



Club Alpin Nice-Mercantour

14 Avenue Mirabeau 06000 NICE - Tél : 04 93 62 59 99 - [cafnice.ffcam.fr]

RANDO - MONTAGNE

Permanence Rando-Montagne : Tous les Lundis - Mardis - Jeudis - Vendredis (de 16 h à 19 h) >>> Tél. : 09 72 46 93 71

ORGANISATION : L'activité « RANDO-MONTAGNE » du CA-NM organise chaque MERCREDI et DIMANCHE (sauf les dimanches d'Août) des sorties collectives accessibles, sous réserve d'adhésion (Licence ou Carte Découverte), à un large public même débutant. Ces sorties se déroulent exclusivement en groupes d'allure différents, placés sous la responsabilité d'Encadrants.

Groupe Parcours :	G 1 : Sportif	G 2 : Soutenu	G 3 : Moyen	G 4 : Modéré	G 5 : Tranquille	G 6 : Léger
Montée :	1 400 m	1 200 m	1 000 m	800 m	500 m	250 m
Distance :	22 km	20 km	18 km	14 km	11 km	8 km

PARTICIPATION : La marche en montagne nécessite d'y participer en bonne condition physique (Certificat médical en cours de validité, attestant de non contre-indication à la pratique de la randonnée montagne) ; d'autre part, un équipement convenable est impératif. Les déplacements se font en car spécial avec redevance individuelle. Selon le programme de la sortie, les divers points de ramassage sont activés entre les Arrêts Lignes d'Azur « J. BOUIN » et « NIKAIÁ » et selon les horaires ci-après :

Sortie avec tous les ramassages : [J. BOUIN : 6H 35 - LIBÉRATION : 6H 45 - BARLA - ALBERT 1^{er} : 7H 00 - GAMBETTA - MAGNAN - FABRON - CARRAS - NIKAIÁ : 7H 15 (Dimanche) & 7H 30 (Mercredi)]

Sortie avec 3 ramassages : [J. BOUIN : 6H 35 - LIBÉRATION : 6H 45 - NIKAIÁ : 7H 00]

Le règlement de la redevance est requis à la montée dans le car.

Toute sortie non décommandée avant Lundi 19h00 pour la sortie du Mercredi, Vendredi 18h00 pour celle du Dimanche, donne lieu au règlement de cette redevance.

INSCRIPTION : avant Mardi 19h00 pour la sortie du Mercredi et avant Jeudi 18h00 pour la sortie du Dimanche.

Pour toute information complémentaire, se reporter au fascicule « **Le Livret du Randonneur** » disponible en ligne sur le site internet du CA-NM/Randonnée/Programme (ou Agenda).

PROGRAMME : AOÛT 2022

Pas de permanence pour les lundis d'AOÛT

MERCREDI 3 AOÛT 2022

🚗 >>> **ATTENTION** : Seules 3 ramasses sont assurées.

MONT GIRAUD (2 606m)

🌲 LA ROCHE - MONT GIRAUD - Tête RoI - Col de Veillos - Lacs des Millefontes - ST DALMAS VALDEBLORE 🌲
[Fait en Sept. 13 - Juil. 21 (Dim.)] Carte IGN : 3641 ET « Moyenne Tinée » (2018)

Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 700 m - 1 400 m Distance : 18,500 km

