

Mercantour des Lacs

ITINERAIRE DÉTAILLÉ

J1 - Accueil - transfert au col de la Cayole - parcours des crêtes - campement près du lac d'Allos

Transfert au col de la Cayole (2326 m). Parcours des crêtes de partage entre les montagnes du Haut Verdon et du Haut Var, et le petit lac des Garrets. Campement près du lac d'Allos, plus grand lac d'altitude d'Europe. Nuit sous tente.

Dénivelée montée 590 m - Dénivelée descente 626 m. - 5h 30

J2 - Départ pour le cirque des Encombrettes - ascension d'un des plus hauts sommets alpins (en option)

Départ pour le cirque des Encombrettes avec, en option sans les ânes, l'ascension d'un des plus hauts sommets alpins de la région. Campement autour des lacs (2290m). Nuit sous tente.

Dénivelée montée 226 m - Dénivelée Descente 800 m - 4 h

J3 - Haute vallée du Verdon - forêt de Ratéry

Par un sentier taillé en pleine paroi, on gagne la haute vallée du Verdon et la forêt de Ratéry. Campement dans une forêt domaniale magnifique. Nuit sous tente.

Dénivelée montée 431 m - Dénivelée descente 170 m - 4 h 30

J4 - Sentier sur les flancs ouest des sommets de la Noncière et de la Frema - bivouac près du torrent de Bressenges

Sentier boisé dans le mélézin sur les flancs ouest des sommets de la Noncière et de la Frema. Vasques ludiques, piscines naturelles et alpages panoramiques. Bivouac près du torrent de Bressenges. Nuit sous tente.

Dénivelée montée 300 m - Dénivelée descente 663 m - 4 h 30

J5 - Montée vers les lacs lunaires de Lignins - descente par le sauvage vallon de Fouas jusqu'aux cabanes du Prey

Montée vers les lacs lunaires de Lignins (2273m) et leurs tendres pelouses tentatrices où des centaines de brebis passent l'été avec le berger. Descente par le sauvage vallon de Foues, surnommé le "petit Tibet", jusqu'aux cabanes du Prey. Nuit sous tente.
Dénivelée montée 535 m - Dénivelée descente 930 m - 5 h

J6 - Montée au col de Méline - descente en balcon au-dessus de la haute vallée du Var

Montée au col de Méline (2145m) puis longue descente en balcon au-dessus de la haute vallée du Var sur le petit hameau perdu de Villeplane. Nuit en écocôte.
Dénivelée montée 375 m - Dénivelée descente 380 m - 7 h

J7 - Descente dans les gorges de Daluis, "le petit Colorado" des Alpes du Sud - randonnée aquatique - fin du séjour

Descente sur les splendides gorges de Daluis, "le petit Colorado" des Alpes du Sud. Randonnée aquatique à la portée de tous. 5 heures de marche, dénivelé - 535 mètres.