

# Terres d'émotions

au cœur de la montagne

A partir de  
**15.5 €**  
la journée  
Tout compris\*

**Pratique  
Covoiturage à  
partir de Nice  
et Antibes\***

Janvier-Mars 2020

*Vos plus belles randonnées de l'hiver dans un programme*

[www.terresdemotions.fr](http://www.terresdemotions.fr)

Les dates des sorties et les destinations peuvent être modifiées sans préavis en fonction des conditions météo, de l'état des sentiers, de la quantité de neige etc...

## JANVIER

 **dimanche 12 janvier Galettes des rois aux lacs des grenouilles sous l'œil bienveillant du paracouerte**

L'impatience renouvelée chaque année, en ce début janvier, du regard portant sur des étendues enneigées, le crissement de la neige sous les pieds. Quête d'altitude d'abord en raquettes à neige au départ de Castérino dans le parc du Mercantour pour se réjouir d'une part de galette autour du lac des grenouille sous un soleil généreux..

**Niveau 2**

**Montée : 300 m**

**Altitude max : 2200 m**

**dimanche 19 janvier Saint-Probace - Gorges du Caramy à Tourves**

Site naturel par excellence, les eaux du Caramy abondant en hiver offrant un paysage changeant en Provence verte invite à la contemplation dans des lumières éclatantes. Depuis un pont romain voguez au fil de l'eau à la ferme Rambert.

**Niveau 2**

**Montée : 340 m**

**Altitude max : 531 m**

 **dimanche 26 janvier La montagne de l'estrop – les barres Sud-Ouest du Mounier**

En quête d'espaces vierges et solitudes. Par-delà les forêts, l'immensité blanche de la crête de Septenne. Un panorama unique sur la vallée du Tuébi, une succession de petits sommets. Un parcours en alternance de montées progressives. Tenter de suivre la trace du renard. Se laisser envahir par la solitude de plateaux enneigés baignés de soleil

**Niveau 3**

**Montée : 500 m**

**Altitude max : 125 m**

## FEVRIER

 **dimanche 2 février L'appel des sommets au Baous de la Frema (Vésubie - Mercantour)**

Un des sommets les plus marquant de la Haute Vésubie, un des plus panoramique aussi, jusqu'à la mer et la Corse. Comme un balcon sur le la Suisse Niçoise du Boréon. Etendues désertiques de neige immaculée. Larges pentes douces débonnaires. A chacun son sommet selon les envies du groupe : Baou de la Frema, Tête du Brec, Mont Pétoumier (en option), sous l'oeil attentif du Gélas et de l'Argentera.

**Niveau 3**

**Montée : 500 m**

**Altitude max : 2200 m**

**dimanche 9 février Sommet de Breis , un autre regard sur le gorges du Verdon**

Au départ de Trigance et de son château, découvrez l'authenticité des gorges abrupte du Verdon, lieu de passage des grands vautours. Des falaises majestueuses creusées par l'eau jaillies des montagnes. Une vue à couper le souffle !!

**Niveau 2-3**

**Montée : 600 m**

**Altitude max : 676 m**

**Renseignements secrétariat Yohann au 06 61 46 27 80**

**courriel : [contact@terresdemotions.fr](mailto:contact@terresdemotions.fr)**

**A savoir :** Terres d'Emotions, ce sont des guides passionnés, diplômés d'Etat, disposant d'une assurance professionnelle, formation secourisme, partenariat avec le Parc national du Mercantour, agréé Merveilles (site des gravures) ... - Inscriptions et tarifs sur [www.terresdemotions.fr](http://www.terresdemotions.fr)

**\*Covoiturage à partir d'Antibes si chauffeur disponible \*Tarifs à partir de 15.5 € voir tarifs sur [www.terresdemotions.fr](http://www.terresdemotions.fr)**

**samedi 15 février****Sam 15/02 – Les lacs des Millefontes- des lacs sauvages sous la neige et le soleil**

Profitez de cette vue magnifique totalement enneigée des 5 lacs se jetant les uns dans les autres. Une beauté surréaliste d'un des plus beaux vallons parsemés de lacs. Une randonnée sans effort, accessible, de découverte et de plaisirs dominé par le mont Pépoiri.

