Descente vers la Méditerranée depuis la frontière franco-italienne

Départ Nice » Arrivée Monaco - Randonnée de Limone Piemonte à Monaco
7 Jours | 6 nuits | Difficulté // | Difficulté max. //

Pour cette randonnée d'une semaine, vous quitterez Nice à bord d'un train pittoresque pour plonger au cœur des Alpes maritimes orientales et passer en Italie. Vous retournerez à pied jusqu'à l'extrémité de la Via Alpina à Monaco, en alternant entre les itinéraires rouge et bleu, dans le Parc national du Mercantour, avec une visite de la célèbre Vallée des Merveilles avec ses gravures rupestres à couper le souffle.

Période conseillée : mi-juin à mi-octobre

Transports public au point de départ

Train des Merveilles jusqu'à Tende puis correspondance: Nice-Ville 9h24, Tende 11h05/14h18, Limone (Italie) 14h37 (ligne 5, Nice-Cuneo).
http://www.ter-sncf.com/Regions/paca/Fr/Se_deplacer_en_TER/Avant_mon_voyage/Fiches_horaires/Default.aspx

Transports public au point d'arrivée

Trains toutes les demi-heures pour Nice et Vintimille (25 min. dans les deux cas)
www.bahn.de

Hébergement au point de départ

- Gablonzer Hütte ~ +43 6136 8465 (office@gablonzerhuette.at)
- Hotel Berghof ~ +43 4285 8271-0 (berghof-nassfeld@carnica.at)
- Rifugio E.Questa ~ +39 351 5835607 (rifugioquesta@gmail.com)
- Foresteria di Carnino ~ (+39) 0174 390194 (info@rifugiodonbarbera.eu)
- Auberge de jeunesse Les Camélias ~ +33 4 93 62 15 54 (nice-camelias@fuaj.org)
- Auberge de jeunesse du Mont Boron ~ +33 4 93 89 23 64 (nice@fuaj.org)
- Bed & Breakfast 'L Mai (bandb.salbertrand@gmail.com)

Cartes topographiques utiles

Réf. / Titre	Editeur	Echelle
TOP25 3741OT	IGN	1:25.000
Alpes Sans Frontières n°4 - Vallée des Merveilles / Val Vermenagna	IGN-IGM	1:25.000
TOP25 3741ET	IGN	1:25.000

Jour 1 : Nice - Limonetto

Difficulté // | Temps de marche 1h30 min | ↗ 200 m | ↘ 0 m

Au départ de la gare de Nice-ville, vous voyagez à bord du chemin de fer touristique des Merveilles pour découvrir les vallées du Paillon et de la Roya-Bévéra. Arrêt à Tende, pour un déjeuner dans cette petite ville médiévale où l'architecture mêle avec charme les styles baroque, gothique ou encore Renaissance. Un nouveau voyage en train de 20 min. permet de franchir la frontière au tunnel de Tende et d'arriver à Limone en Italie en début d'après-midi. La journée se termine par une marche de 6km sur un sentier en pente douce vers Limonetto, où l'on passe la nuit.

Sites internet relatifs au patrimoine naturel et culturel

- Train des Merveilles : http://traindesmerveilles.fr

Hébergements

Albergo da Lino	+39 183 325039 +39 3482454978		www.albergodalino.it
L'ABRIC	+39 3482902263	E-mail : info@limonetto.com	www.colleditenda.com
Hotel Edelweiss	+39 0171 928138	E-mail : info@edelweisslimone.it	http://www.edelweisslimone.it
Albergo Panice	+39 0171 928136	E-mail : info@albergopanice.it	www.albergopanice.it
Gasthof zum Rudi	+43 676 9343605		http://www.zumrudi.at; http://www.almrudi.at
Bed & Breakfast 'L Mai	3339288102	E-mail : bandb.salbertrand@gmail.com	www.bedandbreakfastsalbertrand.it
Rifugio Alpe Selle	3472622880	E-mail : sabrinabiscardini@gmail.com	rifugioalpeselle.weebly.com
Hotel les Vallois	+33 (0)4 92 23 33 10	E-mail : hotel@lesvallois.com	https://www.hotel-05.fr/contact/
Nona BB	+386 64 169 165	E-mail : info@nonabb.si	https://nonabb.si/

Jour 2 : Limonetto - Castérino

Difficulté // | Temps de marche 5h10 min | ↗ 1000 m | ↘ 965 m

Etapes liées :
R148

Aujourd'hui, vous récupérez l'itinéraire rouge de la Via Alpina. La journée commence par un sentier qui monte doucement dans la combe du Rio Prati della Chiesa, puis devient plus raide d'abord à travers bois puis sur des pierriers, et atteint la baisse de Salente, frontière française, à hauteur du fort de Giaure. Lors de la descente côté français, vous passerez à proximité des anciennes casernes de Peïrefique et de plusieurs blockhaus avant d'arriver à Castérino, étape de la journée, où vous trouverez 2 possibilités d'hébergements accueillants.

Sites internet relatifs au patrimoine naturel et culturel

- PROVINCIA DI CUNEO : http://www.provincia.cuneo.it/montagna/index.htm

Hébergements

Gite Santa Maria Maddalena	+33 4 93 04 65 93	E-mail : gitedecasterino@wanadoo.fr	http://www.casterino.com
Hotel les Melezes	+33 4 93 04 95 95	E-mail : lesmelezescasterino@aliceadsl.fr	http://www.lesmelezes.fr/
Nona BB	+386 64 169 165	E-mail : info@nonabb.si	https://nonabb.si/

Jour 3 : Castérino - Refuge des Merveilles

Difficulté | Temps de marche 6h00 min | ↗ 1220 m | ↘ 660 m

Etapes liées :

R146 R147

Pour entrer dans le territoire du Parc National du Mercantour, longer le ruisseau de Valmasque autour du Mont Paracouerte. Le sentier vous emmènera au refuge de Valmasque, où vous pourrez vous restaurer. Continuer plein sud, vous passerez au bord du Lac Vert, du Lac Noir puis du Lac du Basto. Peu avant la Baisse de Valmasque, laissez la Via Alpina et continuez sur le GR®52, pour entrer dans la célèbre Vallée des Merveilles. Nuitée au refuge des Merveilles.

