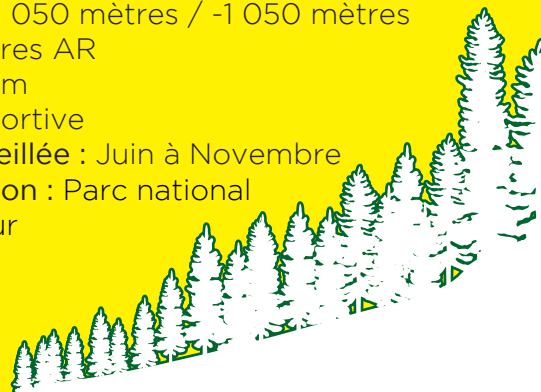
Depuis le parking du chalet d'accueil du Boréon (1 500 m), suivre quelques mètres la route de Salèse pour trouver bientôt sur la droite (b.370) l'embranchement du GR®GTM qui mène au gîte d'étape. Continuer au-dessus à travers les derniers chalets et à la lisière de la forêt (b.371), prendre à gauche le sentier qui s'élève en corniche vers le vaste plateau du Cavalet (b.373, 374). Laisser à gauche la petite vacherie et poursuivre l'ascension soutenue dans un beau mélézin clairsemé jusqu'à la cote 2 100 m environ. On sort alors de la forêt pour accéder en quelques lacets au replat parsemé de blocs qui abrite le petit lac de Cerise (2 223 m). Laisser celui-ci à main droite, croiser un peu plus haut la bifurcation du sentier qui mène vers l'est au lac du Mercantour (non balisé) et gagner par une ultime pente assez raide le col-frontière de Cerise (2 543 m - b.376) où s'élève un petit blockhaus sur le versant italien.

La descente s'effectue par le même itinéraire.



Caractéristiques de la randonnée

Dénivelée : +1 050 mètres / -1 050 mètres
 Durée : 4 heures AR
 Distance : 8 km
 Difficulté : Sportive
 Période conseillée : Juin à Novembre
 Règlementation : Parc national du Mercantour





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.