DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES 06

Les Alpes-Maritimes à Vélo !

Vélo de route

+ 16 ans

360 km

9 200 m

5 jours

TOPOGUIDE ITINÉRANCE N° 1

LE GRAND TOUR ALPI MARITTIME-MERCANTOUR

L'itinéraire présenté est mythique.

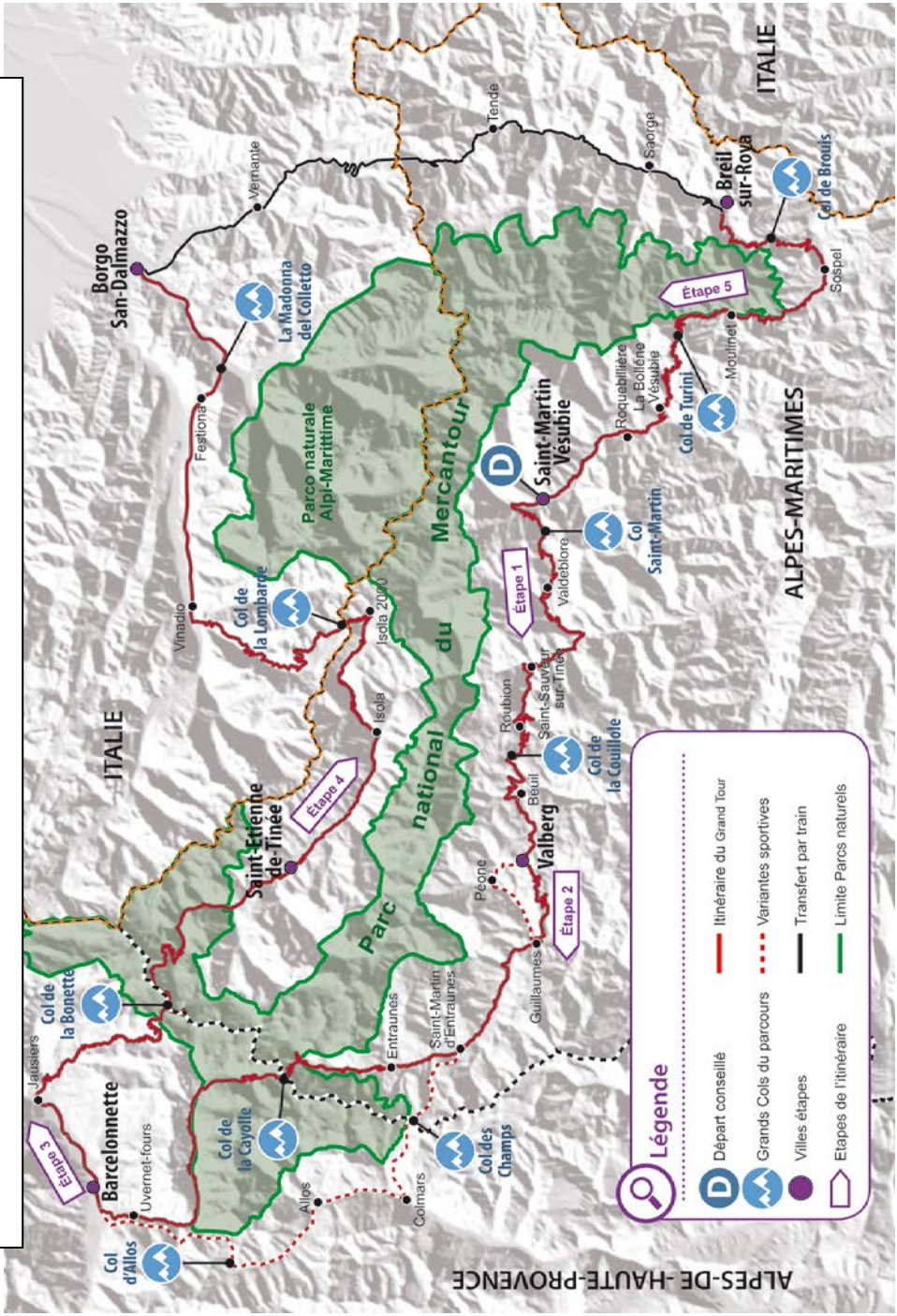
Avec près de 360 kilomètres, le Grand Tour Alpi Marittime-Mercantour emmène le cycliste sur les traces du Tour de France et de son homologue italien, le Giro.

