



Club Alpin Nice-Mercantour

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

RANDO - MONTAGNE

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	300 m
Distance :	22 km	20 km	18 km	14 km	11 km	8 km

PERMANENCES : Tous les Lundis - Mardis (de 16h à 18h30) - Jeudis (de 16h à 18h) au Club ou par téléphone au 04 22 91 96 24

INSCRIPTIONS : Par Internet à partir du Mercredi ou du Dimanche de la semaine précédant la sortie.

Par téléphone aux heures de permanence, avant Mardi 18h30 pour la sortie du Mercredi, avant Jeudi 18h00 pour la sortie du Dimanche.

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. Les divers points de ramassage sont activés entre les Arrêts Lignes d'Azur «J. BOUIN» et «NIKAÏA» et selon les horaires ci-après :

Du 1^{er} Nov. au 31 Mars >>> 4 ramassages : [J. BOUIN : 6h 35 - LIBÉRATION : 6h 45 - THIERS/GAMBETTA : 6h 50 - NIKAÏA : 7h 00]

- 4 Déposes : [NIKAÏA - THIERS/GAMBETTA - LIBÉRATION - J. BOUIN].

Du 1^{er} Avril au 31 Oct. >>> 4 ramassages : : [J. BOUIN : 6h 35 - LIBÉRATION : 6h 45 - THIERS/GAMBETTA : 6h 50 - NIKAÏA : 7h 00]

1 Dépose : [NIKAÏA].

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

Toute sortie non décommandée avant Lundi 18h30 pour la sortie du Mercredi ; Vendredi 18h00 pour celle du Dimanche, donne lieu au règlement de cette redevance.

Retrouvez toutes ces informations, les liens pour inscription sur internet ... et ENCORE plus sur la [page de notre activité](#)

PROJET 3

PROGRAMME : MARS 2026

DIMANCHE 1 MARS 2026

🚐 >>> 4 ramassages sont assurés : J. Bouin - Libé. - Thiers/Gambetta - Nikaïa

4 déposes sont assurées : J. Bouin - Libé. - Thiers/Gambetta - Nikaïa

SOMMET DES MALVALETTES (403 m)

🏔 Col du Testanier - Col de l'Aire de l'Olivier - SOMMET DES MALVALETTES - Pt de Sigalon - Le Rastel - AGAY 🏔
[Fait en Janv. 18 – Fév. 26 (Merc.)] Carte IGN Top 25 : 3544 ET « Fréjus ... » & Géoportail

Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 700 m - 1 000 m Distance : 25 km

Départ de la DN 7 / Col du Testanier / GR 51 / P.C. 312m - Rte de Malpey / GR 49 / Citerne (385m) - Rte des Cols / P.C. 359m - Col de l'Aire de l'Olivier / Stèle / P.C. 370m - Citerne / P.C. 390m - SOMMET DES MALVALETTES / P.C. 403m - [en A/R] - Plan Estérel (400m) - Piste / P.C. 390m (2^{ème}) / P.C. 402m / Carrefour des Eucalyptus / Citerne (390m) - Maison Forestière des Charretiers / Baisse des Charretiers / P.C. 276m - Piste / Vallon / P.C. 150m - Carrefour de Colle Noire (175m) - P.C. 149m / Vallon de Cabre / Piste Castelli / Pont / P.C. 73m - Vallon de l'Apié / Pont de Sigalon / P.C. 76m - Rte / P.C. 89m - Citerne / Maison Forestière de Roussivau / Sous Barre de Roussivau (230m) - [en A/R] - Gué de la Font du Pommier / P.C.12m - Vallon de la Cabre / Lagon / Rau de Perthus / D 100 / Pont / P.C. 8m - Piste / Bd de Rastel / P.C. 52m - Lacets / Table d'Orientation (250m) - Le Rastel d'Agay / P.C. 287m [en A/R] - Arrivée à AGAY / Bd de la Plage / (Mairie Annexe) / P.C. 3m.

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelées : + 550 m - 850 m Distance : 23,500 km

Départ de la DN 7 / **Col du Testanier** / GR 51 / P.C. 312m - *Même parcours que celui du G 1 jusqu'au Pont de Sigalon* / P.C. 76m - Rte / P.C. 89m - Gué de la Font du Pommier / P.C.12m - Vallon de la Cabre / Lagon / Rau de Perthus / D 100 / Pont / P.C. 8m - Piste / Bd de Rastel / P.C. 52m - Lacets / **Table d'Orientation** (250m) - **Le Rastel d'Agay** / P.C. 287m [en A/R] - Arrivée à AGAY / Bd de la Plage / (Mairie Annexe) / P.C. 3m.

Parcours moyen [G 3] = Dénivelées : + 500 m - 800 m Distance : 22 km

Départ de la DN 7 / **Col du Testanier** / GR 51/ P.C. 312m - *Même parcours que celui des G 1 - 2 jusqu'au Vallon* / P.C. 150m - Piste Castelli / Pont / P.C. 73m - *Même itinéraire que celui des G 1 - 2* - Arrivée à AGAY / Bd de la Plage / (Mairie Annexe) / P.C. 3m.

Parcours modéré [G 4] = Dénivelées : + 250 m - 550 m Distance : 18 km

Départ de la DN 7 / **Col du Testanier** / GR 51/ P.C. 312m - *Même parcours que celui du G 3 à l'exception du Rastel d'Agay* - Arrivée à AGAY / Bd de la Plage / (Mairie Annexe) / P.C. 3m.

Parcours tranquille [G 5] = Dénivelées : + 450 m - 450 m Distance : 12,500 km

Départ de la D 559 / Plage du débarquement du **Dramont** / Parking (15m) - Maison Forestière du Poussaï (6m) - PR / Rte et Sentier du Littoral / **Cap du Dramont** / **Sémaphore du Dramont** / P.C. 127m - **Ancienne Batterie** / Antenne / P.C. 107m - Plage de Camp Long / D 559 (3m) - **AGAY** / Bd de la Plage / Mairie Annexe / P.C. 3m - Av. du Bourg / Impasse des Bruyères / Lacets / **Table d'Orientation** (250m) - **LE RASTEL D'AGAY** / P.C 287m - Arrivée à AGAY / Bd de la Plage / (Mairie Annexe) / P.C. 3m.

