Panoramique du Mercantour (AM304)

Alpes du Sud - France

7 jours (dont 6 jours : Randonnée)

Prix à partir de 725.00 EUR *p.p.*

Niveau	
Type	Accompagné
Age minimum	18 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Gîte Refuge
Groupe	de 6 à 15 personnes
Repas	Pension complète
Encadrement	Accompagnateur en montagne

Les points forts de ce voyage

- L'accueil et le retour à Nice, ce qui permet la plus belle des traversées entre Vésubie & Roya
- Multitude de lacs et grande diversité des paysages
- Cadre exceptionnel avec une grande variété de paysage, lacs et faune
- Le site des gravures préhistoriques des Merveilles : 30000 gravures sur roche, vieilles de plus de 5000 ans

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Votre voyage

Le panoramique du Mercantour se déroule dans la partie Est du Parc National, entre les vallées de la Vésubie et de la Roya.

Un parcours en traversée pour découvrir les plus beaux sites de randonnée du parc national du Mercantour entre la Suisse niçoise et la vallée de la Roya, sur la frontière italienne.
Un parcours qui privilégie la découverte des différentes vallées qui font la richesse du Mercantour, Boréon, Madone de Fenestre, vallée de la Gordolasque, et deux jours sur les sites préhistoriques de la vallée des Merveilles et de Fontanalba, autour des gravures vieilles de plus de 3500 ans avant JC. Une véritable traversée au c½ur du parc national du Mercantour, une destination Alpes du Sud qui allie montagnes et soleil.

J 1/ Accueil au Boréon
Accueil des participants à 13 h 30 au Boréon (hameau de St-Martin-Vésubie), au centre Alpha. Visite du parc à loups. Nuit en gîte.

J 2/ Lac de Trécoulpas et Madone de Fenestre
L'ambiance d'une des plus belles cascades de la région résonne encore à nos oreilles quand nous pénétrons dans la première forêt de mélèzes pour atteindre le lac de Trécoulpas, en aval du pas des Ladres. Notre premier col d'altitude nous fait basculer dans le monde minéral du site de la Madone de Fenestre.
5 h 30 à 6 h de marche, M : 1000 m et D : 550 m.

J 3/ Randonnée des cinq lacs - vallée de la Gordolasque
Itinéraire panoramique sur un sentier en balcon. En toile de fond, les sommets culminants à 3 000 mètres d'altitude offrent un merveilleux écrin aux cinq lacs du site. Nuit en gîte.
5 h à 5 h 30 de marche, M : 800 m et D : 850 m.

J 4/ Pas de l'Arpette et vallée des Merveilles
Le franchissement du pas de l'Arpette (2511 m) nous permet de basculer dans la vallée des Merveilles. Une visite commentée de ce site vous aidera dans l'interprétation de ces gravures rupestres, avant la descente vers de nouveaux lacs. Nuitée en refuge d'altitude.
5 h 30 à 6 h de marche, M : 950 m et D : 500 m.

J 5/ Les Baisses : Valmasque et Bégo
Les passages par la baisse de Valmasque, au pied de la montagne sacrée du Bégo (2872 m), puis la baisse du Basto (2693 m) vous permettront de côtoyer les bouquetins au c½ur d'un univers extrêmement sauvage qui se sera ensuite adouci lorsque vous arriverez dans le vallon du magnifique lac Authier. Nuit en gîte.
4 h 30 à 5 h de marche, M : 830 m et D : 600 m.

J 6/ Vallons de Fenestre et de la Gordolasque
Etape d'envergure sur le GR52 entre les hauts vallons de Fenestre et de la Gordolasque, à l'aplomb des ultimes "3000" des Alpes : le Gélas (3143 m), la Malédie (3059 m) et le Clapier (3045 m). Nuitée en refuge.
5 h à 5 h 30 de marche, M : 890 m et D : 550 m.

J 7/ Retour au Boréon
Pour cette dernière journée, un tout autre paysage en crête vous révèle la mer au loin et vous permet un dernier coup d'½il sur les fameux sommets franco-italiens qui vous ont accompagnés toute la semaine. Dispersion des participants au Boréon dans l'après-midi.
4 h à 4 h 30 de marche, M : 350 m et D : 760 m.

***NB** : la durée des étapes est donnée à titre indicatif.*
M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.

L'ÉQUIPE

Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, partenaire du parc national du Mercantour et agréé pour la visite

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

des gravures, sur les zones réglementées.