Exigeant par sa longueur, ce parcours l'est aussi par son altitude. En effet, une grande partie de l'itinéraire se déroule au dessus de 2000 mètres avec un point culminant, à 2802 m, au col de la Bonnette, la plus haute route goudronnée d'Europe.

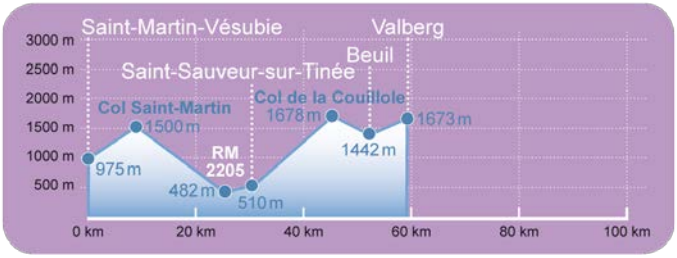
Exceptionnelle par sa diversité d'altitude et de paysages, cette itinérance vous conduit des garrigues méditerranéennes aux forêts de mélèzes et « déserts » d'altitude du cœur du Parc national du Mercantour.

Panoramas à 360°, névés éternels, ambiance et chaleur des villages de montagne, le Grand Tour Alpi Marittime-Mercantour vous invite de Juin à Septembre à un plein d'oxygène, de soleil et d'émotions.

CIRCUIT DU GRAND TOUR ALPI MARITTIME MERCANTOUR



Étape 1 : Saint-Martin-Vésubie – Valberg



Vallées de la Vésubie, de la Tinée et du Cians

58,6 kilomètres

2 cols au programme
Le Col Saint-Martin 1500 m
Le Col de la Couillole 1678m

Le fil de l'étape

Saint-Martin-Vésubie : Km 0

Dans Saint-Martin, prendre la RM94 en direction de la Madone des Fenestres. Au premier lacet, continuer tout droit pendant 1,5km, puis prendre à gauche la RM89 sur 100 mètres avant de grimper vers La Colmiane par la RM2565. La route s'élève franchement sur 5 kilomètres pour franchir le Col St-Martin (1500 m).

Col Saint-Martin – La Colmiane : Km 8,5

On débute alors une longue descente de près de 13 kilomètres pendant laquelle on traverse le Val-de-Blore et ses petits villages (Saint-Dalmas, La Bolline et la Roche) avant de plonger dans l'étroite vallée de la Tinée. A l'intersection avec celle-ci, prendre à droite la RM2205 pour remonter en direction de Saint-Sauveur-sur-Tinée. On rentre alors dans le passage étroit et sinueux dit « des roches rouges », une pélite vieille de 250 millions d'année dont la couleur rouge est due à l'oxydation du fer.

A ne pas manquer :

- Les villages du Val-de-Blore, Saint-Sauveur-sur-Tinée, Roure, Roubion, Beuil
- Alpha, le temps des loups
- Accrobranche, via ferrata, luge d'été à la Colmiane ; VTT à Roubion-les-Buisses
- L'ouvrage Maginot de Rimplas

Saint-Sauveur-sur-Tinée : Km 29,1

Passé cette section, se dresse le village de Saint-Sauveur-sur-Tinée. A sa sortie, il faut prendre à gauche la RM30 en direction de Roubion/Valberg. C'est alors le début de l'ascension du Col de la Couillole, et il ne s'agit pas de le prendre à la légère. Certes son altitude est modeste mais c'est un morceau coriace à 7,4% de moyenne. Dès le début, l'ascension est très belle au milieu des noisetiers, et on passe à proximité des villages perchés de Roure et de Roubion bien visible sur son éperon rocheux. Les conifères s'imposent ensuite et, après le passage devant la station de ski des Buisses, on atteint rapidement le col à 1678m.