**Niveau** 2-3**Montée** : 450 m**Altitude max** : 2200 mProfi-  
tez  
des  
cette**dimanche 23 février Le pic de la gardiette-Le reyran -Barrage de Malpasset**

Retour historique sur le barrage de Malpasset, qui se rompt dans la nuit. Une tragédie que Fréjus garde en mémoire. Parcours autour du reyran et des innombrables vallons aux alentours avant de prendre de la hauteur au pic de la gardiette, vestige volcanique de la caldeira de l'Estérel.

**Niveau** 2**Montée** : 300 m**Altitude max** : 237 m

# MARS

**dimanche 1er mars Le colle Melosa, un balcon des Alpes à la méditerranée, Ligurie**

Situé sur la frontière franco italienne la région du mont Toraggio offre un panorama à 360° de la mer au Alpes, des falaises de 200m donne une ambiance dolomitique à ce Parc Naturel. Nous redescendrons dans la vallée de l'Argentina pour visiter la vallée des sorcières, Triora (musée de la sorcellerie).

**Niveau** 2**Montée** : 350 m**Altitude max** : 2248 m**dimanche 8 mars Entre volcans et mer les ravins oubliés de l'Estérel**

Le volcanisme de l'Estérel s'étend sur plusieurs hectares, et laisse derrière lui d'innombrables formes sculptés atypique forgées par les éléments depuis des millions d'années. Cette découverte de lieux inédits de l'Estérel nous emmènera sur les deux sommets de Perthus, encerclés d'une forêt abondante. Une vue au sommet sur les montagnes du Mercantour.

**Niveau** 3**Montée** : 500 m**Altitude max** : 280 m**samedi 14 mars****Raquettes et Raclette –Restaurant d'altitude**

Au départ de Beuil, une randonnée initiatique aux confins de vallons donnant naissance au Cians. Entre plateau et sommets arrondis, le plaisir de faire la trace sans effort dans une nature accueillante. Le plaisir partagé de clôturer une journée sous le charme d'une raclette montagnarde. Retour sous les étoiles du Mercantour.

**Niveau** 2**Montée** : 400 m**Altitude max** : 1800 m**dimanche 22 mars Les eaux rafraichissantes du Vallon de Ghiou -Sospel**

Quand les eaux tumultueuses du vallon du Ghiou rencontrent la Bévéra. Les eaux limpide filtrées par des couches successives d'humus, dans une nature exubérante ou il n'est pas rare de croiser le grand paon d'Europe ou la limodore à feuille avortées.

**Niveau** 2**Montée** : 500 m **Altitude max** : 1553 m**dimanche 29 mars****Randonnée apéritif participatif écologique –Raquettes et feu de bois**

Commencer la randonnée dans les chaudes lumières d'un soleil généreux annonçant le printemps. Autour d'un feu de camps, Grillades et pommes de terres braisées généreuse. Une convivialité surpassée façon trappeur dans les forêts intimistes de Gréolières. En fonction des conditions d'enneigement

**Niveau** 2**Montée** : 300 m **Altitude max** : 1768 m**Renseignements secrétariat Yohann au 06 61 46 27 80**courriel : [contact@terresdemotions.fr](mailto:contact@terresdemotions.fr)

**A savoir :** Terres d'Emotions, ce sont des guides passionnés, diplômés d'Etat, disposant d'une assurance professionnelle, formation secourisme, partenariat avec le Parc national du Mercantour, agréé Merveilles (site des gravures) ... - Inscriptions et tarifs sur [www.terresdemotions.fr](http://www.terresdemotions.fr)

\*Covoiturage à partir d'Antibes si chauffeur disponible \*Tarifs à partir de 15.5 € voir tarifs sur [www.terresdemotions.fr](http://www.terresdemotions.fr)