L'HÉBERGEMENT

Trois nuits en gîte en chambre collective et trois nuits en refuge en chambre collective.
— J 1 : Gîte du Boréon : tél 06 30 92 44 72
— J 2 et J 6 : Refuge Madone de Fenestre : 04 93 02 83 19

— J 3 et J 5 : Gîte Relais des Merveilles : 04 93 03 43 55

— J 4 : Refuge des Merveilles : 04 93 04 64 64

Vous pouvez aussi contacter :
A Nice :
• Office de Tourisme de Nice : 0 892 707 407
• Hôtel Kyriad Nice Port*** : 04 93 55 80 00
• Hôtel Ibis Nice Centre gare : 04 93 88 85 55
• Auberge de Jeunesse Les Camélias : 04 93 62 15 54
• Novotel Nice Arénas (proche aéroport) : 04 93 21 22 50
• Hôtel Campanile*** (proche aéroport) : 04 93 26 20 20
• Hôtel Ibis budget** Nice aéroport : 08 92 68 06 49

A Saint-Martin-Vésubie :
• Office de tourisme : 04 93 03 21 2 - www.saintmartinvesubie.fr
• Hôtel Le Gélas : 04 93 03 21 81 (dans le village)
• Gîte du Boréon : 06 30 92 44 72

LES REPAS

— Les déjeuners et les dîners sont servis chauds dans les hébergements.
— Les pique-niques pour les repas de midi.
— Les boissons ne sont pas incluses et restent à votre charge.

LE TRANSPORT DES BAGAGES

Vous portez uniquement vos affaires de la journée et le pique-nique, sauf le J 4 où vous portez en plus vos affaires pour passer la nuit au refuge des Merveilles. Le transfert des bagages se fait en véhicule entre les différents hébergements.

A SAVOIR

Ce circuit a reçu la qualification Esprit parc national
Cette marque vise à la mise en valeur de produits et services des hommes et femmes impliqués dans la préservation et la promotion des parcs nationaux de France. Engagée dans le respect de l'environnement et la protection des territoires, porteuse d'un message de solidarité en privilégiant l'économie locale, elle est pour le

visiteur un gage de confiance. Cette marque permet de fédérer les acteurs des parcs nationaux, sensibiliser le visiteur et agir en faveur des valeurs du territoire et de ses acteurs.

Dates et prix

Promotion | Départs complet | Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Alpes du Sud	Panoramique du Mercantour	10/08/2025	15/08/2025	6 jours	795.00 EUR
Alpes du Sud	Panoramique du Mercantour	17/08/2025	22/08/2025	6 jours	825.00 EUR
Alpes du Sud	Panoramique du Mercantour	24/08/2025	29/08/2025	6 jours	795.00 EUR
Alpes du Sud	Panoramique du Mercantour	31/08/2025	05/09/2025	6 jours	765.00 EUR

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Info pays

Alpes du Sud

Vaste région montagneuse qui est au nord bordé par la Vallée de la Maurienne et qui s'étend jusqu'à la Méditerrannée. Les territoires couverts sont : les Ecrins, l'Oisans, la Clarée, le Queyras, l'Ubaye, le Haut Piémont italien et le Mercantour.

Formalités administratives

France
La France étant membre de l'Union Européenne, il suffit d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité pour les ressortissants d'un pays de UEM.

Conseil(s) santé

France
Les conditions sanitaires sont équivalentes à celles de l' Europe et ne présentent aucun danger particulier.

Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Infos pratiques

Votre budget

NOTE IMPORTANTE : Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol (si applicable) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport (Bruxelles, Luxembourg, Genève, ...) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.
Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).
De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.
Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

Le prix comprend

- Le transfert en autocar de ligne entre Nice et Saint-Martin-Vésubie, puis en taxi jusqu'au Boréon (J1).
- Le trajet retour en train entre Saint-Dalmas-de-Tende et Nice (J6).
- L'hébergement en dortoir, en refuge et en gîte pour 5 nuits.
- Tous les repas, du diner du J1 au déjeuner du J6.
- Les vivres de course pendant la randonnée.
- L'encadrement par 1 accompagnateur en montagne diplômé d'état, partenaire du parc national du Mercantour et agréé pour la visite des gravures, sur les zones réglementées.
- L'entrée sur les 2 sites des gravures (Merveilles et Fontanalba) et la visite guidée par l'accompagnateur.
- Les transferts de bagages.

Le prix ne comprend pas

- Le transport pour se rendre à Nice et le retour.
- Le déjeuner du J1.
- Les boissons et les dépenses personnelles.
- L'assurance annulation-rapatriement facultative

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ)si possible sur un parcours avec dénivelée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1 h à 1h30).

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :
- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Vos médicaments personnels.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclaire latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et baché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds
- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich (désert)
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison)
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique (suivant la saison)
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure (voir rubrique ci dessous)
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO
www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo

> Matériel indispensable
- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antivol et documents
- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance

- Papiers personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Un sac de couchage avec température de confort comprises de + 5 ° à + 15° suivant la saison
- Un drap-sac en coton ou en soie (les couvertures sont fournies par l'hébergeur)

Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25