MERCREDI 4 MARS 2026

🚐 >>> 4 ramassages sont assurés : J. Bouin - Libé. - Thiers/Gambetta - Nikaïa

4 déposes sont assurées : Nikaïa - Thiers/Gambetta - Libé. - J. Bouin

MONT MÉRAS (1 243m) - CIME DU FARGUET (1 187m)



PEILLE - Col du St Bernard - Collet de Christo - **Cime du Farguet** - **MONT MÉRAS** - Castel d'Ongrand - **PEILLE** 

[Fait en partie en Déc. 19 (Dim.) - Mars 21 (Merc.)]

Cartes IGN: 3742 OT « Nice-Menton » & 3741 ET « Bévéra »

Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 400 m - 1 400 m Distance : 21,500 km

Départ de **PEILLE** / D 53 (Maison de Retraite) (650m) - Rte→N. / B 551 / **Col du St Bernard** / Réservoir / **Croix** / B 552 / P.C. 736m - Sentier→N. / Bellaud / **Collet de Christo** / B 595 / P.C. 573m - Sentier→N. / Avenc / Rte / B 594 / P.C. 458m - Rte→N. / Ruisseau de l'Erbossière / P.C. 406m - Sentier→N. / **St Siméon / Chapelle** / P.C. 658m - Retour Rte / B 138 / (650m) - Sentier→N. / Euziéra (845m) - Sentier→N. / **Col du Farguet** / Pistes / Réservoir / B 116 / P.C.1 083m - Direct. →N.O. & →S.O. / **CIME DU FARGUET** / P.C. 1 187m - [en A/R] - Direct. →S.E. & →E. / **MONT MÉRAS** / P.C. 1 243m - Direct. →N.O. & →N. / Sentier balisé (1 065m) - Sentier→E. / B 121 / B 122 / Réservoir / Piste / B 123 (947m) - Sentier→S.O. / Ségra / **Source Yéga** (914m) - P.C. 866m - **Castel d'Ongrand (ruines)** / P.C. 867m - [en A/R en partie] - Sentier→E. / Rte / Virounous / B 124 / P.C.597m - Pont du Ruisseau de Gazouil (490m) - Rte / B 593 / P.C. 458m - Sentier→S. / **Collet de Christo** / B 595 / P.C.573m - Piste→N.E. / Sentier→S.E. / Bellaud / **Col du St Bernard** / Réservoir / B 552 / P.C. 736m - Arrivée à PEILLE / D 53 (Maison de Retraite) (650m).

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1 250 m - 1 250 m Distance : 20 km

Départ de **PEILLE** / D 53 (Maison de Retraite) (650m) - *Même parcours que celui du G 1, à l'exception de la CIME DU FARGUET* - Arrivée à PEILLE / D 53 (Maison de Retraite) (650m).

Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 1 100 m - 1 100 m Distance : 19 km

Départ de **PEILLE** / D 53 (Maison de Retraite) (650m) - *Même parcours que celui des G 1 - G 2, jusqu'au Col du Farguet* / Pistes / Réservoir / **B 116** / P.C.1 083m - Piste→S. / Pont / P.C. 1 036m - Carref. Pistes / P.C. 956m - Piste→S. / Sentier balisé / Sud de la Sce Yéga (920m) - Sentier→S.O. / P.C. 866m - P.C. 831m / Nd du Castel d'Ongrand (ruines) / P.C. 689m - Sentier→S. Rte / Virounous / B 124 / P.C. 597m - *Même parcours que celui des G 1 - G 2, jusqu'à l'Arrivée à PEILLE* / D 53 (Maison de Retraite) (650m).

Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 800 m - 800 m Distance : 15 km

Départ de **PEILLE** / D 53 (Maison de Retraite) (650m) - Rte→N. / B 551 / **Col du St Bernard** / Réservoir / **Croix** / B 552 / P.C. 736m - Sentier→N. / Bellaud / **Collet de Christo** / B 595 / P.C. 573m - Sentier→N. / Avenc / Rte / B 594 / P.C. 458m - Rte→N. / Ruisseau de l'Erbossière / P.C. 406m - Sentier→N. / **St Siméon / Chapelle** / P.C. 658m - Retour Sentier / Rte de l'Escarène / B 138 / (659m) - Rte→N.E. / Pont du Ruisseau du Rivet / P.C. 644m - P.C. 617m / **Ongrand** / Carref. Rte / Virounous / B 124 / P.C.597m - Sentier→N.E. / P.C. 689m - [en A/R] - *Même parcours que celui des G 1 - G 2 - G 3, jusqu'à l'Arrivée à PEILLE* / D 53 (Maison de Retraite) (650m).

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

Départ de **PEILLE** / D 53 (Maison de Retraite) (650m) - Rte→N. / B 551 / **Col du St Bernard** / Réservoir / **Croix** / B 552 / P.C. 736m - Sentier→N. / Bellaud / **Collet de Christo** / B 595 / P.C. 573m - Sentier→N. / Avenc / Rte / B 594 / P.C. 458m - Rte→N.E. / B 593 (490m) - Ruis. de Gazouil / **VIROUNOUS** / B 124 (600m) - *Retour par le même parcours que celui de l'aller* - Arrivée à PEILLE / D 53 (Maison de Retraite) (650m).

Parcours léger [G 6] = Dénivelés : + 360 m - 360 m Distance : 6 km

Départ de **PEILLE** / D 53 (Maison de Retraite) (650m) - Eglise / Chemin de Gorbio / B 553 (735m) - **Crête des Assassins** / B 554 (875m) - Retour B 553 (735m) - Réservoir / Sentier / Piste (820m) - Le Val de Ville / Cimetière / **PEILLE** / **Centre Village** / B 560 (600m) - Arrivée à PEILLE / D 53 Carref. Ch. St Bernard / (Maison de Retraite) (650m).

