

LACS ET REFUGES DU MERCANTOUR en liberté

Trésors archéologiques et culturels !



Le Parc National du Mercantour est une mosaïque de milieux naturels ce qui explique la richesse de sa faune (pas loin de 9000 espèces, tels que marmottes, mouflons, aigles royal, loups gris, amphibiens..) et sa flore (2067 espèces végétales dont l'edelweiss, génépi blanc, arnica, gentiane...) : la proximité immédiate de la méditerranée assure des conditions idéales pour leur existence.

Le Mercantour est également caractérisé par son patrimoine historique. Datant de la préhistoire, la vallée des Merveilles tient son nom des milliers de gravures sur dalles de pierres colorées, les "ciappe", déclinant des scènes de vie quotidienne et de croyance. Elle est caractérisée par son paysage minéral et chaotique, aux pieds de sommets imposants.

🕒 6 jours

👤 Liberté / sans guide

🧳 Avec ou sans transport de bagages

🏠 Hébergement : Classique (dortoir)

🦶 Niveau : ***

🏠 A partir de : 455€

Vous allez aimer

- Une nature préservée, une flore exceptionnelle, une faune bien présente
- Des randonnées variés, entre ambiance minéral, lacs d'altitude, vallons fleuris, sommets aux vues à 360°
- La Vallée des Merveilles et ses 40000 gravures préhistoriques
- La situation géographique particulière entre mer et montagne
- L'un des parc national les plus sauvage aux paysages les plus variés

Le parcours

Jour 1

Rendez-vous à Boréon où vous pouvez laisser votre véhicule pour la semaine dans un des nombreux parking de ce petit hameau de montagne.

BOREON - PAS DE MAIRIS - LA MADONNE DE FENESTRE

Après la tempête destructrice de 2019, ce village particulièrement touché par rapport au reste du Mercantour (aucune trace visible de dégâts sur le reste de votre parcours) se reconstruit avec force... Face à l'accueil du Parc Alpha (intéressant de visiter si vous arrivez la veille), vous grimpez dans une forêt de conifères remarquable vers le Pas et le petit refuge de Maïris pour atteindre la Cime du Pisset. Un panorama sur la Vésubie s'ouvre à vous avec en toile de fond, le fameux Gelas, colosse de pierre dominant fièrement ces vallées reculées des Alpes Maritimes.

Descente sur les hospices de la Madone de Fenestre où vous passez la nuit, **sans transport de bagages**.

5h00 de marche / Dénivelé : +845 m ; -400 m / 8.5 km

Jour 2

LA MADONNE DE FENESTRE - PAS DU MONT COULOMB - SAINT GRATS

Au départ de la Madone, n'hésitez pas à vous arrêter à la Petite Vacherie, au bord du torrent, pour acheter un morceau de tomme pour votre pique-nique, elle est délicieuse (ouvert quand les troupeaux sont en alpage). Vous remontez le torrent de la Vésubie qui prend sa source sur les contreforts du Gelas (3143 m) et vous contemplez pendant toute votre ascension, le Pas du Mont Coulomb. Le Pas du Mont Coulomb (2548 m) est caractérisé par une brèche étroite formant un "passage secret" entre la Vésubie et la Gordolasque. Pendant votre descente rapide sur la Gordolasque, vous êtes sans doute surveillé par des hardes de Bouquetins ou de chamois siestant dans les barres environnantes ! Descente sur l'un des hébergements de Saint-Grats.

5h de marche / Dénivelé : -700 m ; -1050 m / 11.5km

Jour 3

SAINT GRAT- PAS DE L'ARPETTE - REFUGE DES MERVEILLES

Au départ direct de Saint-Grat, vous montez dans une forêt dense pour rejoindre le vallon remarquable d'Empuonrame. C'est dans cet univers minéral que vous terminez la montée jusqu'au Pas de l'Arpette (2351 m), sous les yeux attentifs des chamois. Le Pas de l'Arpette constitue l'entrée du Parc National du Mercantour ainsi que celle de la fameuse Vallée des Merveilles. Descente au milieu de nombreux lacs jusqu'au refuge des Merveilles, **sans transport de bagages**.

5h00 de marche / Dénivelé : +950 m ; -410 m / 8km

Jour 4

REFUGE DES MERVEILLES - VALLEE DES MERVEILLES - BAISSSE BASTO

Une journée longue et chargée en visite où il faudra partir tôt ! Du refuge des Merveilles, vous remontez la fameuse vallée du même nom...Au milieu de ce paysage minéral sculpté par la fonte des glaciers il y a plus de 10 000 ans, se situe un trésor archéologique d'environ 40 000 gravures rupestres datées pour la plupart aux environs de 3300 ans avant JC. Vous rejoignez la Baisse de la Valmasque (2552 m), le lac Basto puis la Baisse Basto (2693 m), passage étroit dans un éboulis dominant la vallée de la Fous. Descente par le fameux GR52 jusqu'au magnifique refuge restauré de Nice où une pause sur la terrasse de Christophe sera bien méritée. Descente dans la vallée de la Gordolasque pour rejoindre votre hébergement.