Départ de la M 2565 / LA BOLLINE VALDEBLORE / Parking / B 151 / P.C. 993m - Rte de Géoudan → N. / B 140 (1 045m) - Sentier → N. / Lacets / P.C. 1 084m / P.C. 1 179m / Cluchayé / Cabanes de Lenton / Col Lombarde (1 560m) - Cabane Vieille (1 715m) - Vallon de Cabane Vieille / P.C. 1 846m / Crête du Giraud / Las Planas / B 160 / Vacherie de Rimplas (2 080m) - Direct. → N. / Vallon / Pas de Rimplas / P.C. 2 452m - Crête → S.E. / MONT GIRAUD / P.C. 2 606m - Crête → N.E. / P.C. 2 560m / Crête de la Tune / P.C. 2 496m - Crête → E. / Tête RoI / P.C. 2 525m - Crête de la Tune / P.C. 2 496m - Direct. → S.O. / Vallon de la Tune / Le Cros / Sentier balisé (1 980m) - Sentier → S.E. / Vacherie des Millefontes / P.C. 2 026m - B 145 (2 020m) - Sentier → S. / GR 52 / B 146 (1 995m) - GR → S.E. / Rte / Racc. / Plan de la Gourra / B 81 / P.C. 1 849m - GR → S.E. / Granges de la Chanaria / P.C. 1 463m - GR → S. / M 2565 / B 80 / P.C. 1 383m - Rte-GR → S. / Le Pioulet - Arrivée à ST DALMAS VALDEBLORE / B 79 (1 280m).

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1300 m - 1 100 m Distance : 17,500 km

Départ de la M 2565 / **LA ROCHE VALDEBLORE** / Rte de l'Ancienne Frontière (1 095m) - Rte→N.O. / B 141 / Sentier→N. / B143 (1 240m - Sentier→E. / Valon du Gasc (1 235m) - L'Adrech des Mias / P.C. 1 373m - Vallon des Millefontes / P.C. 1 489m - Rasciassé (ruines) (1 670m) - B 145 (2 020m) - Sentier→N.O. / **Vacherie des Millefontes** / P.C. 2 026m - Sentier→E. / Vallon des Millefontes (2^{ème} virage droit) (2 090m) - Direct. →N. / Jonction avec le Sentier balisé en aval du Lac Petit (*Un des Lacs de Millefontes*) (2 200m) - Sentier→N.O. / **Lac Petit** (2 230m) - Contournement Nord du Lac / Lac en amont / **Lac Long** / GR 52 (2 350m) - GR→N. / **LAC GROS** (2 380m) - [en A/R] - GR→S. / P.C. 2 305m - Sentier→S. / Vallon des Millefontes / Rte / GR 52 / **Col de Veillos** / P.C. 2 194m - GR→S. / Rte / B 82 / P.C. 2 035m - GR→O. / B 146 / Rte / Racc. / **Plan de la Gourra** / B 81 / P.C. 1 849m - *Même itinéraire que celui du G 1 - Arrivée à ST DALMAS VALDEBLORE / B 79 (1 280m).*

Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 1 000 m - 800 m Distance : 12,500 km

Départ de la M 2565 / **LA ROCHE VALDEBLORE** / Rte de l'Ancienne Frontière (1 095m) - *Même itinéraire que celui du G 1, jusqu'à la Vacherie des Millefontes / P.C. 2 026m* - Retour B 145 (2 020m) - Sentier→S. / GR 52 / B 146 (1 995m) - GR→S.E. / Rte / Racc. / **Plan de la Gourra** / B 81 / P.C. 1 849m - GR→S.E. / **Granges de la Chanaria** / P.C. 1 463m - GR→S. / M 2565 / B 80 / P.C. 1 383m - Rte-GR→S. / Le Pioulet - *Arrivée à ST DALMAS VALDEBLORE / B 79 (1 280m).*

Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 850 m - 950 m Distance : 11,500 km

Départ de la M 2565 / **ST DALMAS VALDEBLORE** / Rte des Millefontes / GR 52 / B 80 / P.C. 1 383m - GR→N. / Vallon de Bramafam / P.C. 1 463m - **Granges de la Chanaria** / Rte / **Plan de la Gourra** / B 81 / P.C. 1 849m - GR→O. / B 146 (1 995m) - GR→N. / **COL DE VEILLOS** / P.C. 2 194m - *Retour par le même itinéraire que celui de l'aller, jusqu'à la B 80 / P.C. 1 383m* - Rte-GR→S. / Le Pioulet - *Arrivée à ST DALMAS VALDEBLORE / B 79 (1 280m).*

Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 500 m - 600 m Distance : 7 km

Départ de la M 2565 / **ST DALMAS VALDEBLORE** / Rte des Millefontes / GR 52 / B 80 / P.C. 1 383m - GR→N. / Vallon de Bramafam / P.C. 1 463m - **Granges de la Chanaria** / Rte / **PLAN DE LA GOURRA** / B 81 / P.C. 1 849m - *Retour par le même itinéraire que celui de l'aller, jusqu'à la B 80 / P.C. 1 383m* - Rte-GR→S. / Le Pioulet - *Arrivée à ST DALMAS VALDEBLORE / B 79 (1 280m).*

Parcours léger [G 6] = Dénivelés : + 300 m - 400 m Distance : 6 km

Départ de la M 2565 / **ST DALMAS VALDEBLORE** / Rte des Millefontes / GR 52 / B 80 / P.C. 1 383m - GR→N. / Vallon de Bramafam / P.C. 1 463m - **Granges de la Chanaria** (1 520m) - **Vallon de la CHANARIA** / P.C. 1 668m - *Retour par le même itinéraire que celui de l'aller, jusqu'à la B 80 / P.C. 1 383m* - Rte-GR→S. / Le Pioulet - *Arrivée à ST DALMAS VALDEBLORE / B 79 (1 280m).*

MERCREDI 10 AOÛT 2022

 >>> **ATTENTION : Seules 3 ramasses sont assurées.**

SOMMET DES GRAUS (2 549m) - ROCHE CLINE (1 867m)



ALLOS - Cabane de l'Herbe Blanche - **ROCHE CLINE** - **SOMMET DES GRAUS** - Villard-Bas - ALLOS 

[Fait en Sept. 01 - Sept. 12]

Carte IGN : 3540 OT «Barcelonnette»

Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 200 m - 1 200 m Distance : 15 km

Départ de la D 908 / **ALLOS (Place du Pré de Foire)** / Parking / GR 56B-GRP (1 430m) - GR-Rue de la Salle des Fêtes→N.E. / Ecole / Passerelle (1 425m) - Sentier→S.E. / Ste Brigitte / D 226 (1 530m) - Piste→S.E. / Gué du Ravin de Ribions / Racc. / Piste / P.C. 1 645m - Sentier→N.E. &→S. / Bois et **Cabane de l'Herbe Blanche** / P.C. 1 867m - Sentier→S.E. / P.C. 2 075m - **ROCHE CLINE** / P.C. 2 415m - Direct. →S.E. / Montagne de la Jassine / P.C. 2 490m - Direct. →N.E. / Crête / **SOMMET DES GRAUS** / P.C. 2 459m - [en A/R, jusqu'à la Cabane de l'Herbe Blanche / P.C. 1 867m] - Sentier→N.O. / Carref. Sentier / Ruisseau (1 720m) - Sentier→N. / Ravin de Ribions / Ravin de l'Herbe Blanche (1 650m) - Ravin des Faïsses / **Villard-Bas** / D 226 / P.C. 1 681m - D→O. / Le Bois de Mèle / Le Foreston / P.C. 1 573m - Piste→N.E. / Ravin des Chais / GR 56B-GRP / P.C. 1 564 - GR→S.O. - *Arrivée à D 908 / ALLOS / (Place du Pré de Foire) / Parking (1 430m).*

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1 050 m - 1 050 m Distance : 13 km

Départ de la D 908 / **ALLOS (Place du Pré de Foire)** / Parking / GR 56B-GRP (1 430m) - *Même itinéraire que celui du G 1, jusqu'à ROCHE CLINE / P.C. 2 415m* - [en A/R, jusqu'à la Cabane de l'Herbe Blanche / P.C. 1 867m] - *Même itinéraire que celui du G 1 - Arrivée à la D 908 / ALLOS / (Place du Pré de Foire) / Parking (1 430m).*

Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 1 000 m - 1 000 m Distance : 11 km

Départ de la D 908 / **ALLOS (Place du Pré de Foire)** / Parking / GR 56B-GRP (1 430m) - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2, jusqu'à ROCHE CLINE / P.C. 2 415m* - [en A/R, jusqu'à la Cabane de l'Herbe Blanche / P.C. 1 867m] - *Retour par le même itinéraire que celui de l'aller - Arrivée à la D 908 / ALLOS / (Place du Pré de Foire) / Parking (1 430m).*

Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 700 m - 700 m Distance : 10,500 km

Départ de la D 908 / **ALLOS (Place du Pré de Foire)** / Parking / GR 56B-GRP (1 430m) - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2 - G 3, jusqu'à P.C. 2 075m* - [en A/R, jusqu'à la Cabane de l'Herbe Blanche / P.C. 1 867m] - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2 - Arrivée à la D 908 / ALLOS / (Place du Pré de Foire) / Parking (1 430m).*

Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 500 m - 500 m Distance : 8,500 km

Départ de la D 908 / **ALLOS (Place du Pré de Foire)** / Parking / GR 56B-GRP (1 430m) - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2 - G 3 jusqu'à la Cabane de l'Herbe Blanche / P.C. 1 867m* - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2 - G 4 - Arrivée à la D 908 / ALLOS / (Place du Pré de Foire) / Parking (1 430m).*

Parcours léger [G 6] = Dénivelés : + 350 m - 350 m Distance : 7,500 km

Départ de la D 908 / **ALLOS (Place du Pré de Foire)** / Parking / GR 56B-GRP (1 430m) - GR-Rue de la Salle des Fêtes→N.E. / Ecole / Passerelle (1 425m) - Sentier→S.E. / Ste Brigitte / D 226 (1 530m) - Piste→S.E. / Gué du Ravin de Ribions / Racc. / Piste / P.C. 1 645m - Sentier→N.E. &→S. / **Carref. Sentier / Ruisseau (1 720m)** - *Retour par le même itinéraire que celui des G 1 - G 2 - G 4 - G 5 - Arrivée à la D 908 / ALLOS / (Place du Pré de Foire) / Parking (1 430m).*

MERCREDI 17 AOÛT 2022

 >>> **ATTENTION : Seules 3 ramasses sont assurées.**

TÊTE DES MOURRES (2 790 m)

 Camp des Fourches - Salso Moreno - Lacs Morgon - TÊTE DES MOURRES - Col du Fer - Ref. de Vens - LE PRA 
[En partie inédit] Carte IGN Top 25 : 3639 OT «Hte Tinée I»

Parcours sportif [G 1] = Dénivelées : + 900 m - 1 450 m Distance : 20 km

Départ de la M 64 / Camp des Fourches / GR 5-56 (Parking) / B 41a (2 240m) - GR→E. / B 41b / Col des Fourches / Blockhaus / B 41 / P.C. 2 261m - GR→N. / Ravin de la Tour (2 070m) - Abri / Vallon de la Gipièrre / Carref. Sentiers / B 37 / P.C. 2 094m - Sentier→E. / Salso Moreno / Vallon de la Cabane / Petits lagon / P.C. 2 257m - Direct. →E. / Sces / P.C. 2 338m - Direct. →S. / Grand Lac de Morgon / P.C. 2 427m - Direct. →N.E. / Lacs Morgon Supérieurs (2 465m) - Direct. →S.E. / Vallon de Gorgeon Long / Petit Lac (Extrême Est) (P.C. 2 570m) - Direct. →S.E. / Pas de Morgon / P.C. 2 714m - Crête→O. / TÊTE DES MOURRES / P.C. 2 790m - [en A/R] - Crête Frontière→S.E. / P.C. 2 735m - Crête→S.E. / P.C. 2 614m / Col du Fer / PR / B 35 / P.C. 2 584m - PR→S. / Collet de Tortisse / B 35a / P.C. 2 591m - PR→S. / B 24 (2 370m) - Sentier→S.E. / B 25 / Refuge de Vens / P.C. 2 366m - [en A/R] - PR→O. / Pt Ht (2 415m) - B 23 (2 370m) - Sentier→N.O. / P.C. 2 422m - Sentier→N.O. / Lacets / Carref. Sentiers / PR / B 34 / Sud du P.C. 2 252m (2 245m) - PR→O. / Maison Forestière de Tortisse / Passerelle / P.C. 2 128m / Plateau de Morgon / B 33 / P.C. 2 143m - PR→S.O. / Sce / Lacets / P.C. 1 774m / M 64 / B 32 (1 665m) - M→N.O. - Arrivée au Pra (Parking Nord) (1 680m).