DIMANCHE 8 MARS 2026

🚐 >>> 4 ramassages sont assurés : J. Bouin - Libé. - Thiers/Gambetta - Nikaïa

4 déposes sont assurées : Nikaïa - Thiers/Gambetta - Libé. - J. Bouin

POINTE DE L'ESPELLA (1 340m) - MONT FALOURDE (1 306m)



Pont de Clans - **BAIROLS** - **MONT FALOURDE** **POINTE DE L'ESPELLA** - La Croix de Bairols - **Pont de Clans** 

[Fait en Nov. 14 - Avril. 18 - Mars 21 (Merc.)]

Carte IGN Top 25 : 3641 OT « Moyenne Tinée »

Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 250 m - 1 250 m Distance : 19,500 km

Départ de la M 2205 / Pont de Clans / D 56 / B 185 / P.C. 301m - B 186 / B 187 (740m) - **BAIROLS** / B 188 (810m) - B 191 / B 190 / **Chapelle ruinée** / P.C. 1 086m - Piste→S.O. / P.C. 1 089m / P.C. 1 183m - Sentier→S.E. / P.C. 1 243m / **MONT FALOURDE** / P.C. 1 306m - [en A/R] - Piste→N.O. / **Le Lac** / B 194 (1 204m) - B 195 (1 200m) - Bassin / B 196 (1 221m) - **Col de l'Espella** / B 197 (1 323m) - **POINTE DE L'ESPELLA** / P.C. 1 340m - **La Croix de Bairols** / P.C. 1 157m - **Chapelle St Roch** / B 201 (865m) - **BAIROLS** / B 188 (810m) - B 187 (740m) - Arrivée à la M 2205 / Pont de Clans / B 185 / P.C. 301m.

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1 100 m - 1 100 m Distance : 16,500 km

Départ de la M 2205 / Pont de Clans / D 56 / B 185 / P.C. 301m - B 186 / B 187 (740m) - **BAIROLS** / B 188 (810m) - B 191 / B 190 / **Chapelle ruinée** / P.C. 1 086m - Piste→S.O. / P.C. 1 089m / P.C. 1 183m - Piste→N.O. / **Le Lac** / B 194 (1 204m) - B 195 (1 200m) - Bassin / B 196 (1 221m) - **Col de l'Espella** / B 197 (1 323m) - **POINTE DE L'ESPELLA** / P.C. 1 340m - **La Croix de Bairols** / P.C. 1 157m - **Chapelle St Roch** / B 201 (86m) - **BAIROLS** / B 188 (810m) - B 187 (740m) - Arrivée à la M 2205 / Pont de Clans / B 185 / P.C. 301m.

Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 1 050 m - 1 050 m Distance : 14,500 km

Départ de la M 2205 / Pont de Clans / D 56 / B 185 / P.C. 301m - B 186 / B 187 (740m) - **BAIROLS** / B 188 (810m) - B 191 / B 190 / **Chapelle ruinée** / P.C. 1 086m - B 195 (1 200m) - Bassin / B 196 (1 221m) - **Col de l'Espella** / B 197 (1 323m) - **POINTE DE L'ESPELLA** / P.C. 1 340m - **La Croix de Bairols** / P.C. 1 157m - **Chapelle St Roch** / B 201 (873m) - **BAIROLS** / B 188 (810m) - B 187 (740m) - Arrivée à la M 2205 / Pont de Clans / B 185 / P.C. 301m.

Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 750 m - 750 m Distance : 8 km

Départ de la M 2205 / Pont de Clans / D 56 / B 185 / P.C. 301m - B 186 / B 187 (740m) - **BAIROLS** / B 188 (810m) - Sentier→N. / B 200 / Cimetière / B 201 / Sentier→N. / **Chapelle St Roch** (895m) - Sentier→N. / **P.C. 1 022m** - Retour par le même parcours que celui de l'aller - Arrivée à la M 2205 / Pont de Clans / B 185 / P.C. 301m.

Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 650 m - 650 m Distance : 7 km

Départ de la M 2205 / Pont de Clans / D 56 / B 185 / P.C. 301m - B 186 / B 187 (740m) - **BAIROLS** / B 188 (810m) - Sentier→N. / B 200 / Cimetière / B 201 / Sentier→N. / **Chapelle St Roch** (895m) - Retour par le même parcours que celui de l'aller - Arrivée à la M 2205 / Pont de Clans / B 185 / P.C. 301m.

MERCREDI 11 MARS 2026

 >>> 4 ramassages sont assurés : **J. Bouin - Libé. - Thiers/Gambetta - Nikaïa**

4 déposes sont assurées : **Nikaïa - Thiers/Gambetta - Libé. - J. Bouin**

VILLAGES DE LA HAUTE ROYA (1 116m)



TENDE - COL DE BOSELIA - LA BRIGUE - St DALMAS - GRANILE - BERGHE Sup. & Inf. - FONTAN

[Fait en Mars 14]

Carte IGN Top 25 : 3841 OT « Roya »



Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 900 m - 1 300 m Distance : 24 km

Départ de la D 6204 / **TENDE / Gare** (820m) - Rte de la Pia / B 56 / B 58 (810m) - Campieu / B 60 (1 010m) - Vallon de Loubaira / **COL DE BOSELIA / B 285 / P.C. 1 116m** - B 284 / P.C. 939m / P.C. 835m / B 50 / D 43 / B 49 (775m) - Pont sur la Levensa / **LA BRIGUE** / B 44 (750m) - B 43 / B 42 (800m) - Ste Anne / Chemin de Terris / B 41 (675m) - **Oratoire** / B 40 (670m) - Pont sur la Roya / D 6204 / B 41a / P.C. 656m - D 191 / Sce / B 41b (855m) - Côte de Ruga / P.C. 963m - Vallon de Tornou / P.C. 1 036m / **Oratoire / GRANILE** / B 220 / P.C. 1 045m - B 219 / Cravé / **BERGHE Supérieur** / P.C. 779m - D 42 / Cimetière / Antenne / **Oratoire** / P.C. 861m / B 211 (865m) - Passerelle / D 42 / **BERGHE Inférieur** / B 212 / B 218 / P.C. 863m - Sce / Tunnel de Berghe / Granges de Pairoret (725m) - Vérardo / **Château de Causéga** / D 6204 / B 192 / P.C. 434m - Arrivée à **FONTAN** / B 27 / P.C. 423m.

