

Randonnées



La vallée de l'Ubaye débouchant sur cinq cols offre un nombre incalculable de randonnées. Après 30 ans passés à la parcourir nous faisons encore des découvertes ! Nous espérons que les quelques informations ci-dessous vous inciterons à profiter de ce formidable accès à la nature qu'est le Parc du Mercantour.

Le monde appartient à celui qui se lève tôt.

Ce dicton ne s'appliquera jamais mieux qu'en montagne. Route d'accès dégagées, parkings vides, montée dans la fraîcheur du matin, rosée dans les prés et sur les fleurs, animaux qui n'ont pas encore été dérangés et surtout la montagne pour vous. Tout cela vaut bien, malgré les vacances, de continuer à mettre le réveil...

Grand sac, petit guide. Petit sac, grand guide...

Mais il ne faut quand même pas exagérer car entre la fraîcheur du matin, le soleil de midi en haute altitude, le vent de l'après midi et la possibilité d'un orage de grêle avec une température proche de zéro, il faut être prêt à tous les changements du climat. Prévoir également des protections solaires (chapeau, lunettes noires, produit protecteur), de quoi grignoter en route (barres de céréales ou fruits secs) et de quoi vous hydrater (minimum un litre par personne). Du fait de la présence des troupeaux et de gros gibier, il ne faut jamais se ravitailler en eau dans un torrent aussi clair soit-il. Une carcasse peut être en

Randonnées

train de pourrir quelques dizaines de mètres au dessus et la jolie source entourée de fleurs peut n'être que la résurgence d'une mare remplie d'algues et d'organismes en décomposition. Une solution cependant les comprimés de désinfectant à prendre en pharmacie. Et n'oubliez pas le casse croute pour l'arrivée en haut de la balade !

Munissez vous toujours d'une carte et du moyen de vous orienter (boussole voire altimètre). Les cartes relatives aux randonnées ci-après portent les références 3439ET , 3538ET , 3540 ET, 3637ET et 3639ET de l'IGN. Si vous disposez d'un smartphone le site Géoportal permet gratuitement contrairement aux cartes papier de disposer de toutes les cartes IGN de France. Le GPS de votre smartphone vous y situera sans problème avec précision et vous pourrez préparer vos randoz chez vous avec votre ordinateur ou votre iPad.

Les bâtons télescopiques facilitent la marche et sécurisent dans les passages difficiles. Ils sont également appréciés des genoux lors des descentes après une longue journée. Quelques conseils : avoir toujours deux bâtons pour être bien dans l'axe de la marche, les régler plus bas pour la montée que pour la descente, ne pas se tirer dessus à la montée (on se sent des ailes mais l'essoufflement est proche), et surtout en traversée à flanc de coteau ne jamais s'appuyer fortement sur le bâton aval (s'il glisse ou se casse c'est la chute assurée quelquefois sur plusieurs mètres, alors que côté amont les conséquences seront beaucoup plus douces), enfin attention dans les pierriers au bâton qui se coince entre deux blocs et qui vous arrête brutalement par le bras.

Vous pouvez vous équiper éventuellement d'un petit manuel (ou d'une application smartphone) pour vous aider à reconnaître la faune et la flore.

Ne préjugez pas de vos forces :

La randonnée n'est jamais une compétition mais un moyen de découverte de la nature. La plupart des randoz décrites ci-après démarrent vers 1900-2000 m d'altitude. C'est un facteur d'essoufflement non négligeable en début de séjour. Le meilleur moyen d'estimer le temps de marche est de se baser sur la dénivellation entre le parking et les points les plus hauts atteints. Comptez au départ une moyenne de 250 à 300m à l'heure pour la montée. Avec de l'entraînement 400 à 450m. Pour la descente, c'est selon l'état du terrain et l'envie de trainer ou de courir, mais on ne met que rarement plus de temps qu'à la montée.

Enquiquinements divers :

Insectes, serpents : En haute altitude ils sont peu présents (quelques vipères dans les mélèzels herbus entre 1 600 et 1 900). Se protéger toutefois des taons (mouches d'âne) qui sont nombreux à proximité des troupeaux.