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 800 m - 1 350 m Distance : 18 km

Départ de la M 64 / Camp des Fourches / GR 5-56 (Parking) / B 41a (2 240m) - *Même itinéraire que celui du G 1, jusqu'au Col du Fer* / PR / B 35 / P.C. 2 584m - PR→N.O. / Torrent de Tortisse / Carref. Sentiers / B 34 / Sud du P.C. 2 252m (2 245m) - PR→O. / Maison Forestière de TORTISSE / Passerelle / P.C. 2 128m / Plateau de Morgon / B 33 / P.C. 2 143m - PR→S.O. / Sce / Lacets / P.C. 1 774m / M 64 / B 32 (1 665m) - M→N.O. - Arrivée au Pra (Parking Nord) (1 680m).

Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 750 m - 1 300 m Distance : 17 km

Départ de la M 64 / Camp des Fourches / GR 5-56 (Parking) / B 41a (2 240m) - *Même itinéraire que celui du G 2, à l'exception de la Tête des Mourres* - Arrivée au Pra (Parking Nord) (1 680m).

Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 450 m - 1 000 m Distance : 11 km

Départ de la M 64 / Camp des Fourches / GR 5-56 (Parking) / B 41a (2 240m) - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2 - G 3, jusqu'au GRAND LAC DE MORGON* / P.C. 2 427m - Direct. →O. / Les Laussets (Lacs) (2 405m) - Direct. →S.O. / P.C. 2 248m - Sentier→S.O. / Plateau de Morgon (2 050m) - PR→S.O. / Sce / P.C. 1 774m / M 64 / B 32 (1 665m) - M→N.O. - Arrivée au Pra (Parking Nord) (1 680m).

Parcours facile [G 5] = Dénivelés : + 550 m - 550 m Distance : 11,500 km

Départ de la M 64 / Camp des Fourches / GR 5-56 (Parking) / B 41a (2 240m) - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2 - G 3 - G 4, jusqu'au GRAND LAC DE MORGON* / P.C. 2 427m - *Retour par le même itinéraire* - Arrivée au Camp des Fourches / (Parking) / B 41a (2 240m).

Parcours léger [G 6] = Dénivelés : + 100 m - 450 m Distance : 5 km

Départ de la M 64 / Camp des Fourches / GR 5-56 / Parking / B 41a (2 240m) - GR→E. / B 41b / Col des Fourches / Blockhaus / B 41 / P.C. 2 261m - Sentier→S. / P.C. 2 303m / Crête de Gaudin / MONT DES FOURCHES / P.C. 2 342m - [en A/R, jusqu'au Camp des Fourches] - GR→S. / M 64 / Racc. / La Marade / P.C. 2 217m - GR→S.O. / Le Refuge / P.C. 1 969m - Sentier→S. / B 40 / GR 5-56 / M 64 / Racc. - Arrivée à BOUSIÉYAS / P.C. 1 883m.