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelées : + 800 m - 1 150 m Distance : 22 km

Départ de la D 6204 / À 900m en aval de **TENDE / GR 52A / B 52** (780m) - Piste / P.C. 869m - Loubaira / B 51 / P.C. 997m - B 43 / B 45 / **LA BRIGUE** / B 44 (750m) - Même parcours que celui du G 1 - Arrivée à **FONTAN** / B 27 / P.C. 423m.

Parcours moyen [G 3] = Dénivelées : + 800 m - 1 100 m Distance : 16,500 km

Départ de **SAINT DALMAS DE TENDE / Gare** (700m) - D 91 / B 72 / D 191 / B 239 (775m) - Avrayre / B 238 (1 305m) - **B 222 (1 355m)** - Granges de Gauron / **MONT BONSAPEL** / B 221 (1 340m) - Passerelle / P.C. 1 306m / **GRANILE** / B 220 / P.C. 1 045m - B 219 / Cravé / **BERGHE Supérieur** / P.C. 779m - D 42 / Cimetière / Antenne / **Oratoire** / P.C. 861m / B 211 (865m) - Passerelle / D 42 / **BERGHE Inférieur** / B 212 / B 218 / P.C. 863m - Sce / Tunnel de Berghe / Granges de Pairoret (725m) - Vérardo / **Château de Causéga** / D 6204 / B 192 / P.C. 434m - Arrivée à **FONTAN** / B 27 / P.C. 423m.

Parcours modéré [G 4] = Dénivelées : + 550 m - 850 m Distance : 15 km

Départ de **SAINT DALMAS DE TENDE / Gare** (700m) - D 91 / B 72 (725m) - P.C. 716m / D 6204 / B 41a / P.C. 656m - D 191 / B 41b (855m) - Côte de Ruga / P.C. 963m - Vallon de Tornou / P.C. 1 036m / **Oratoire / GRANILE / B 220 / P.C. 1 045m** - B 219 / Cravé / **BERGHE Supérieur** / P.C. 779m - D 42 / Cimetière / Antenne / **Oratoire** / P.C. 861m / B 211 (865m) - Passerelle / D 42 / **BERGHE Inférieur** / B 212 / B 218 / P.C. 863m - Sce / Tunnel de Berghe / Granges de Pairoret (725m) - Vérardo / **Château de Causéga** / D 6204 / B 192 / P.C. 434m - Arrivée à **FONTAN** / B 27 / P.C. 423m.

Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 450 m - 550 m Distance : 11 km

Départ de la D 6204 / **TENDE / Gare** (820m) - Rte de la Pia / B 56 / B 58 (810m) - Campieu / B 60 (1 010m) - Vallon de Loubaira / **COL DE BOSELIA / B 285 / P.C. 1 116m** - B 284 / P.C. 939m / P.C. 835m / B 50 / D 43 / B 49 (775m) - Pont sur la Levensa / **LA BRIGUE** / B 44 (750m) - B 43 / B 42 (800m) - Ste Anne / Chemin de Terris / B 41 (675m) - **Oratoire** / B 40 (670m) - Pont sur la Roya / D 6204 - Arrivée à **SAINT DALMAS DE TENDE / Gare** (700m).

Parcours léger [G 6] = Dénivelés : + 300 m - 400 m Distance : 9 km

Départ de la D 6204 / À 900m en aval de **TENDE / GR 52A / B 52** (780m) - Piste / P.C. 869m - Loubaira / **B 51 / P.C. 997m** - B 43 / B 45 / **LA BRIGUE** / B 44 (750m) - B 43 / B 42 (800m) - Ste Anne / Chemin de Terris / B 41 (675m) - **Oratoire** / B 40 (670m) - Pont sur la Roya / D 6204 - Arrivée à **SAINT DALMAS DE TENDE / Gare** (700m).

SAMEDI 14 MARS 2026

[Dimanche 15 >>> 1^{er} tour des Elections Municipales : Pas de sortie]

 >>> 4 ramassages sont assurés : J. Bouin - Libé. - Thiers/Gambetta - Nikaïa
4 déposes sont assurées : Nikaïa - Thiers/Gambetta - Libé. - J. Bouin

MONT VINAIGRE (605 m)

 **Pont de l'Estérel - MONT VINAIGRE** - Pas d'Adam - Pont de Bresson - Pont de Sigallon - Est de Valescure 
[Fait en Fév. 12 - Fév. 23 (Merc.)] Carte IGN : 3544 ET « Fréjus »

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 650 m - 850 m Distance : 21 km

Départ de la DN 7 / **Pont de l'Estérel** / P.C. 233m - Piste→O. / Vallon de l'Estérel / Maison Forestière de la Duchesse / Rte des Cols / PR / P.C. 390m - Rte-PR→S.O. / Sentier-PR→O. / Réservoir / P.C. 512m - Antenne / **MONT VINAIGRE / Tour de Guet / P.C. 605m** - Piste-PR→O. / Sentier / Rte / P.C. 476m / Sentier / Piste de l'Estarpe du Cheval / Citerne / GR 49 / Maison Forestière du Malpey / Parking / **Aire de Pique-nique** / P.C. 361m - Rte-GR→S. / Citerne (365m) - Sentier→S.O. / Lacets / Piste / **L'Aigre** / P.C. 450m - Sentier→S. / Piste→E. / Piste-GR 49→S. / Carref. Pistes / **Pas d'Adam** (350m) - Sentier-GR→S. / Carref. Sentiers (230m) - Sentier-GR→S. / P.C. 168m / Carref. Piste / Piste du Porfait / **Col des Sacs** / P.C. 156m - Sentier→N.E. / Vallon de Barban / Carref. Sentier / P.C. 129m - Sentier→S. / Piste Castelli / P.C. 94m - Piste Castelli→E. / **Lac** / **Aire de Pique-nique** / Pont de la Péguière / P.C. 67m - Piste Castelli→E. / **Pont de Bresson** / P.C. 76m - Piste Castelli→N.E. / Carref. Castelli (100m) - Racc. →N.E. / Piste Castelli→S.E. / Pont / P.C. 79m - Vallon de l'Apié de Sigallon / **Pont du Sigallon** / P.C. 76m - Pont / Carref. Rte / P.C. 89m - Rte→S. / Carref. Piste / Vallon de la Cabre / P.C. 12m - Rte→S.O. / **Les 3 Collets** / P.C. 74m / Rte→E. - Arrivée à « **Estérel Caravaning** » / D100 (**Nord d'AGAY**) / P.C. 35m.

Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 600 m - 800 m Distance : 18,500 km

Départ de la DN 7 / **Pont de l'Estérel** / P.C. 233m - *Même parcours que celui du G 2 jusqu'au Pont de Bresson* / P.C. 76m - Sentier→S. / **Petit Lac** / Piste / Citerne / Carref. Piste / P.C. 122m - Piste→S. / La Font de l'Avé / P.C. 76m / Racc. / **Les 3 Collets** / P.C. 74m / Rte→E. - Arrivée à « **Estérel Caravaning** » / D100 (**Nord d'AGAY**) / P.C. 35m.

Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 550 m - 750 m Distance : 17 km

Départ de la DN 7 / **Pont de l'Estérel** / P.C. 233m - *Même parcours que celui des G 2 - G 3 jusqu'à La Maison Forestière du Malpey* / **Parking** / **Aire de Pique-nique** / P.C. 361m / GRS. / Piste→S.O. / Cantine du Porfait (340m) - Piste du Porfait→S.O. / Pont / P.C. 320m / P.C. 269m / Carref. de **Roche Noir** (250m) - Piste→E. / **Col de l'Essuyadou** (175m) - Sentier→S de contournement Ouest du Sommet du Bonnet de Capelan / **Lac** / Piste Castelli / **Aire de Pique-nique** / Pont de la Péguière / P.C. 67m - Piste Castelli→E. / **Pont de Bresson** / P.C. 76m - Sentier→S. / **Petit Lac** / Piste / Citerne / Carref. Piste / P.C. 122m - Piste→S. / La Font de l'Avé / P.C. 76m / Racc. / **Les 3 Collets** / P.C. 74m / Rte→E. - Arrivée à « **Estérel Caravaning** » / D100 (**Nord d'AGAY**) / P.C. 35m.

Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 350 m - 650 m Distance : 13 km

Départ de la DN 7 / **Col du Testanier** / Parking / **Aire de Pique-nique** / PR / P.C. 312m - PR→S.E. / Carref. Maison Forestière du Malpey / GR 49 / Parking / **Aire de Pique-nique** / P.C. 361m - Rte-GR→S. / Citerne (365m) - Sentier→S.O. / Lacets / Piste / **L'Aigre** / P.C. 450m - Sentier→S. / Piste→E. / Piste-GR 49→S. / Carref. Pistes / **Pas d'Adam** (350m) - Sentier→S.E. / Carref. Sentiers (230m) Sentier→N.E. / Piste / P.C. 206m - Piste du Porfait→S.O. / Pont / P.C. 320m / P.C. 269m / Carref. de **Roche Noir** (250m) - Piste→E. / **Col de l'Essuyadou** (175m) - Sentier→S de contournement Ouest du Sommet du Bonnet de Capelan / **Lac** / Piste Castelli / **Aire de Pique-nique** / Pont de la Péguière / P.C. 67m - *Même parcours que celui des G 3 - G 4* - Arrivée à « **Estérel Caravaning** » / D100 (**Nord d'AGAY**) / P.C. 35m.

MERCREDI 18 MARS 2026

 >>> 4 ramassages sont assurés : J. Bouin - Libé. - Thiers/Gambetta - Nikaïa
4 déposes sont assurées : Nikaïa - Thiers/Gambetta - Libé. - J. Bouin

CASTEL MAURIN (1 315m) - ROCHER DES BAUS (1 197m)

 **LA TOUR - ROCHER DES BAUS - CASTEL MAURIN** - Col de Toni - Baisse de Vinente - Col de l'Abeille - LA TOUR 
[Fait en Oct. 2013 - Mars 2020 (Merc.) - Nov. 22 (Dim.)] Carte IGN : 3641 ET « Moyenne Tinée »

Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 300 m - 1 300 m Distance : 22,500 km

Départ de la M 32 / **LA TOUR** (610m) - GR 510 / B 5 / P.C. 603m - GR→E. / B 14 / M 332 / B 15 (615m) - Pt Ht (660m) - Pt Bas (555m) - P.C. 590m - Pt Ht (630m) - **Pont de St Jean** (550m) - **Chapelle St Jean Baptiste** / B 16 (630m) - Sentier→N.O. / Mouretta / La Lentigia / B 17 (810m) - Sentier→O. / M 332 / B 20 (1 050m) - Sentier→S.O. / B 21 (1 260m) - Sentier→S.O. / **Rocher des BAUS** / P.C. 1 197m - [en A/R] - **CASTEL MAURIN** / B 28 (1 315m) - Piste / **Baisse de l'Arène** / B 27 / P.C. 1 178m - Piste→N. / Carref. Sentier / B 52 / P.C. 1 213m - Sentier→O. / Début du virage / Vue sur le **Rocher du Trancha** (1 145m) - [en A/R, jusqu'à La Baisse de l'Arène / **P.C. 1 178m**] - Piste→S. / B 26 (1 180m) - Sentier→S. / **Col de Toni** / P.C. 1 091m - B 25 / P.C. 1 079m - Sentier→S.E. / P.C. 904m / P.C. 875m / B 24 / Sentier→S. / **Baisse de Vinente** / B 23 (660m) - Sentier→E. / B 6 / GR 510 / Pont du Brusc / P.C. 493m - GR→S. / M 332 / B 5 / P.C. 603m - M→S.O. - Arrivée à la M 32 / **LA TOUR** (610m).