6h30 de marche / Dénivelé : +720 m ; -1200 m / 15.5 km

Jour 5

LA BAISSSE DE PRALS - BAISSSE AUX 5 LACS - LA MADONE

Une belle et intense montée matinale au départ de la vallée de la Gordolasque pour rejoindre la vallée de la Vésubie par la Baisse de Prals (2339 m) d'où deux variantes sont possibles: soit redescendre sur la Madone en direct par les "5 lacs",

soit faire le tour d'un cirque magnifique par 5 crêtes, faible en dénivelé, et qui enchante les amateurs de marche panoramique. Redescente sur la Madone pour y passer la nuit en gîte, **sans les bagages**.
5h00 de marche / Dénivelé : +900 m ; -580 m / 7.5 km

Jour 6

LA MADONNE - LAC ET COL DE LA FENESTRE - LAC DE TRECOPAS - LE BOREON

Un journée en altitude avec le col frontalier de la Finestra (2475 m) d'où la vallée italienne voisine de l'Argentera se dévoile. Le lac de Trecolpas est propice à une pause pique-nique au bord de ses pelouses verdoyantes. Retour à Boréon par la Vacherie.

5h30 de marche / Dénivelé : +790 m ; -1100 m / 14 km

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Le voyage

NIVEAU ***

Altitude globale : entre 1500m et 2500 m

Altitude des hébergements : 1500 m en moyenne

Durée des étapes : 5 à 6h de marche par jour

Dénivelé positif moyen : 850 m par jour

Dénivelé maximum : 950 m.

Altitude maximum de passage : 2600 m.

Nature du terrain : terrain de moyenne montagne en alpage avec de nombreuses zones de pierrier, le passage de certains col peut être encore enneigé en début de saison.

Il est nécessaire d'être en bonne condition physique générale. Pratiquez régulièrement un sport d'endurance tel que la marche, la course à pied, le vélo, de 3 à 4 heures par semaine. Votre préparation physique facilitera votre séjour et vous permettra de l'apprécier d'autant plus.

Découvrez le descriptif des niveaux en cliquant ici : [niveaux des randonnées](#)

Le roadbook fournit les informations nécessaires pour effectuer votre randonnée. Il reste cependant indispensable de savoir maîtriser la lecture de carte au 1:25'000 et d'être suffisamment autonome en montagne pour pouvoir aborder l'itinéraire sereinement, quelle que soit la météo (brouillard, neige,...). L'encadrement d'un professionnel n'est pas inclus dans le forfait liberté. Vous risquez de traverser des zones blanches, sans réseau téléphonique. Pour votre sécurité, vous pouvez vous munir d'une radio ou d'un téléphone de dernière génération pouvant contacter un satellite.

Voyage réalisé en collaboration avec nos partenaires locaux, soucieux comme nous de vous concocter un séjour authentique

ROAD BOOK

Votre dossier de randonnée vous sera expédié par la poste à réception du règlement du solde de votre séjour. Il comprend :

- Un livre de route,
- Un jeu de cartes IGN,
- La feuille de route reprenant la liste des hébergements,
- Les étiquettes pour les bagages, si vous avez choisi cette option,
- L'accès à l'application numérique téléchargeable sur votre smartphone.

Pour toutes réservations à moins de 3 semaines du départ, les documents de voyage papier ne pourront pas être envoyés. Seulement la version numérique sera mise à disposition.

HEBERGEMENT

CLASSIQUE : en gîte. Chambre collective de 4 à 12 personnes, les draps et serviettes ne sont pas fournis (prévoir un drap de sac), les sanitaires sont sur le palier.

LES REPAS

Les repas servis dans les hébergements sont équilibrés et variés. La cuisine est copieuse, adaptée aux besoins des randonneurs et souvent issus de produits locaux.

Les pique-niques peuvent être réservés en prenant l'option sinon vous trouverez dans les villages les commerces nécessaires à vos achats. Vous pourrez également les réserver auprès des hébergeurs dès votre arrivée pour le lendemain. Il n'y a pas de pique-niques le premier jour.

Merci de nous préciser vos allergies et régimes alimentaires **au moment de la réservation.**

Nous faisons de notre mieux pour prendre en compte les régimes particuliers (sans gluten, végétarien, etc.). Nous vous

encourageons cependant à prévoir quelques produits complémentaires pour vos propres pique-niques.

TRANSFERTS INTERNES

Pas de transfert.

Infos pratiques

ACCÈS AU POINT DE DÉPART

A Boréon, commune de St Martin Vésubie. Vous pouvez laisser vos bagages au gîte de Boréon.