Patous : La réintroduction du loup a posé de nombreux problèmes aux éleveurs dans la vallée, qui l'été venu, vont installer leurs troupeaux en altitude. Pour tenter de se protéger du loup, ils ont recours à des patous. Ces paisibles bergers pyrénéens à l'origine, sont élevés avec le troupeau et dressés à agresser (plus par les aboiements que par les crocs) tout ce qui n'en fait pas partie. Il ne faut pas cependant exagérer le risque si l'on applique les quelques règles de comportement approprié (S'arrêter, ne pas brandir de bâtons, parler normalement au chien, ne pas le regarder dans les yeux). De toutes façons évitez de traverser un troupeau (une panique est vite arrivée avec des conséquences pouvant être graves pour les brebis et le berger) et, si vous ne pouvez faire autrement, faites-le très lentement afin de laisser le temps aux brebis de s'écartier paisiblement.

Randonnées

Bobos : Ayez toujours une petite pharmacie avec vous. Bande élastique, compresses, désinfectant, pansements adhésifs de diverses tailles (Compeed pour les ampoules) un anti douleur et vos médicaments habituels.

Animaux et fleurs :

Pour les premiers ne pas les nourrir et pour les autres ne pas les cueillir (sauf en photo !). De toutes façons les fleurs d'altitude sont fragiles et seront fanées avant d'arriver à la maison.

Accès par la route :

Tous les départs des rando indiquées sont accessibles par la route en voiture de tourisme. Une exception pour les véhicules avec très peu de garde au sol : l'arrivée au parking pour le circuit des Eaux Tortes. Les routes (ou les pistes) sont quelques fois étroites et tortueuses soyez prudents et attentifs aux autres véhicules. En montagne la priorité est à celui qui monte mais il vaut mieux se garer lorsqu'on a la possibilité plutôt que de se retrouver dans une situation difficile. En croisant ou dépassant des piétons sur les pistes en terre pensez à réduire l'allure pour éviter de les empousser. Ils vous en seront reconnaissants.

Classement :

Les rando proposées sont classées en deux catégories : les classiques, connues de tous, elles sont toujours très belles mais rançon de la gloire très fréquentées surtout en été. A défaut de pouvoir partir avant l'envahissement préférez la deuxième catégorie qui permet de davantage s'isoler.

Les classiques :

Le Lauzanier : Grand vallon pastoral avec deux beaux lacs et un débouché sur les Alpes Maritimes au col de la Grande Cavale. Très fréquenté, peut également permettre avec une toute petite marche (quelques centaines de mètres) de faire découvrir aux enfants de paisibles marmottes en train de vaquer à leurs occupations.

Prendre la route du col de Larche. En été, il vaut mieux prendre la navette à la sortie du village de Larche ou bien se garer sur le parking situé à gauche en hauteur un peu avant le torrent de l'Orenaye (300m avant le col) pour éviter les difficultés de circulation sur la piste conduisant à l'entrée du Parc. Prendre le sentier au-dessous de la



Randonnées

route, traverser le torrent sur le pont puis suivez le vallon...

Les lacs de l'Oronaye : Belle promenade dans une atmosphère de montagne égayée par l'Oronaye qui cascade tout le long de la première partie du trajet puis par les lacs enchaissés dans un vallon entre une série de sommets et d'aiguilles.

Prendre la route du col de Larche. se garer sur le parking situé à gauche en hauteur un peu avant le torrent de l'Oronaye (300m avant le col). Suivre le balisage qui remonte le vallon. Après environ 35 minutes après le passage d'une moraine (altitude 2 240m) et une descente de quelques mètres on prend à droite à travers un ravissant jardin alpin apprécié des marmottes avant de reprendre la montée. Vous passez sans doute devant un premier petit lac que vous découvrirez au retour. Par contre vous ne pourrez manquer la bifurcation vers le lac de l'Oronaye. Prenez à droite et longez la rive droite du lac.



Poursuivez ensuite votre montée pour arriver au col de Roburent. Sur votre gauche vous pourrez aller voir les bornes frontières datant de la Restauration et portant la fleur de lys côté France et la croix de Savoie côté italien. En redescendant côté italien vous découvrirez bientôt le lac de Roburent et sa tour, l'un des plus beaux de la vallée. Au loin des sommets de l'Argentera.