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1 200 m - 1 200 m Distance : 20,500 km

Départ de la M 32 / **LA TOUR** (610m) - *Même parcours que celui du G 1, jusqu'au CASTEL MAURIN / B 28 (1 315m)* - Piste / **Baisse de l'Arène** / B 27 / P.C. 1 178m - Piste→S. / B 26 (1 180m) - Sentier→S. / **Col de Toni** / P.C. 1 091m - B 25 / P.C. 1 079m - Sentier→S.E. / P.C. 904m / P.C. 875m / B 24 / Sentier→S. / **Baisse de Vinente** / B 23 (660m) - Sentier→E. / B 6 / GR 510 / Pont du Brusc / P.C. 493m - GR→S. / M 332 / B 5 / P.C. 603m - M→S.O. - Arrivée à la D 32 / **LA TOUR** (610m).

Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 950 m - 950 m Distance : 14 km

Départ de la M 32 / **LA TOUR** (610m) - GR 510 / B 5 / P.C. 603m - GR→E. / D 332 / B 14 (615m) - Sentier→S.E. / M 322 / Racc. / **Col de l'Abeille** / B 19 / P.C. 922m - Sentier→N. / Citerne / M 332 / B 18 (945m) - Sentier→N.O. / P.C. 993m / P.C. 1 045m / B 22 (1 030m) - Sentier→N. / **Rocher des BAUS** / P.C. 1 197m - *Même parcours que celui du G 2* - Arrivée à la M 32 / **LA TOUR** (610m).

Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 650 m - 650 m Distance : 13,500 km

Départ de la M 32 / **LA TOUR** (610m) - GR 510 / B 5 / P.C. 603m - GR→E. / B 14 / M 332 / B 15 (615m) - Pt Ht (660m) - Pt Bas (555m) - P.C. 590m - Pt Ht (630m) - **Pont de St Jean** (550m) - **Chapelle St Jean Baptiste** / B 16 (630m) - Sentier→N.O. / Mouretta / **LA LENTIGIA** / B 17 (810m) - *Retour par le même parcours que celui de l'aller* - Arrivée à la M 32 / **LA TOUR** (610m).

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

Départ de la M 32 / **LA TOUR** (610m) - GR 510 / B 5 / P.C. 603m - GR→E. / B 14 / M 332 / B 15 (615m) - **Pt Ht (660m)** - Pt Bas (555m) - P.C. 590m - Pt Ht (630m) - **Pont de St Jean** (550m) - **Chapelle St Jean Baptiste** / B 16 (630m) - Sentier→N.O. / **MOURETTA (Granges)** (640m) - *Retour par le même parcours que celui de l'aller* - Arrivée à la M 32 / **LA TOUR** (610m).

Parcours léger [G 6] = Dénivelés : + 360 m - 360 m Distance : 6 km

Départ de la M 32 / **LA TOUR** (610m) - GR 510 / B 5 / P.C. 603m - GR→E. / B 14 / M 332 / B 15 (615m) - Sentier→S.E. / M 332 / Racc. / **Col de l'Abeille** / B 19 / P.C. 922m - Sentier→N. / Citerne / M 332 / **B 18 (945m)** - *Retour par le même parcours que celui de l'aller* - Arrivée à la M 32 / **LA TOUR** (610m).

SAMEDI 21 MARS 2026

Dimanche 22 >>> 2^{ème} tour des Elections Municipales : Pas de sortie

 >>> 4 ramassages sont assurés : J. Bouin - Libé. - Thiers/Gambetta - Nikaïa
4 déposes sont assurées : Nikaïa - Thiers/Gambetta - Libé. - J. Bouin

PUY DE TOURETTES (1 268m) – PIC DE COURMETTES (1 248m)



Bramafan - Village Nègre - **PUY DE TOURETTES** - **PIC DE COURMETTES** - Pié Martin - **TOURETTES/LOUP**



[Fait en Fév.14 - Oct.19 - Mars 25 (Merc.)]

Carte IGN : 3643 ET « Cannes ... »

Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 100 m - 1 150 m Distance : 20 km

Départ de la D 3 / **BRAMAFAN** / Piste / GR 51 / B 260 (ex B 91) (475m). - Aqueduc du Loup / B 259 (525m) – La Frénoux / B 258 / P.C. 881m - Piste / P.C. 936m - Combe de l'Aïgre / B 265 (1 030m) - B 264 / P.C. 1 025m - **Oratoire** / GR 51 / B 255 (955m) - **Village Nègre** / B 254 / P.C. 948m - **PUY DE TOURETTES** / P.C. 1 268m - **PIC DE COURMETTES** / P.C. 1 248m - B 187bis (845m) - B 186 / P.C. 809m - B 179 / P.C. 827m - B 174 (610m) - Arrivée à **TOURETTES / LOUP** (410m).

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1 000 m - 1 050 m Distance : 17,500 km

Départ de la D 3 / **BRAMAFAN** / Piste / GR 51 / B 260 (ex B 91) (475m). - Aqueduc du Loup / B 259 (525m) - B 258 / P.C. 881m - **Oratoire** / GR 51 / B 255 (955m) - **Village Nègre** / B 254 / P.C. 948m - **PUY DE TOURETTES** / P.C. 1 268m - **PIC DE COURMETTES** / P.C. 1 248m - B 187bis (845m) - B 186 / P.C. 809m - B 179 / P.C. 827m - B 174 (610m) - Arrivée à **TOURETTES / LOUP** (410m).

Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 950 m - 1 000 m Distance : 16 km

Départ de la D 3 / **BRAMAFAN** / Piste / GR 51 / B 260 (ex B 91) (475m). - Même parcours que celui du G 2, à l'exception du **Village Nègre** - Arrivée à **TOURETTES / LOUP** (410m).

Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 800 m - 850 m Distance : 15,500 km

Départ de la D 3 / **BRAMAFAN** / Piste / GR 51 / B 260 (ex B 91) (475m). - Aqueduc du Loup / B 259 (525m) - P.C. 568m / D 503 (550m) - Vallon des Combes (595m) - **COURMES** / P.C. 629m - B 252 (720m) - B 190 (880m) - B 189 / P.C. 940m - **PIC DE COURMETTES** / P.C. 1 248m - B 187bis (845m) - B 186 / P.C. 809m - Pié Martin / B 181 (515m) - B 180 / P.C. 442m - Arrivée à **TOURETTES / LOUP** (410m).

