

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

Mai-Juin-Juillet 2020

Vos plus belles randonnées du printemps

dans un programme

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...

MAI

mercredi 13 mai Le Cians - Des gorges aux hauts plateaux

Le sentier surplombe les gorges du Cians en un sentier en balcon incroyable idéal pour l'observation de la faune sauvage. Une montée progressive sans difficulté dans une nature sauvage et très peu fréquentée pour ce retour en montagne après des mois d'absence. Puis l'extase du plateau du challas offrant une liberté retrouvée sur les montagnes du Mercantour. Vue plongeante sur les gorges du cians, un belvédère unique. Départ quelques kms avant Beuil.

Niveau 2

Montée : 400 m

Altitude max : 1623 m

samedi 16 mai Sommet de Breis, un autre regard sur les gorges du Verdon

Au départ de Trigance et de son château, découvrez l'authenticité des gorges abruptes du Verdon « les plus hautes d'Europe », lieu de passage des grands vautours. Des falaises majestueuses creusées par l'eau jaillies des montagnes. Une vue à couper le souffle au belvédère de Rancoumas. Minéralité verticale, douceur du Jabron au pont du Sautet dans ses eaux turquoise pour le plaisir de s'y prélasser en fin de journée.

Niveau 2-3

Montée : 600 m

Altitude max : 676 m

dimanche 17 mai Lac Autier – Vallée de la Vésubie – le réveil des marmottes

Balade facile au printemps avec peu de dénivelé et de kilomètre. Bouquetin et marmottes viennent se rafraîchir dans cette eau cristalline témoin du dernier âge glaciaire. Pelouses alpines abritant les fleurs endémiques du Parc National.

Niveau 3

Montée : 600 m Altitude max : 2175 m

mercredi 20 mai 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 sculptées 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 2

Montée : 500 m

Altitude max : 280 m

jeudi 21 mai au Ven 22 mai Bivouac Nature- les Crêtes vertigineuse du Val de Coulomp

Bivouac 100 % nature sans tente. Une nuit exceptionnelle le long des lignes de crêtes de la vallée du cou-lomp. Beauté admirable des falaises de gré. Une randonnée qui passera par les fabuleux grés d'Annot. Bivouac au coin du feu face à la nature et raisonnement du cri du loup. Limité à 8 personnes- 70 € adhérents – 90 € non adhérents. 1200 m D+ répartis sur le WE.

Niveau 3

Altitude max : 1400 m

Renseignements secrétariat Yohann au 06 61 46 27 80 / courriel: 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

***Covoiturage à partir d'Antibes si chauffeur disponible *Tarifs à partir de 18.8 € voir tarifs sur www.terresdemotions.fr**

dimanche 24 mai Les Terres rouges. Hameaux oubliés du vallon des Graus

Situé à l'entrée de la vallée de la Gordolasque, le parcours à flanc de colline, passe en revue d'anciennes granges témoins de l'activité pastorale pour terminer sa course aux granges du colonel, témoin de la dernière guerre. Une balade tranquille au milieu des prairies fleuries et des plus hauts sommets du Mercantour.

Niveau 2-3**Montée** : 650**Altitude max** : 1657 m

dimanche 31 mai Tête de Rigaud – Au cœur de la Pélite du Cians

Nichée au cœur de la roche pélitique du Cians, la tête de Rigaud est un appel à l'évasion. Les roches rouges sculptées par les éléments offrent parfois des figures étonnantes. Un sentier unique accessible, des paysages rouges rappelant le Colorado.

Niveau 2**Montée** : 600 m**Altitude max** : 1553 m

JUIN**dimanche 7 juin****Balcon de Marta - la Forteresse Italienne– Baisse de Géréon –Vallée de la Roya**

La cime du Balcon de Marta abrite en son sein le plus gros ouvrage italien de toutes les Alpes. Situé à la frontière au-dessus de Breil/ Roya. Visite du site qui ne manquera pas de vous surprendre

Niveau 3**Montée** : 850 m**Altitude max** : 2135 m

dimanche 14 juin**Lac des Bresses – Vallée de la Vésubie –les vallées glaciaires**

A parti du col de salèse, découvrez deux lacs glaciaires bien cachés. Par un détour, en montant sur une crête vous surplombez le lac nègre (un des plus grands du PNM).

Niveau 2**Montée** : 430 m**Altitude max** : 2425 m

dimanche 21 juin**La cascade secrète du Démant- Barre Sud Du Mounier**

Curiosité géologie temporaire d'un Eden fleuri autour d'une minéralité puissante. Paysage grandiose exceptionnel qui prend une dimension de liberté retrouvée après des mois de confinement loin de l'agitation touristique. Randonnée plein air dominé par le mont Mounier

Niveau 3**Montée** : 700m**Altitude max** : 2400 m

**Sam 27 juin dimanche
28 juin****Trek Bivouac au sommet -Le Marguareis - Col de Seigneurs**

Un bivouac inédit au cœur de la zone karstique du Marguareis. Le haut sommet septentrional de France. Une expédition unique qui prend tout son sens rien que sur la piste de l'amitié. Des paysages grandioses aux prairies fleuries bordées de calcaires et de gouffres uniques au cœur de la réserve naturelle du Marguareis. Un trek unique dans de grands espaces sauvages refuges de la faune. 1000 m de D+ sur deux jours.