Col de la Couillole : Km 44,9

Une descente assez rapide sur une route large permet d'atteindre rapidement le village de Beuil. C'est là, après un virage à droite sur la RD28 que débute la dernière ascension de 5 km vers la station de Valberg. C'est la fin d'une première journée qui annonce parfaitement la couleur des jours à venir.

Arrivée à Valberg : Km 58,6

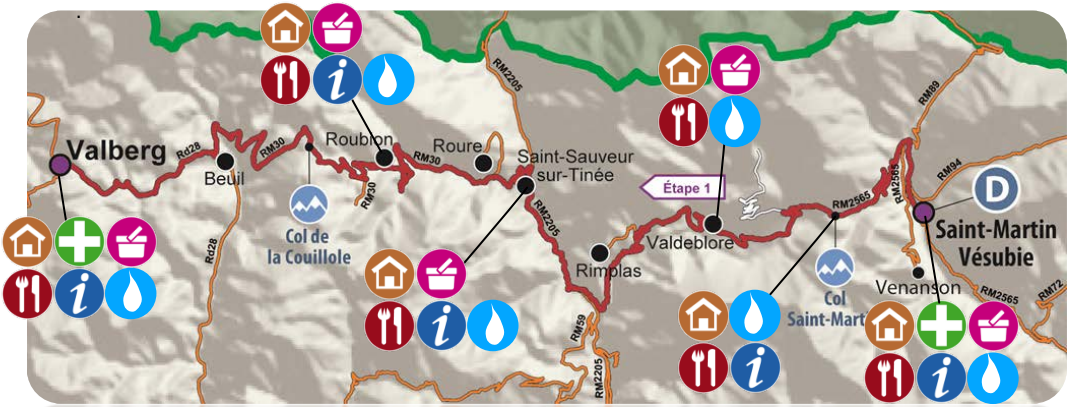
Les cols de l'étape

Le Col Saint-Martin 1500m

Le Col Saint-Martin relie la Vallée de la Tinée à celle de la Vésubie en traversant le plateau du Val-de-Blore. La route fut construite en 1930 et rapidement suivie, en 1931, par la naissance de la station de La Colmiane située au niveau même du col. Le col a vu le Tour de France le franchir à deux reprises en 1973 et en 1975. Lors du premier passage, c'est par son versant Tinée que le col fût franchi lors d'une étape reliant Embrun à Nice. En 1975, c'est par l'autre versant que le Tour traversa La Colmiane, lors de l'étape mythique Nice – Pra Loup. Par le côté Vésubie, l'ascension du col est relativement courte avec 8 kilomètres d'ascension et une moyenne de 6,5%.

Le Col de la Couillole 1678m

L'ascension de ce col a été rendu célèbre par le Rallye Monte-Carlo. Son versant Tinée, avec ses nombreuses épingles se prête effectivement bien à ce sport. Cette route qui relie la vallée de la Tinée à celle du Cians a été inaugurée le 26 mai 1965. Très prisée des cyclistes, elle a vu le passage du Tour par deux fois : en 1973 mais par son côté le plus facile (étape Embrun – Nice) et en 1975 lors de l'étape Nice – Pra Loup. Son ascension est assez difficile avec une pente moyenne assez rude de 7,4% et quelques passages au-dessus de 9% pour une distance de 16 kilomètres.



