

Circuit cols de la Roche Trouée et de Gialorgues

période	durée	déniv.	difficultés	intérêt
Juillet à octobre	7h30 ou 6h30 avec navette voiture	1050m Ou 770 avec navette voiture	Randonneur aguerri, partie en hors sentier	Boucle permettant de parcourir 2 majestueux vallons et de passer à plusieurs lacs

Alt max : 2580 / min 1700m

Sans navette voiture : départ et arrivée du Gîte Ferran, hameau les Louiqs, alt 1700m

Montée 1: 880m / descente 1 : 230m / montée 2 : 170m / descente 2 : 820m

Avec navette voiture : Départ du virage de Sanguinière, alt 1980m, arrivée au gîte Ferran

Montée 1: 600m / descente 1 : 230m / montée 2 : 170m / descente 2 : 820m

Prendre le chemin en direction plateau d'Estenc. Passer le lac, et traverser le champ Pra Long. Continuer direction Sanguinières.

Après avoir passé ces cabanes, prendre la passerelle à droite, indication Roche Trouée. Le chemin s'élève dans un sous-bois clair de mélèzes, qui laisse ensuite place aux formations minérales. Vous passez au pied de la Côte de l'Âne, avec vu sur le col de la Roche Trouée, en rochers très découpés.

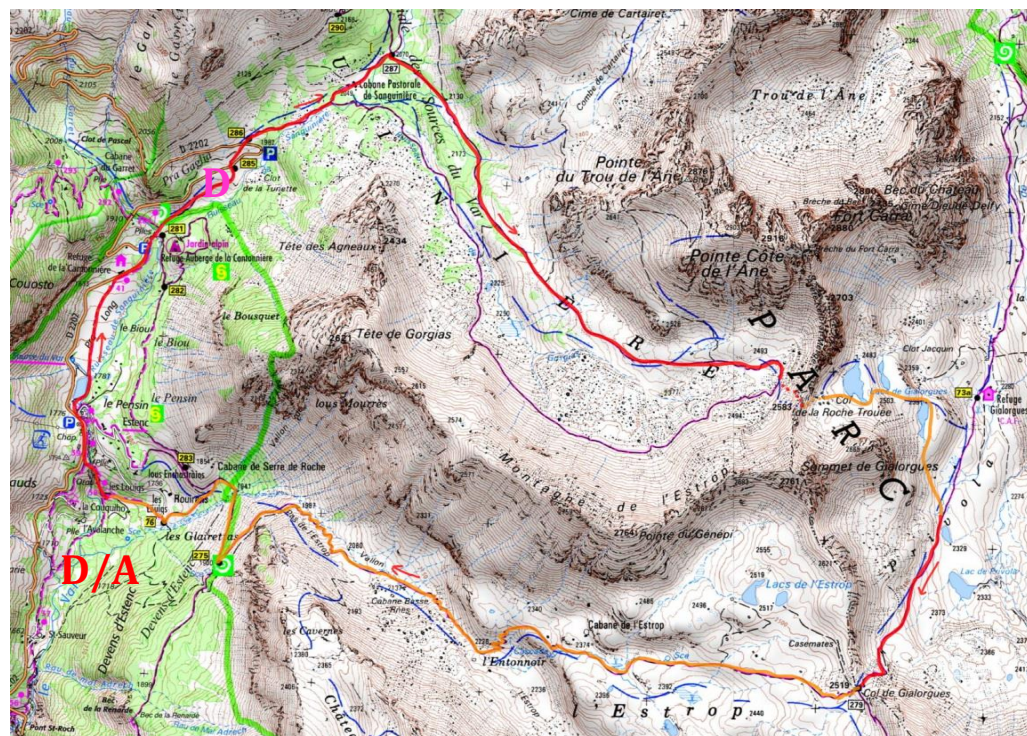
Au bout du cirque, quitter le sentier et suivre les cairns qui mènent au col. Passage hors sentier dans des gros blocs.

Au col, admirer la vue sur les lacs de Gialorgues, avant d'entamer la descente vers ceux-ci, toujours en hors sentier, mais moins de blocs.

Après le deuxième lac, tenir la droite, et descendre pour rejoindre le sentier qui mène au col de Gialorgues vers la droite.

Depuis le col, redescente très progressive dans le haut et large vallon de l'Estrop. Après le Pas de l'Estrop, où vous traverserez quelques arbres, vous arrivez dans une grande pente avec une vue dominante sur Estenc. Suivre les indications Les Louiqs.

Variante : Possibilité de scinder en 2 jours en dormant au refuge non gardé de Gialorgues. Ce refuge appartient au club alpin français de Nice, faire la réservation sur leur site.