Niveau 2-3**Altitude max** : 1657 m

JUILLET**Sam 4 juillet dimanche
5 juillet****WE Bivouac– Lac des Sagnes -Haute Ubaye - Le Mourre Haut et le Bonnet Carré**

Bivouac inédit dans un des plus beaux décors du parc national. A partir du col de Raspillon, vous découvrirez les pelouses alpines de la haute Ubaye, les sommets emblématiques comme le Mourre Haut 2872m pour ensuite descendre au lac des sagnes. Un grand lac naturel qui a un petit air de Canada. Espace sauvage par excellence, bivouac au bord de l'eau dans une nature préservée. Nuit trappeur pour un retour aux sources. Retour par le vallon de pelouse (vallon aux nombreuses sources) sur une pelouse alpine fleurie en cette saison. Coucher et lever de soleil Mer/montagne 1500 m D+ sur le WE.

Niveau 2**Altitude max** : 2872 m

Renseignements secrétariat Yohann au 06 61 46 27 80 / courriel: 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

***Covoiturage à partir d'Antibes si chauffeur disponible *Tarifs à partir de 18.8 € voir tarifs sur www.terresdemotions.fr**

samedi 11 juillet mar WE Sentier de l'énergie – Le plus beau trek - Les plus beaux lacs du Mercantour,
14 juillet

4 jours et 3 nuits dans la plus belle partie du Parc National du Mercantour. 3 nuits en refuge d'altitude pour rencontrer la faune sauvage, les lacs glaciaires (15 au total) dans plusieurs vallées. A travers plusieurs sentiers dont le sentier de l'énergie témoignage de l'activité minière au XX siècle. Un parcours inédit passant par le Ténibre 3031m, des tunnels creusés dans la roche sur un sentier à flanc de montagne. Des paysages à couper le souffle. Une évasion totale inoubliable de ce que le Mercantour peu vous offrir de mieux. Environ 3000 m D+ répartis sur les 4 jours.

Niveau 3-4

Altitude max : 3031 m

dimanche 19 juillet Le sentier des forts – Entre ciel et Terre sur la Crête frontalière

Véritable prouesse militaire datant du XIX siècle marquant la frontière entre la France et l'Italie. Beauté exceptionnelle des lignes montagneuses aux vallées escarpées baignées par le soleil. Découverte de deux forts avec vues imprenables. Fort de Pépin et Fort Tabourde en plus du Fort Central.

Niveau 2

Montée : 400 m

Altitude max : 2284 m

dimanche 26 juillet 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 20 m donnent 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

Renseignements secrétariat Yohann au 06 61 46 27 80 / courriel: 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

***Covoiturage à partir d'Antibes si chauffeur disponible *Tarifs à partir de 18.8 € voir tarifs sur www.terresdemotions.fr**

PROGRAMME SEJOURS 2020

- Jeu 21 – Ven 22 mai - Bivouac Nature- les Crêtes vertigineuses du Val de Coulomp à partir de 70 € - 8 places
- Sam 27 – Dim 28 juin 2020 – WE en bivouac Italie Vallée de la Roya – Pointe Marguareis – le plus haut sommet septentrional de France - à partir de 70 € - 8 places
- Sam 04-Dim 05 juillet 2020 -WE Bivouac– Lac des Sagnes -Haute Ubaye - Le Mourre Haut et le Bonnet Carré - à partir de 70 € - 8places
- 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 – 6 places**
- Sam 12-Dim 13 Septembre 2020 – WE vallée des merveilles – Gravures rupestres - à partir de 110 € - arrhes -33 €/pers
- Sam 26 –Dim 27 Septembre 2020 – WE en Yourte Mongole. Instant authentique et magique-Haut Var - à partir de 120 € - arrhes -36 €/pers – 10 places.
- 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 jusqu'à 20 % moins cher qu'ailleurs. Réservez vite. Tous les WE sont limités à 12 en refuge et 8 en bivouac pour plus de confort. Tarif famille nous consulter. Inscriptions en ligne ouvertes.

A partir de mai :1 séjour effectué ou achat de 8 randonnées = une gourde thermos Terres d'émotions offerte (dans la limite d'une par personne)

3 séjours Terres d'émotions effectués en 2020 = le 4 eme à 10% de réduction (WE d'une nuit et deux jours uniquement).*

Terres d'émotions organise les bivouacs (avec ou sans tente ou refuge) selon vos envies sur demande à partir de 2 personnes. Comparez les tarifs / Demandez-nous un devis gratuit.



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 en partenariat avec www.energies-mieuxetre.com basé à Carros vous propose des tarifs -20 %. Nous contacter*

Renseignements secrétariat Yohann au 06 61 46 27 80 / courriel: 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

***Covoiturage à partir d'Antibes si chauffeur disponible *Tarifs à partir de 18.8 € voir tarifs sur www.terresdemotions.fr**