Sites internet relatifs au patrimoine naturel et culturel

- Parc national du Mercantour : http://www.mercantour.eu

Hébergements

Refuge des Merveilles	+33 4 93 04 64 64	E-mail : jochen.boggero@lesaem.org	www.cafnice.org
Nona BB	+386 64 169 165	E-mail : info@nonabb.si	https://nonabb.si/

Jour 4 : Refuge des Merveilles - Col de Turini

Difficulté | Temps de marche 5h20 min | ↗ 820 m | ↘ 1220 m

Cette longue étape, toujours sur le GR®52, marque la sortie du Parc du Mercantour et l'entrée dans l'arrière-pays Niçois, avec ses senteurs de méditerranée et ses villages perchés. Les nombreuses baisses successives (baisse signifie col) vous offriront des panoramas à couper le souffle. Du refuge des Merveilles, le sentier s'élève vers le lac de la Muta pour atteindre le Pas du Diable. La descente se fait d'abord en traversée vers le fond du vallon puis en suivant le cours du ruisseau de Ciantasque que l'on traverse à la côte 2120m pour traverser à flanc de pente en direction du sud-ouest jusqu'à la Baisse Cavaline. On bascule alors sur l'autre versant pour continuer à traverser à flanc sous la cime de Raus jusqu'au col de Raus. Depuis ce dernier, on repasse versant nord pour cheminer sous la cime de Tuor et rallier la Baisse de St Véran. On y bascule à nouveau sur le versant opposé pour monter progressivement à la Pointe des Trois Communes. Nuit au choix à la Baisse de Camp d'Argent ou au Col de Turini.

Hébergements

Hotel Le Yeti	+33 4 93 91 57 01	E-mail : contact@leyeti.fr	http://www.leyeti.fr/
L'Estive	+33 4 93 91 57 58	E-mail : info@estive-mercantour.fr	http://www.estive-mercantour.fr/
Hotel Le Ranch	+33 4 93 91 57 23 +33 6 09 88 99 03	E-mail : ranch.turini@yahoo.fr	http://www.ranch-turini.com/
Nona BB	+386 64 169 165	E-mail : info@nonabb.si	https://nonabb.si/

Jour 5 : Col de Turini - Sospel

Difficulté | Temps de marche 8h45 min | ↗ 725 m | ↘ 2007 m

Etapes liées :

D61

Aujourd'hui, retour sur la Via Alpina pour la dernière étape de l'itinéraire bleu, sur le GR®52A. Après avoir rejoint le village Moulinet, vous pénètrerez dans la zone centrale du parc national du Mercantour pour en sortir au lieu-dit « Bandita de Barrins », limite sud du parc. Une descente vous permet ensuite d'atteindre Sospel, village médiéval au cœur de la vallée de la Bévéra.

Sites internet relatifs au patrimoine naturel et culturel

- Parc National du Mercantour : http://www.mercantour.eu/

Hébergements

Nona BB	+386 64 169 165	E-mail : info@nonabb.si	https://nonabb.si/

Jour 6 : Sospel - Peillon

Difficulté | Temps de marche 5h45 min | ↗ 1191 m | ↘ 1164 m

Etapes liées :

R160

A Sospel, vous récupérerez l’itinéraire rouge de la Via Alpina que vous suivrez désormais jusqu'à son terme. Cette longue étape de basse altitude mène en direction du col du Farguet, puis redescend, à travers des paysages très méditerranéens, vers le village préservé de Peille, avant d’arriver au hameau de Peillon, où vous passerez la nuit.

Hébergements			
Nona BB	+386 64 169 165	E-mail : info@nonabb.si	https://nonabb.si/

Jour 7 : Peillon - Monaco
Difficulté | Temps de marche 2h50 min | ↗ 371 m | ↘ 692 m

Etapes liées :
R161

Au départ de Peillon, l’itinéraire rejoint le GR®51B, traverse le village de La Turbie avec son Trophée d'Auguste, puis, face à la Méditerranée, s’imprègne de plus en plus de l’air maritime en arrivant dans la principauté de Monaco, qu’il traverse jusqu’à la place du Palais, point final de l’itinéraire rouge.

Sites internet relatifs au patrimoine naturel et culturel

- Office du tourisme : http://www.monaco-tourisme.com
- Musée Océanographique : http://www.oceano.mc
- Palais Princier : http://www.palais.mc
- Jardin Exotique : http://www.jardin-exotique.mc

Hébergements			
Nona BB	+386 64 169 165	E-mail : info@nonabb.si	https://nonabb.si/

Avertissement

Ces données reflètent les informations publiées sur le site internet www.via-alpina.org à la date de téléchargement. Les données de ce site ont été relevées par un grand nombre de partenaires locaux dans chacune des régions alpines. Elles sont actualisées avec une fréquence variable selon les régions. Nous sommes conscients qu’il subsiste des inexactitudes et des différences de qualité et nous vous invitons à nous signaler celles que vous détecterez par le biais de la fonction « Commentaires » proposée sur chaque fiche-étape du site.

Crédits : voir www.via-alpina.org/fr/credit
Date d'exportation : 18/04/2024