Les Sagnes : Beau lac de montagne en cours de comblement surmonté d'une tour spectaculaire. Le circuit en boucle permet de découvrir tous les étages de la végétation alpine et de rejoindre la route de la Bonnette côté Alpes Maritimes.

Randonnées



Prendre la route du col de la Bonnette, après le lotissement de chalets Cocody prendre à gauche la piste. Cette dernière d'une longueur de 10 km environ vous conduira au parking juste avant le lac. Poursuivre à pied en laissant le lac à gauche pour monter dans le vallon de Granges Communes. Déboucher sur la route de la Bonnette, la prendre à gauche, quelques dizaines de mètres après prendre le sentier à flanc de coteau qui s'éloigne de la route par la gauche pour rejoindre la crête. Au col de Pelouse redescendre dans le vallon de pelouse pour rejoindre le parking. Variante : descendre à droite de la crête pour la traverser vers la côte 2640 et rejoindre le lac de Pelouse avant de redescendre vers le parking.

Les Eaux Tortes : Grand vallon se finissant par une zone de lacs en fin de comblement et offrant des entrelacs de ruisseaux et torrents. Une halte s'impose pour un coup d'œil à la charmante abbaye du Lavercq.

Le chemin est déconseillé aux véhicules ayant peu de garde au sol. Prendre la route de Gap sur une quinzaine de kilomètres après Barcelonnette. Après avoir traversé l'Ubaye prendre à gauche vers le Martinet puis immédiatement à droite vers les Clarionds et le Laverq. Poursuivre sur la piste à partir des Clarionds. Après l'abbaye la piste avec une ou deux traversées de ruisseaux conduit au parking. Suivre ensuite le sentier de découverte qui est en boucle. Au retour, vous pouvez vous ravitailler en délicieux fromages de chèvre dans le hameau des Clarionds.

Le col de la Cayolle : Circuit en boucle permettant de découvrir de nombreux lacs (dont le lac d'Allos, plus grand lac d'altitude d'Europe) et tôt le matin pas mal d'animaux, en particulier des chamois.

A Barcelonnette prendre l'étroite route du col de la Cayolle (Gorges du Bachelard). Se garer au col ou dans le virage juste en dessous versant sud. Prendre le sentier qui descend à droite le long du coteau puis qui progressivement se redresse pour parvenir au Pas de Lausson (vue sur le Lac d'Allos). Poursuivre à droite le long de la crête par les lacs des Garrets et de la petite Cayolle pour revenir vers le parking par le col du même nom.

A partir de Fouillouse : Deux randonnées bien balisées partent de Fouillouse, hameau de montagne perdu où vivent encore à l'année deux familles. Quelques cadrans solaires et l'entrée du cimetière ont des devises quelque peu cyniques...Une ravissante église au bord du torrent est surplombée par le Brec du Chambeyron plus haut sommet de la vallée avec ses 3 460 m. Si l'église est ouverte ne manquez



Randonnées

pas d'y admirer les fresques anciennes qui viennent d'y être découvertes sous les enduits rajoutés au fil des siècles. A la sortie du village à gauche le GR vous conduit vers le lac des Neufs Couleurs, tout droit c'est vers le col du Vallonnet et le lac du même nom.

Prendre la route du col de Vars. Un kilomètre après le tunnel prendre à droite pour traverser le village de Saint Paul sur Ubaye (deux belles églises et tombes à voir dans le cimetière). Après le hameau de Grande Serenne s'arrêter dans l'épingle à cheveux pour aller voir le belvédère du pont du Châtelet. Reprendre la voiture et au bout de 100m tourner à droite en direction de Fouillouse. Passer sur le pont et traverser le tunnel. Poursuivre jusqu'au parking à gauche de l'entrée du hameau.

Au départ de Maljasset : Plusieurs circuits au choix, les lacs du Marinet, le col de Mary, le col du Longet (tous deux frontières avec l'Italie).