N° utile de l'étape

OT Saint-Martin-Vésubie : 04.93.03.21.28
OT La Colmiane : 04.93.23.25.9
OT Saint-Sauveur-sur-Tinée : 04.93.05.47.58
OT Roubion : 04.93.02.10.30 ou 06.08.99.12.43
OT Valberg : 04.93.23.24.25

Légende

- Hébergement
- Pharmacie
- Restaurant
- Alimentation
- Office de tourisme
- Point d'eau

Étape 2 : Valberg – Barcelonnette

Vallées du Var et de l'Ubaye (variante par la vallée du Verdon)

75,3 kilomètres

1 col au programme
Le Col de la Cayolle 2326 m

Le fil de l'étape

Valberg : Km 0

Au départ de Valberg, rejoindre le col du même nom par la RD28 avant de basculer sur la vallée du Var par une très belle et bonne route au revêtement impeccable. La descente se veut rapide pendant 13 kilomètres où l'on rejoint Guillaumes pour tourner à droite sur la RD2202 et remonter la vallée en direction d'Entraunes.

Variante par Péone : RD29
De Valberg, prendre la direction Péone, puis rejoindre l'itinéraire principal à Guillaumes

Vallée du Var : Km 13,3

Sur une dizaine de kilomètres, on emprunte alors un itinéraire très roulant, en léger faux plat montant. La route traverse le village de Villeneuve d'Entraunes avant d'arriver à Saint-Martin d'Entraunes, point de départ de l'ascension. La largeur de la route se rétrécie quelque peu après Saint-Martin d'Entraunes mais la pente reste assez douce avec une moyenne de 3,3% jusqu'à Entraunes. C'est à la sortie du village, en direction d'Estenc que les choses sérieuses commencent véritablement. Un passage à 9% met très vite dans le bain avant de s'élever avec une moyenne de 8% sur 3 kilomètres. Un petit répit après le pont de Garibaldi (5%) et c'est une moyenne de 7% jusqu'au hameau d'Estenc sur une route au revêtement toujours très appréciable. D'Estenc, c'est la dernière ligne droite avant le col avec 6 kilomètres soutenus à 7,5% de moyenne et deux très courts passages au-dessus de 10%.

Col de la Cayolle : Km 45,8

On bascule alors dans le versant Ubaye sur la RD902 où la fraîcheur de l'ubac se fait très vite ressentir. Une descente très rapide permet de comprendre aisément la difficulté de l'ascension du Col de la Cayolle par ce versant. On passe à proximité du hameau de Bayasse, à la confluence des trois bassins versants que sont le Var, la Tinée et l'Ubaye. Quinze kilomètres plus bas, on rejoint le village d'Uvernet Fours qui annonce la jonction imminente avec la vallée de l'Ubaye et 3 kilomètres plus loin, la ville de Barcelonnette.

Variante par le Col d'Allos : RD78 ;RD2 ;RD908
A Saint-Martin-d'Entraunes, prendre le Col des Champs direction Colmars, puis attaquer l'ascension du Col d'Allos, direction Allos/Pra-Loup, Barcelonnette.

Arrivée à Barcelonnette : Km 75,3

Les cols de l'étape

Le Col de la Cayolle 2326m

Le Col de la Cayolle, au départ de Saint-Martin d'Entraunes, représente 20,5 kilomètres d'ascension à 6,3% de moyenne. Important axe de communication entre les vallées du Var et de l'Ubaye, la Col de la Cayolle est très prisé des touristes en voiture, en moto, ou en vélo. Tout comme le Col des Champs, la Cayolle est situé sur l'ancienne frontière qui séparait la France du Royaume de Piémont-Sardaigne avant 1860. Cette frontière est matérialisée par d'anciennes bornes frontières et utilisait largement le fleuve Var, l'Estéron, le Riolan ainsi que la crête faîtière entre Verdon et Var comme frontières naturelles. C'est donc une véritable marche de l'histoire que de gravir ces cols aujourd'hui.

Le Tour de France y est passé à trois reprises, en 1950 lors de l'étape Nice – Gap (passage en tête du français Jean Robic), en 1955 lors de l'étape Briançon – Nice (le célèbre luxembourgeois Charly Gaul y passa le premier) et en 1973 entre Embrun et Nice qui vit le passage en tête de l'espagnol Vicente Lopez-Carri.