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

Départ de la D 2210 / **TOURETTES / LOUP** (410m). - B 181 (515m) - B 183 (530m) - B 184 (740m) - Chemin des Courmettes / B 187 / **P.C. 855m** - **Domaine de Courmettes** (830m) - B 187bis (845m) - B 186 / P.C. 809m - Pié Martin / B 181 (515m) - B 180 / P.C. 442m - Arrivée à **TOURETTES / LOUP** (410m).

MERCREDI 25 MARS 2026

 >>> 4 ramassages sont assurés : J. Bouin - Libé. - Thiers/Gambetta - Nikaïa
4 déposes sont assurées : Nikaïa - Thiers/Gambetta - Libé. - J. Bouin

GRAMONDO (1 378m)



MONTI - Col St Bernard - Colla Bassa - **GRAMONDO** - Col du Berceau - **CASTELLAR** - **MENTON**-Garavan



[Mai 12 - Nov. 14 - Av. 16 - Mai 21]

Carte IGN : 3742 OT « Nice-Menton » & Géoportail

Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 450 m - 1 600 m Distance : 19 km

Départ de la D 2566 / **MONTI** / GR 51 / B 478 (165m) - Carref. Sentier / B 434 (160m) - Ruisseau Le Careï (280m) - B 417 / Rte de Coletta / B 418 (290m) - **Col St Bernard / Chapelle** / B 95a (770m) - GR 52 / Mourga / B 95a (800m) - **Colla Bassa** / B 95 (1 110m) - **GRAMONDO** / P.C. 1 378m - Italie / **Pas de Scarafourche** / P.C. 1 246m - Pas de la Corne / France / B 94a / P.C. 1 045m - Restaud / GR 52 / B 408 (915m) - **Col du Berceau** / B 12a (1 080m) - Plan de Lion / GR 51 / B 410 / P.C. 716m - Plan de Leuze / Carref. Sentier du Mt Carpano / B 412 (725m) - Carref. Sentiers / B 413 / P.C. 446m - Rte / Viaduc A 8 (165m) - Les Colombières - Arrivée au Port de **MENTON** - Garavan (5m).

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1 300 m - 1 450 m Distance : 17,500 km

Départ de la D 2566 / **MONTI** / GR 51 / B 478 (165m) - Carref. Sentier / B 434 (160m) - Ruisseau Le Careï (280m) - B 417 / Rte de Coletta / B 418 (290m) - **Col St Bernard / Chapelle** / B 95a (770m) - GR 52 / Mourga / B 95a (800m) - **Colla Bassa** / B 95 (1 110m) - **GRAMONDO** / P.C. 1 378m - [en A/R] - B 406 / P.C. 824m - B 407 (800m) - Piste / **Vieux Castellar (Ruines)** P.C. 851m - Restaud / **Col du Berceau** / B 12a (1 080m) - Plan de Lion / GR 51 / B 410 / P.C. 716m - Plan de Leuze / Carref. Sentier du Mt Carpano / B 412 (725m) - Carref. Sentiers / B 413 / P.C. 446m - Rte / Viaduc A 8 (165m) - Les Colombières - Arrivée au Port de MENTON - Garavan (5m).

Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 1 050 m - 1 200 m Distance : 14 km

Départ de la D 2566 / **MONTI** / GR 51 / B 478 (165m) - Carref. Sentier / B 434 (160m) - Ruisseau Le Careï (280m) - B 417 / Rte de Coletta / B 418 (290m) - **Col St Bernard / Chapelle** / B 95a (770m) - GR 52 / Mourga / B 95a (800m) - Piste / **Vieux Castellar (Ruines)** P.C. 851m - Restaud / **COL DU BERCEAU / B 12a (1 080m)** - Plan de Lion / GR 51 / B 410 / P.C. 716m - Plan de Leuze / Carref. Sentier du Mt Carpano / B 412 (725m) - Carref. Sentiers / B 413 / P.C. 446m - Rte / Viaduc A 8 (165m) - Les Colombières - Arrivée au Port de MENTON - Garavan (5m).

Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 950 m - 1 100 m Distance : 13,500 km

Départ de la D 2566 / **MONTI** / GR 51 / B 478 (165m) - Carref. Sentier / B 434 (160m) - Ruisseau Le Careï (280m) - B 417 / Rte de Coletta / B 418 (290m) - **COL ST BERNARD / Chapelle / B 95a (770m)** - Piste / Réservoir / Mourga / B 95b (734m) - Piste / Sce du Merle / P.C. 675m / B 402 / P.C. 635m - **Oratoire** / P.C. 495m - GR 51 / Réservoir / B 401 / P.C. 418m - Plan de Lion / GR 51 / B 410 / P.C. 716m - Plan de Leuze / Carref. Sentier du Mt Carpano / B 412 (725m) - Carref. Sentiers / B 413 / P.C. 446m - Rte / Viaduc A 8 (165m) - Les Colombières - Arrivée au Port de MENTON - Garavan (5m).

Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 400 m - 550 m Distance : 11 km

Départ de la D 2566 / **MONTI** / GR 51 (165m) - Carref. Sentier (160m) - Ruisseau du Careï / Vallon Obscur / **Chapelle St Sébastien** / B 415 (340m) - B 416 / P.C. 342m / **CASTELLAR (Village)** / P.C. 371m - **Traversée du Village** / B 433 (355m) - [en A/R] - B 416 / B 415 (335m) - Vallon de l'Orméa / Réservoir (360m) - Pinéa / Ravin de Maglioc / P.C. 413m - P.C. 460m / **St Paul / Réservoir (465m)** - Carref. Sentiers / GR 51-52 / B 413 / P.C. 446m - Rte / Viaduc A 8 (165m) - Les Colombières - Arrivée au Port de MENTON - Garavan (5m).