MERCREDI 24 AOÛT 2022

 >>> **ATTENTION : Seules 3 ramasses sont assurées, Ou Rendez-vous au Pont du Countet à SH50**

MONT CLAPIER (3 045 m)

 Pt du Countet - Refuge de NICE - Pas de la Fous - Lacs du Mt Clapier - MONT CLAPIER - Pt du Countet 
[Fait en Juil. 06 - Juil. 10 - Aoû16] Carte IGN Top 25 : 3741 OT « Vésubie »

Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 650 m - 1 050 m Distance : 15 km

Départ de la M 171 / Pont du Countet / Parking / B 411 (1 690m). - Piste→N. / Rive droite de la Gordolasque / Stèle / Abri « Belle & Sébastien » / P.C. 1 785m / Carref. Sentier (1 835m) - Sentier→N. / Mur des Italiens / B 415 / P.C. 2 005m - Sentier→E. / Lacets / La Barme / GR 52 / B 416 / P.C. 2 153m - GR→E. / Rive droite du Lac de la Fous / Plaine de la Fous / Carref. Sentier vers le Vallon de Pagari (2 200m) - Refuge de Nice / B 417 / P.C. 2 232m - GR→E. / B 418 (2 245m) - Sentier→E. / Vallon de la Fous / P.C. 2 348m - Sentier→N. & →E. & →N. / MONT CLAPIER / P.C. 3 045m - Direct. →S.O. & →O. / Lacs du Mont Clapier / P.C. 2 537m - Retour GR 52 (*Aval du Ref. de Nice*) (2 200m) - Rive Droite du Lac de la Fous / B 416 / P.C. 2 153m - Sentier→S. / La Barme / B 415 / P.C. 2 013m - Sentier→S. / L'Estrech / P.C. 1 785m - Arrivée à la M 171 / Pont du Countet / Parking / B 411 (1 690m).

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1 200 m - 1 200 m Distance : 16 km

Départ de la M 171 / Pont du Countet / Parking / B 411 (1 690m). - *Même itinéraire que celui du G 1, jusqu'au Vallon de la Fous* / P.C. 2 348m - Direct. →N. & →N.E. / PAS DE LA FOUS / P.C. 2 828m - *Retour par le même itinéraire jusqu'à la B 415* / P.C. 2 005m - Sentier→S. / L'Estrech / P.C. 1 785m - Arrivée à la M 171 / Pont du Countet / Parking / B 411 (1 690m).

Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 1 050 m - 1 050 m Distance : 15 km

Départ de la M 171 / Pont du Countet / Parking / B 411 (1 690m). - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2, jusqu'au Carref. Sentier vers le Vallon de Pagari (2 200m)* - Sentier→N. / Lacs du Mont Clapier / P.C. 2 537m - Couloir du PAS OUEST DU MONT CLAPIER / Cote 2 650m - Retour GR 52 (*Aval du Ref. de Nice*) (2 200m) - Refuge de Nice / B 417 / P.C. 2 232m - [en A/R] - Rive Droite du Lac de la Fous / B 416 / P.C. 2 153m - Sentier→S. / La Barme / B 415 / P.C. 2 005m - Sentier→S. / L'Estrech / P.C. 1 785m - Arrivée à la M 171 / Pont du Countet / Parking / B 411 (1 690m).

Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 900 m - 900 m Distance : 14 km

Départ de la M 171 / **Pont du Countet** / Parking / B 411 / P.C. 1 692m - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2 - G 3, jusqu'au* - Carref. Sentier vers le Vallon de Pagari (2 200m) - Sentier→N. / **LACS du Mont Clapier** / P.C. 2 537m - Retour GR 52 (Aval du Ref. de Nice) (2 200m) - Rive Droite du Lac de la Fous / B 416 / P.C. 2 153m - Sentier→S. / La Barne / B 415 / P.C. 2 005m - Sentier→S. / L'Estrech / P.C. 1 785m - Arrivée à la M 171 / **Pont du Countet** / Parking / B 411 (1 690m).

Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 600 m - 600 m Distance : 11 km

Départ de la M 171 / **Pont du Countet** / Parking / B 411 / P.C. 1 692m - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2 - G 3 - G 4, jusqu'au* **REFUGE DE NICE** / B 417 / P.C. 2 232m - Retour par le même itinéraire jusqu'à la B 415 / P.C. 2 005m - Sentier→S. / L'Estrech / P.C. 1 785m - Arrivée à la M 171 / **Pont du Countet** / Parking / B 411 (1 690m).

Parcours léger [G 6] = Dénivelés : + 350 m - 350 m Distance : 6 km

Départ de la M 171 / **Pont du Countet** / Parking / B 411 / P.C. 1 692m - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2 - G 3 - G 4 - G 5 jusqu'au* **MUR DES ITALIENS** / B 415 / P.C. 2 005m - Retour par le même itinéraire - Arrivée à la M 171 / **Pont du Countet** / Parking / B 411 (1 690m).

MERCREDI 31 AOÛT 2022

>>> ATTENTION : Seules 3 ramasses sont assurées.

Ou

Rendez-vous à ST MARTIN D'ENTRAUNES (Pont du Martinet - B 213) à 9H00

PUY DU PAS ROUBINOUS (2 516m)

 ST MARTIN D'ENTRAUNES - Sussis - **PUY DU PAS ROUBINOUS** - Le Mounard - ST MARTIN D'ENTRAUNES 
[Fait en Sept. 2007 - Sept. 2015] Carte IGN : 3540 ET « Ht Var »

Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 550 m - 1 500 m Distance : 20 km

Départ de la D 2202 / **Le Martinet** (à 1km en aval de St Martin d'Entraunes) / Pontsur le Var / B 213 / P.C.1 006m - Piste→S.O. / Ravin du Mounard / Les Philippons / B 23 (1 010m) - Gué du Ravin de Trinquier / P.C. 1 413m / Les Anouns / Rte / B 181 (1 425m) - P.C. 1 422m / **Sussis** / B 223 (1 455m) - Sentier→N.O. / B 224 (1 495m) - Sentier→S.O. / P.C. 1 626m / P.C. 1 715m - Ruines / B 225 (1 780) - Ravin du Pueil (1 930m) - La Grau / Ravin de Trinquier / **Pas Roubinous** / P.C. 2 308m - Crête→N.O. / **PUY DU PAS ROUBINOUS** / P.C. 2 516m - Retour par le même itinéraire jusqu'à la B 24 / P.C. 1 006m - D→N.O. - Arrivée au Bas de **ST MARTIN D'ENTRAUNES** (1 035m).

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1 350 m - 1 300 m Distance : 18 km

Départ de la D 2202 / **Le Martinet** (à 1km en aval de St Martin d'Entraunes) / Pontsur le Var / B 213 / P.C.1 006m - *Même itinéraire que celui du G 1, jusqu'au* **PAS ROUBINOUS** / P.C. 2 308m - Retour par le même itinéraire jusqu'à la B 24 / P.C. 1 006m - D→N.O. - Arrivée au Bas de **ST MARTIN D'ENTRAUNES** (1 035m).

Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 1 100 m - 1 050 m Distance : 16 km