Le Col des champs 2045m

Long de 16 km pour une pente moyenne de 6,5 %, le Col des Champs permet de relier la vallée du Var à celle du Verdon. Jusqu'en 1860, le col était la frontière entre la France et le royaume de Piémont-Sardaigne auquel était rattaché le Comté de Nice. Une borne témoigne encore, au sommet, d'une histoire mouvementée, qui a vu bouger les frontières au gré des différents traités.

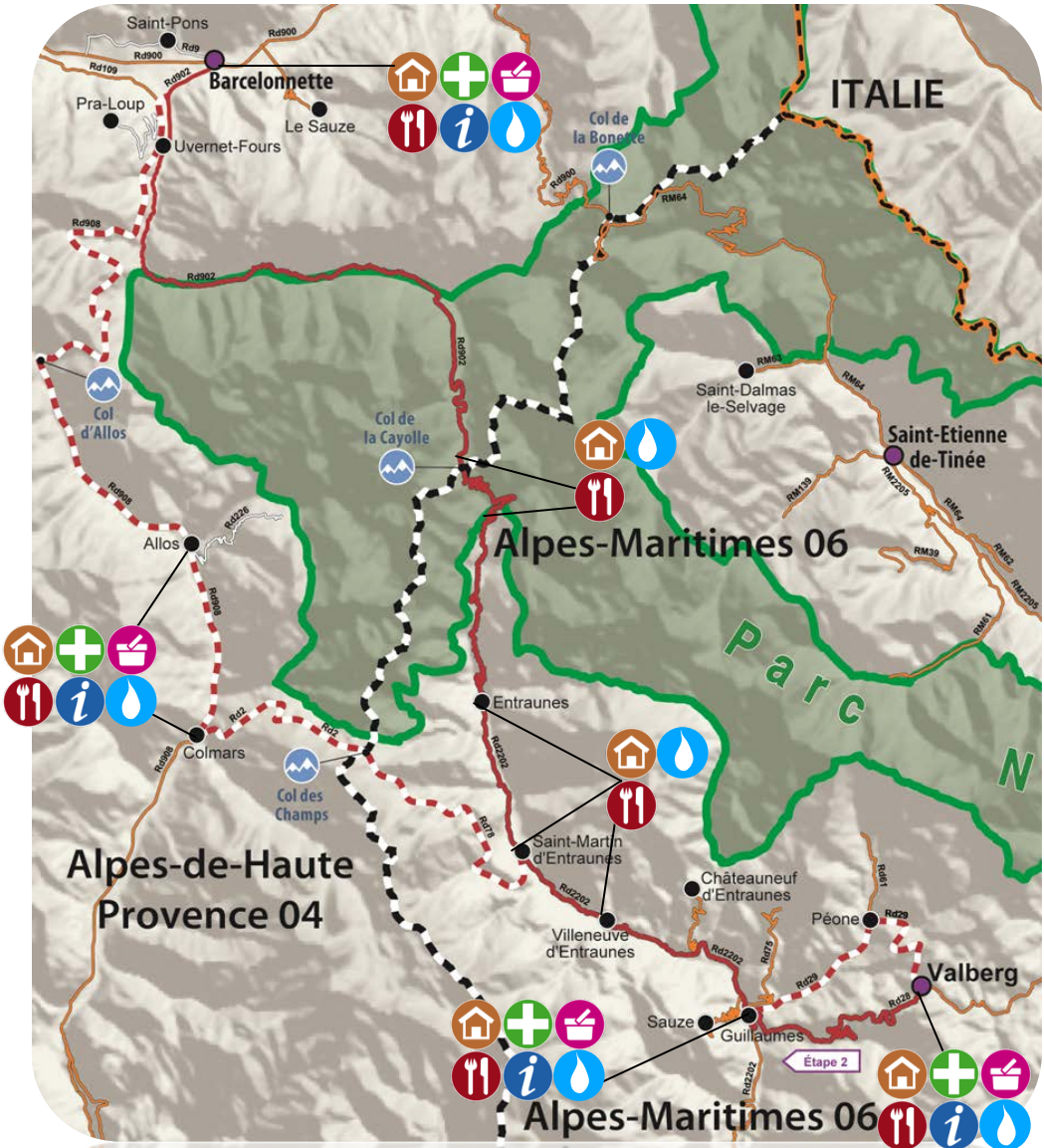
Le Col des Champs n'a vu passer le Tour qu'une seule et unique fois….mais quelle étape ! Le 13 juillet 1975 lors de l'étape Nice – Pra Loup. Bernard Thévenet y tenta deux attaques mais Eddy Merckx bien entouré par ses coéquipiers, Edward Janssens et Jos Deschoenmaecker, parvint à recoller à chaque fois avant de virer en tête au passage du sommet.

