



2

CROIX DU SAPET Au départ de Valberg (1 680 m)



Cette balade familiale de proximité s'effectue tout en douceur et se déroule par gravité depuis le sommet du télésiège de la Croix du Sapet. En effet, la montée ne prendra que quelques minutes pour atteindre la croix du Sapet depuis laquelle il ne vous restera plus qu'à profiter de la descente. Le sentier évolue au milieu d'un sous-bois de mélèzes et offre de multiples points de vue notamment sur le lac du Sénateur, le chaînon du col de Crous, la crête de la montagne de l'Alp et au Nord sur le mont Mounier. Il permet également de découvrir au Sud-Est, un aperçu des superbes gorges rouges de Daluis. N'hésitez pas à profiter de cette randonnée de proximité pour découvrir ce magnifique panorama environnant.

Itinéraire

Après avoir effectué la montée par le télésiège de la Croix du Sapet (1 821 mètres - balise 12), prendre le départ du sentier sur la droite. Quelques lacets au milieu du mélézin permettent de gagner rapidement les abords du lac du Sénateur (1 750 mètres - b.11). Traverser la piste de ski et suivre alors à droite le sentier planétaire équipé de panneaux d'interprétation. Arrivé à la balise 10, continuer à droite pour gagner rapidement le centre de la station par un sentier équipé d'un platelage en bois.



Caractéristiques de la randonnée

Dénivelée : +0 mètres / -150 mètres

Durée : 1h30

Distance : 4,2 km

Difficulté : Facile

Période conseillée : à adapter en fonction de la période d'ouverture des remontées mécaniques en période estivale





INFORMATIONS & AVERTISSEMENTS

Signalétique, cartographie et balisage

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



reconnaissable, équipe 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.