Prendre le même chemin que pour Fouillouse mais après la halte au belvédère du ponts du Châtelet poursuivre tout droit. Traverser le hameau de la Barge avec ses toits en lauze et se garer sur le parking à gauche à l'entrée de Maljasset. Traverser le hameau et aller jusque'à l'Eglise perdue au milieu des prés. Tout droit c'est vers le Longet qui porte bien son nom. En descendant à droite juste après l'église on va s'élever vers les lacs du Marinet et le col de Mary.



Les plus discrètes :

Les lacs de Braissette : prendre la route du col de la Bonnette. Au faux col de Restefonds prendre à droite la piste qui redescend vers Saint Dalmas et Bayasse. Se garer au niveau de l'embranchement du col de la Moutière et poursuivre la descente jusqu'à trouver sur la gauche un chemin qui passe devant d'anciens casernements et

Randonnées



poursuit vers les lacs de Braissette. Eviter d'aller voir les lacs à gauche du chemin car pour retrouver ensuite le chemin on s'engage dans un clapier fort pénible. Au retour en reprenant la voiture, on peut continuer la descente vers Bayasse et rentrer par les gorges du Bachelard.

Les lacs de Morgon : prendre la route du col de la Bonnette (plus haute route d'Europe), poursuivre versant sud et se garer au niveau du camp des Fourches (anciennes casernes). Prendre le sentier vers le col des Fourches, descendre dans le vallon de Salso Moreno traverser le torrent et remonter à droite (rive gauche) vers les lacs de Morgon et des Lausssets.

Pour les plus endurants poursuivre le long de la frontière par le col de Morgon et le collet de Tortisse vers les superbes lacs de Vens.



Le Vallon de Tourreis : toujours la route de la Bonnette. Se garer au niveau du lac des Eissaupes. Monter vers le petit lac Verdet puis poursuivre tout droit vers le pas de Tourreis. Quelques tout petits lacs à droite de la montée. Dans le vallon qui suit, on peut avec un peu de chance et une approche discrète passer un moment assis à pique-niquer au milieu des bouquetins...

Tour des Brecs : Randonnée à travers les pistes du Super-Sauze puis cheminement versant sud des Brecs avec une belle vue sur le massif du Pellat et de la Cayolle. Rencontre avec des bouquetins.

Se garer au Super-Sauze et monter en direction du col de Fours. Au col prendre à droite et cheminer en traversée sur le sentier jusqu'au col de Gyp. Un peu après le col on peut remonter à gauche pour aller au Chapeau de Gendarme avec une vue étendue sur toute la vallée. On redescend ensuite vers le Super Sauze.

Tour de Viraysse : Parcours très minéral dans les aiguilles de Sautron et du col de la Portiolette. Découverte des casernes de Mallemort et des forts de Viraysse.

Prendre la route du col de Larche. A la sortie du village, juste avant l'ancien poste frontière prendre la route à gauche. Monter dans les prés. Se garer à proximité du réservoir. Après un départ en montée assez soutenue, prendre à droite vers la cabane de Viraysse, puis le col de la Portiolette (possibilité d'aller jeter un œil en Italie au col de Sautron) redescendre le col versant nord en serrant les sentiers sur la gauche pour rejoindre les baraquements

Randonnées

et le fort de Viraysse ainsi que le col de Mallemort. De là redescendre sur le parking (direction Larche).