# Programme des séjours 2020

- Sam 08 - Dim 09 février 2020-Stage de Survie - Nuit en Igloo -Parc du Mercantour – à partir de 75 €
- Sam 04-Dim 05 avril 2020 –WE en Gîte Raquettes immensité du plateau de Sanguinières – à partir de 100 € - arrhes -30 €/pers
- Sam 16 –Dim 17 Mai 2020 – WE en Yourte Mongole. Instant authentique et magique-Haut Var - à partir de 120 € - arrhes -36 €/pers
- Sam 27 – Dim 28 juin 2020 – WE en refuge Italie Vallée de la Roya – Pointe Marguareis – le plus haut sommet septentrional de France - à partir de 100 € - arrhes -30 €/pers
- Sam 04-Dim 05 juillet 2020 -WE Bivouac– Lac des Sagnes -Haute Ubaye - Le Mourre Haut et le Bonnet Carré - à partir de 55 € - arrhes -16.5 €/pers
- Sam 11 au Mar 14 juillet 2020 – WE en refuge. Le sentier de l'Énergie traversée du Mercantour – 18 lacs hauts en couleurs Secteur –Tinée – à partir de 310 € - arrhes -93 €/pers **Départ assuré**
- Sam 22- Dim 23 Août - WE Bivouac– Fort Carra (2880 m)-Trek en haute altitude - Pointe côte de l'âne (2916 m) - à partir de 75 € - arrhes -22.5 €/pers **Départ assuré**
- Sam 12-Dim 13 Septembre 2020 – WE vallée des merveilles – Gravures rupestres - à partir de 110 € - arrhes -33 €/pers
- Jeu 31-12- Ven 01-01 - Splendeur hivernale - Célébration du nouvel an - Refuge des Merveilles - à partir de 125 € - arrhes -37.5 €/pers

Tous les WE à tarifs adhérents à 20 % moins cher qu'ailleurs. Réservez vite. Tous les WE sont limités à 12 pour plus de confort sauf exceptions. Inscriptions en ligne ouvertes.

*1 séjour effectué/ achat de 8 randonnées = une gourde thermos Terres d'émotions à*

*9€*

*3 séjours Terres d'émotions effectués en 2020 = le 4 eme à 20% de réduction\* (WE de une nuit et deux jours uniquement).*

*Terres d'émotions organise les bivouacs (avec ou sans tente) selon vos envies sur demande \**

*Gourde terres d'émotions vendue 10 € pour les adhérents au lieu de 13 €*



**Renseignements secrétariat Yohann au 06 61 46 27 80**

**courriel : [contact@terresdemotions.fr](mailto:contact@terresdemotions.fr)**

**A savoir :** Terres d'Emotions, ce sont des guides passionnés, diplômés d'Etat, disposant d'une assurance professionnelle, formation secourisme, partenariat avec le Parc national du Mercantour, agréé Merveilles (site des gravures) ... - Inscriptions et tarifs sur [www.terresdemotions.fr](http://www.terresdemotions.fr)

**\*Covoiturage à partir d'Antibes si chauffeur disponible \*Tarifs à partir de 15.5 € voir tarifs sur [www.terresdemotions.fr](http://www.terresdemotions.fr)**



Pratique ! Je m'inscris aux randonnées  
Terres d'émotions en scannant le Qr code

## Nos Partenaires



*Vos plus beaux week-end d'évasion randonnée  
avec notre partenaire Azur Mercantour Nature*



*Afin de démarrer la randonnée du bon pied,  
[www.terresdemotions.fr](http://www.terresdemotions.fr) en partenariat avec [www.energies-mieuxetre.com](http://www.energies-mieuxetre.com)  
basé à Carros vous propose -20 %\* sur  
**Séance énergétique crânienne « Access Bars® »**  
**Séance énergétique de reconnexion à soi « Reiki Usui »**  
**Séance énergétique corporelle « Energie corps »**  
*Soit 48€ au lieu de 60 € - Sur présentation de votre carte pass randonnée**



Vous aimez le ski ? Terres d'émotions aussi. Payez la carte Pass montagne 5 € au lieu de 10 € et profiter des stations à prix réduits. 120 stations entre -5% et -50 % **Offre adhérents, nous contacter.**  
<https://www.passemontagne.fr/fr/>



[www.locations.06.fr](http://www.locations.06.fr)

**Renseignements secrétariat Yohann au 06 61 46 27 80**

**courriel : [contact@terresdemotions.fr](mailto:contact@terresdemotions.fr)**

**A savoir :** Terres d'Emotions, ce sont des guides passionnés, diplômés d'Etat, disposant d'une assurance professionnelle, formation secourisme, partenariat avec le Parc national du Mercantour, agréé Merveilles (site des gravures) ... - Inscriptions et tarifs sur [www.terresdemotions.fr](http://www.terresdemotions.fr)  
**\*Covoiturage à partir d'Antibes si chauffeur disponible \*Tarifs à partir de 15.5 € voir tarifs sur [www.terresdemotions.fr](http://www.terresdemotions.fr)**