Parcours léger [G 6] = Dénivelés : + 250 m - 400 m Distance : 10 km

Départ de la D 2566 / **MONTI** / GR 51 (165m) - Carref. Sentier (160m) - Ruisseau du Careï / Vallon Obscur / **Chapelle St Sébastien** / B 415 (340m) - Rte→N.O. / B 416 / P.C. 342m / **CASTELLAR (Village)** / P.C. 371m - **Traversée du Village** / B 433 / Sentier→S. / B 432 / P.C. 316m - Sentier→S. / D 24 / Rte de Castellar / B 431 (250m) - Escaliers→S. / Carref. B 430 / P.C. 231m / Ch. de la Pinède / Escaliers / Rte / B 429 (195m) - Rte→S. / Mont Gros / B 428 / **Table d'Orientation** (130m) - Sentier→S. / Rte / Escaliers / Les Ciappes / **MENTON** / Pt SNCF / D 52 / Rue H. Greville (20m) - **Vieux Menton** / D 6007 / Port / P.C. 3m - Quai de Monléon / Plage des Sablettes / Av. Porte de France / Stade - Arrivée au Port de MENTON - Garavan (5m).

DIMANCHE 29 MARS 2026

 >>> 4 ramassages sont assurés : *J. Bouin - Libé. - Thiers/Gambetta - Nikaïa*

4 déposes sont assurées : *J. Bouin - Libé. - Thiers/Gambetta - Nikaïa*

CIMES DE DURASCA (1 458 m)



LA BRIGUE - Baisse de Peluna - **CIMES DE DURASCA** - Baisse de Lugo - Cime de Campbel - **FONTAN**
[Fait en Av. 08 - Mars 24 (Merc.)]

FONTAN 
Carte IGN Top 25 : 3841 OT « Roya »

Parcours sportif [G 1] = Dénivelés : + 1 050 m - 1 400 m Distance : 22,500 km

Départ de la D 43 / **LA BRIGUE** / GR 52A / B 44 (780m). - B 46 (900m) - B 243 (1 130m) - Baisse d'Arpèse / B 244 / P.C. 1 286m - **Baisse de Peluna** / Piste / **Oratoire** / B 245 (1 300m) - **Cime Nord de DURASCA** / Borne 1 446m - **CIME SUD-EST DE DURASCA** / P.C. 1 458m - GR 52A / P.C. 1 352m - **Baisse de Géréon** / B 251 / P.C. 1 252m - **Oratoire** / P.C. 1 280m - Vallon de Groa / Sce (1 450m) - Fontaine de Valstéra / P.C. 1 502m - **Baisse de Lugo** / B 207 (1 500m) - B 208 (1 280m) - P.C. 1 252m - Granges d'Arrès / B 209 / P.C. 1 233m - Mousine / **Monument** (905m) - B 202 / P.C. 832m - P.C. 802m / B 201 / P.C. 654m / B 200 (630m) - Arrivée à la D 6204 / FONTAN / B 27 (440m).

Parcours soutenu [G 2] = Dénivelés : + 1 000 m - 1 350 m Distance : 20,500 km

Départ de la D 43 / **LA BRIGUE** / GR 52A / B 44 (780m). - *Même parcours que celui du G 1, jusqu'à la Baisse de Lugo* / B 207 (1 500m) - Fontaine des Chiens / B 204 / P.C. 1 485m - B 203 (1 295m) - Vallon de Fontaine Froide / P.C. 843m - La Baraque / Vallon de Pévé / Fontaine de Labron / B 200 (630m) - Arrivée à la D 6204 / FONTAN / B 27 (440m).

Parcours moyen [G 3] = Dénivelés : + 900 m - 1 250 m Distance : 18,500 km

Départ de la D 43 / **LA BRIGUE** / GR 52A / B 44 (780m). - B 46 (900m) - B 243 (1 130m) - Baisse d'Arpèse / B 244 / P.C. 1 286m - **Baisse de Peluna** / Piste / **Oratoire** / B 245 (1 300m) - **P.C. 1 352m** - **Baisse de Géréon** / B 251 / P.C. 1 252m *Même parcours que celui du G 2, jusqu'à la Baisse de Lugo* / B 207 (1 500m) - Vallon de Fontaine Froide / P.C. 843m - Fontaine de Labron / B 200 (630m) - Arrivée à la D 6204 / FONTAN / B 27 (440m).

Parcours modéré [G 4] = Dénivelés : + 750 m - 750 m Distance : 13,500 km

Départ de la D 43 / **LA BRIGUE** / GR 52A / B 44 (780m). - B 46 (900m) - B 243 (1 130m) - Baisse d'Arpèse / B 244 / P.C. 1 286m - **Baisse de Peluna** / Piste / **Oratoire** / B 245 (1 300m) - **Cime Nord de DURASCA** / Borne 1 446m - **CIME SUD-EST DE DURASCA** / P.C. 1 458m - GR 52A / P.C. 1 352m - P.C. 1 320m / **Oratoire** / **Baisse de Géréon** / B 251 / P.C. 1 252m - B 246 / P.C. 1 122m - B 247 / B 248 (980m) - B 249 (910m) - P.C. 865m / Vallon du Rio Sec / P.C. 796m / **Oratoire** / P.C. 781m - Arrivée à la D 43 / LA BRIGUE / B 44 (780m).

Parcours tranquille [G 5] = Dénivelés : + 650 m - 650 m Distance : 12 km

Départ de la D 43 / **LA BRIGUE** / GR 52A / B 44 (780m). - Vallon du Ru Sec / **Oratoire** / P.C. 796m / P.C. 865m / B 249 (910m) - B 248 (980m) - Vallon de Meurgiora / B 247 / P.C. 1 122m - B 246 / **Baisse de Géréon** / B 251 / P.C. 1 252m - **Oratoire** / **Pt Ht** / P.C. 1 352m - **Baisse de Peluna** / Piste / **Oratoire** / B 245a / P.C. 1 265m - Baisse d'Arpèse / B 244 / P.C. 1 286m - Riodore / B 243 (1 130m) - P.C. 1 062m / St Valentin / B 46 (900m) - Arrivée à la D 43 / LA BRIGUE / B 44 (780m).