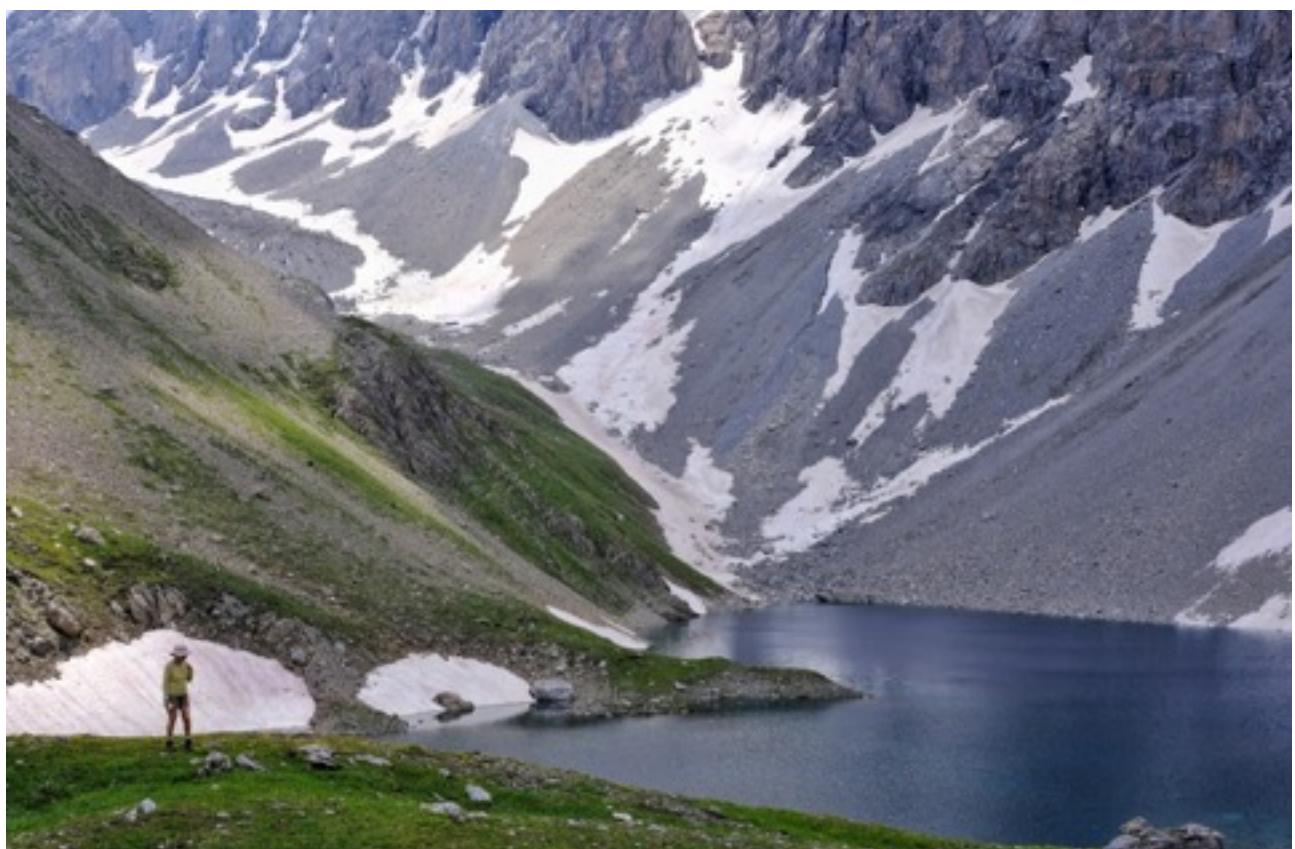
Aiguille Large : Belle randonnée alpine (un passage un peu aérien déconseillé aux personnes sujettes au vertige) avec de superbes vues sur le vallon de Mary, les lacs du Marinet, les glaciers fossiles du Marinet et les aiguilles du même nom.

Même départ que pour les lacs du Marinet. Après le passage du ressaut rocheux sous la croix, le sentier redescend un peu et traverse un torrent sur une petite poutre. Juste après quitter le sentier par la droite pour rejoindre le fond du vallon. Le chemin se redresse ensuite pour monter en zigzags sous l'aiguille Large. Passer le torrent (passage aérien) puis continuer entre l'aiguille Pierre André et l'aiguille



Large. Contourner cette dernière dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Au niveau du col Large quelques mètres sur la gauche vous conduisent au sommet avec la vue mentionnée plus haut. Retour par les lacs et les bergeries de Mary.

Un secret : Le lac d'Apsoï. Un joyau bleu saphir enchâssé dans une vallée très étroite entre deux crêtes . Encore plus beau en début de saison lorsqu'il est encore occupé en partie par de la glace. Par contre coté italien le site est assez parcouru.



Randonnées

Démarrer la rando comme pour aller aux lacs de l'Oronaye et après le passage de la moraine (altitude 2 240m) prendre le sentier qui se dirige à gauche vers le col de la Gypière. Au col prendre à droite vers le col des Monges qui constitue la frontière avec l'Italie. Suivre le sentier en descente avant de découvrir le lac d'Apsoï.