IGN 3540 ET haute vallée du Var

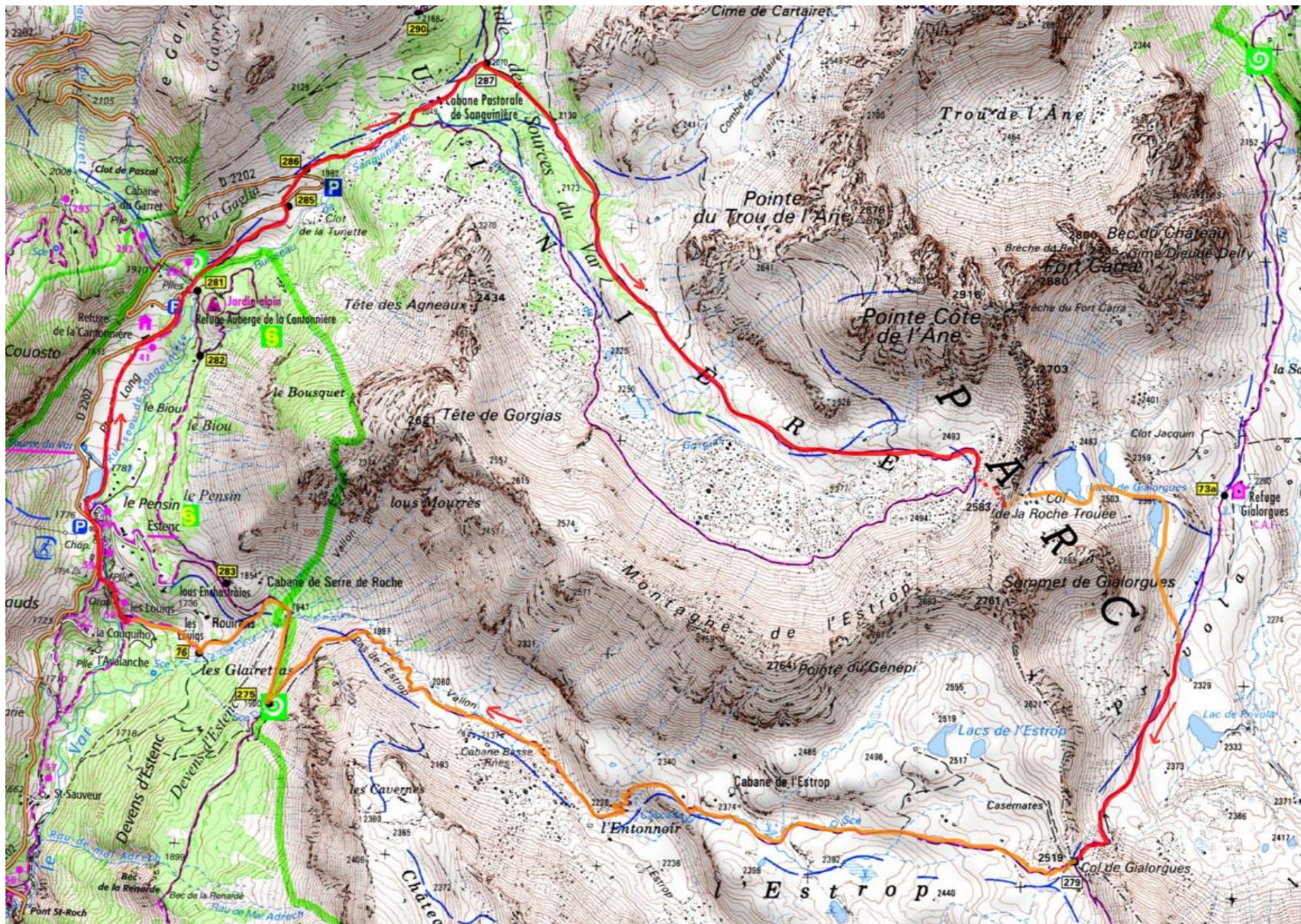
GITE FERRAN. Estenc - Mercantour

Gîte Ferran à la Ferme les Louiqs : Gîte d'étape et chambres d'hôtes

Plus de topos, d'infos ou réservation :

giteferran.com **0033 4 93 05 54 22**





IGN 3540 ET haute vallée du Var

GITE FERRAN, Estenc - Mercantour
Gîte Ferran à la Ferme les Louiqs : Gîte d'étape et chambres d'hôtes
 Plus de topos, d'infos ou réservation :
giteferran.com 0033 4 93 05 54 22