Départ de la D 2202 / **Le Martinet** (à 1km en aval de St Martin d'Entraunes) / Pontsur le Var / B 213 / P.C.1 006m - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2, jusqu'au* **RAVIN DU PUEIL** (1 930m) - Retour par le même itinéraire jusqu'à **Sussis** / B 223 (1 455m) - Rte→N.E. / D 178 / P.C. 1 426m - D→N.O. / Le Clot / B 308 (1 420m) - Sentier→N.O. / P.C. 1 415m / D 178 / B 309 (1 350m) - D→N.O. / Ponts / Le Mounard / P.C. 1 329m / D 78 / B 310 (1 370m) - D→N.E. / D 278 / **Chapelle St Jean** / B 235 / P.C. 1 452m - Sentier→S.E. / P.C. 1 379m / D 278 / B 234 / P.C. 1 352m - Sentier→S.E. / D 278 / B 233 / B 229 (1 240m) - Sentier→S.E. / D 78 / B 228 (1 120m) - Sentier→N. / D 2202 / Le Martinet / B 227 / P.C. 1 018m - D→N.O. - Arrivée au Bas de **ST MARTIN D'ENTRAUNES** (1 035m).

Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 750 m - 700 m Distance : 13 km

Départ de la D 2202 / **Le Martinet** (à 1km en aval de St Martin d'Entraunes) / Pontsur le Var / B 213 / P.C.1 006m - *Même itinéraire que celui des G 1 - G 2 - G 3, jusqu'à* Sussis / B 223 (1 455m) - Sentier→N.O. / B 224 (1 495m) - Sentier→N.O. / P.C. 1 574m - Sentier→N.O. / **RAVIN DU MOUNARD** (1 600m) - [en A/R] - Sentier→N. / Carref. Chemin balisé / P.C. 1 415m - Sentier→N. / D 178 / B 309 (1 350m) - Retour par le même itinéraire jusqu'à **Sussis** / B 223 (1 455m) - Rte→N.E. / D 178 / P.C. 1 426m - D→N.O. / Le Clot / B 308 (1 420m) - Sentier→N.O. / P.C. 1 415m / D 178 / B 309 (1 350m) - *Même itinéraire que celui du G 3 - Arrivée au Bas de* **ST MARTIN D'ENTRAUNES** (1 035m).

Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 550 m - 500 m Distance : 10 km

Départ de la D 2202 / **Le Martinet** (à 1km en aval de St Martin d'Entraunes) / Pontsur le Var / B 213 / P.C.1 006m - Piste→S.O. / Ravin du Mounard / Les Philippons / B 23 (1 010m) - Gué du Ravin de Trinquier / P.C. 1 413m - B 181 / D 178 / Le Clot / B 308 (1 420m) - Sentier→N.O. / P.C. 1 415m / D 178 / B 309 (1 350m) - D→N.O. / Ponts / Le Mounard / P.C. 1 329m / D 78 / B 310 (1 370m) - D→N.E. / D 278 / **CHAPELLE ST JEAN** / B 235 / P.C. 1 452m - Sentier→S.E. / P.C. 1 379m / D 278 / B 234 / P.C. 1 352m - Sentier→S.E. / D 278 / B 233 / B 229 (1 240m) - Sentier→S.E. / D 78 / B 228 (1 120m) - Sentier→N. / D 2202 / Le Martinet / B 227 / P.C. 1 018m - D→N.O. - Arrivée au Bas de **ST MARTIN D'ENTRAUNES** (1 035m).

Parcours léger [G 6] = Dénivelés : + 300 m - 250 m Distance : 7,50 km

Départ de la D 2202 / **Le Martinet** (à 1km en aval de St Martin d'Entraunes) / Pontsur le Var / B 213 / P.C.1 006m - D→N.O. / Le Martinet / B 227 / P.C. 1 018m - Sentier→S.O. / D 78 (1 110m) - D→N. / B 228 / Sentier→S.O. / Carref. Sentier / B 229 (1 235m) - Sentier→N.O. / Bassin / Rte / **Le Villard** / B 232 / P.C. 1 138m - Sentier→N. / Sentier→N.E. / **Sous les Rochers de Bramus** / **CASCADE** (1 190m) - [en A/R] - Rte→E. / Le Clouvet / Le Gage / B 231 / D 2202 / B 230 - Arrivée au Bas de **ST MARTIN D'ENTRAUNES** (1 035m).