EN BUS DEPUIS NICE

Lignes d'Azur : Ligne de BUS n°90 - départ 8h00 le dimanche de Grand Arénas, direction La Bolline Gare Routière ; 16, Avenue des Diables Bleus ; 06300 NICE Tél. : +33 (0)4 93 85 62 15

EN VOITURE

Depuis l'autoroute A8, sortir à Nice Saint Isidore (sortie n° 52), s'engager sur la RM6202 en direction de Digne sur une distance de 18 km. A la sortie du village de Plan du Var, prendre sur la droite la RM 2265, indiquant la Vallée de la Vésubie. Puis sur 32 km, parcourir les gorges de la Vésubie et traverser les villages et hameaux de Cros d'Utelle, St Jean la Rivière, Le Suquet, Lantosque, Roquebillière pour rejoindre Saint-Martin-Vésubie.

Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites : viamichelin.fr mappy.fr

FIN DU SÉJOUR

A Boréon, vos bagages seront au gîte de Boréon (si vous avez pris l'option).

ASSURANCE

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. En aucun cas notre assurance ne peut se substituer à votre Responsabilité Civile Personnelle, et il vous appartient d'être vous-même assurés.

Par ailleurs, Altitude Mont-Blanc propose un contrat d'assurance annulation et rapatriement EUROP ASSISTANCE (4.2% du montant du séjour). Si vous choisissez de souscrire, notez qu'Altitude Mont-Blanc n'est que l'interface entre le client et l'assureur, ne peut influencer sur l'une ou l'autre des parties et s'en tient aux strictes conditions de vente. Vous êtes responsables du respect des procédures de déclaration de tout sinistre.

Pour une demande de prise en charge, avant de prendre toute décision, vous devez contacter EUROP ASSISTANCE.

POUR NOUS CONTACTER

Si vous êtes en retard, contactez l'agence au : **+33 (0)4 50 79 09 16** ou **+33 (0)6 42 49 76 07**

Dates & tarifs

DÉPARTS ET PRIX

Départs possibles tous les jours du 9 juin au 23 septembre 2025

Sans transport de bagages :

455€ par personne en hébergement classique

Supplément départ personne seule sans transport des bagages : 55€

Supplément transport des bagages (sauf jours 1, 3 et 5) :

Groupe de 2 à 3 participants : 80€ par personne

Groupe de 4 à 5 participants : 70€ par personne

Groupe de 6 ou plus : 45€ par personne

Sur la base d'une personne : sur demande

En option

5 Pique-niques : 80€ par personne

LE PRIX

Comprend :

- Les documents de voyage : le road book, descriptif et cartes IGN (1 dossier road book complet par groupe) ;
- L'hébergement en demi-pension du dîner du 1er jour au petit-déjeuner du dernier jour ;
- Le transport des bagages entre les hébergements, si vous avez choisi cette option (excepté J1; J3 et J5) ;
- Les frais d'organisation et de réservation ;
- Les taxes de séjour.

Ne comprend pas :

- L'assurance assistance annulation (4.2% du montant du séjour) ;
- Le transport aller-retour au point de départ de la randonnée ;
- Les boissons, les visites et dépenses personnelles... ;
- Les pique-niques du midi.

Équipement et bagages

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

Vêtements

- Pantalons de randonnée
- Short (1 maillot de bain au cas où)
- Tee-shirts "respirant" ou en laine mérinos
- Caleçon long "respirant" ou en laine mérinos
- Polaire ou pull
- Coupe-vent ou veste Goretex
- Cape de pluie + guêtres ou pantalon type Goretex + une cape de sac
- Une paire de gants et un bonnet léger
- Chapeau ou casquette
- Chaussettes de randonnée (double couche, à bouclettes... 1 paire par jour)
- Chaussures de randonnée déjà rodées et à semelles bien crantées
- 1 tenue de rechange pour le soir
- Chaussures de rechange pour le soir

Matériel divers

- Trousse de toilette
- Serviette de toilette (séchage rapide, vendue en boutique spécialisée)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Gourde ou thermos (1,5 litre minimum)
- Couteau et couverts
- Une boîte hermétique en plastique en guise d'assiette pour vos pique-niques
- Gobelet pour le café
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type compeed...)
- Couverture de survie
- Frontale ou lampe de poche
- Un drap-sac et une taie d'oreiller (les gîtes fournissent des couvertures)
- Deux bâtons télescopiques (fortement recommandés)
- Carte d'identité ou passeport valide

SAC À DOS

Prévoir un sac à dos confortable de 30 à 40 litres pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, boîte et couverts pour le pique-nique, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour transporter un pique-nique et des encas.

TRANSPORT DE BAGAGES

Vos affaires de rechange doivent être regroupées en **1 seul sac souple de 12kg maximum par personne**. Votre bagage est acheminé par un véhicule logistique d'étape en étape, sauf les nuits 1,3 et 5, dans des hébergements dont l'accès n'est pas toujours simple.

Attention, les bagages trop lourds ne seront pas pris en charge par les chauffeurs, pensez à leurs dos !

Détails