Le Col d'Allos 2247m

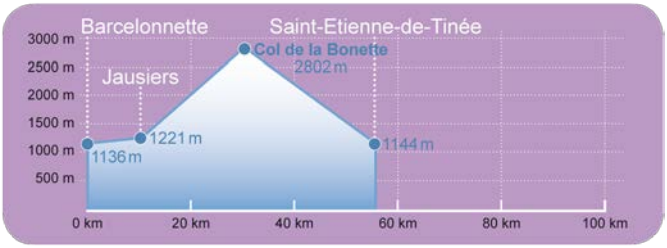
Le Col d'Allos est un classique du Tour avec pas moins de 33 passages. Son ascension depuis Colmars est moyennement difficile avec 23,5 kilomètres pour une pente moyenne de 4,5%. En 1975, c'est une nouvelle fois Eddy Merckx qui passe en tête avant d'être rejoint dans la montée vers Pra Loup par Bernard Thévenet, futur vainqueur de l'étape et de l'édition.

N° utile de l'étape

OT Guillaumes : 04.93.05.57.76
OT Val d'Entraunes : 04.93.05.51.26
OT Pra-Loup : 04.92.84.10.04
OT Barcelonnette : 04.92.81.04.71


Saint-Pons
Rd9
Rd900
Rd109
Rd902
Barcelonnette
Pra-Loup
Le Sauze
Uvernet-Fours
ITALIE
Col de la Bonette
Rd890
RM64
Rd908
Rd902
Rd902
Col d'Allos
Col de la Cayolle
Saint-Dalmas le-Selvage
RM62
RM64
Saint-Etienne de-Tinée
RM2205
RM139
RM64
RM39
RM62
RM2205
RM61
Alpes-Maritimes 06
Rd908
Rd226
Allos
Rd908
Parc N
Rd2
Rd2
Colmars
Rd908
Entraunes
Rd2202
Col des Champs
Rd78
Saint-Martin d'Entraunes
Alpes-de-Haute Provence 04
Châteauneuf d'Entraunes
Rd2202
Villeneuve d'Entraunes
Rd2202
Rd78
Rd61
Péone
Rd29
Rd29
Rd28
Valberg
Sauze
Guillaumes
Étape 2
Rd2202
Alpes-Maritimes 06

Étape 3 : Barcelonnette – Saint-Etienne-de-Tinée



Vallées de l'Ubaye et de la Tinée

55,6 kilomètres

1 col au programme
Le Col de la Bonette 2802 m

Le fil de l'étape

Barcelonnette : Km 0

A la sortie de Barcelonnette, suivre durant 9 kilomètres la RD900 pour un tronçon quasi plat, sur une route large et roulante. Il faut en profiter car tout de suite après Jausiers, les difficultés commencent sérieusement.

Jausiers : Km 9

Tourner à droite en direction de Nice, pour un petit kilomètre à 3% puis une moyenne de 6,5% sur les 5 kilomètres suivants. La route s'élève alors au milieu des feuillus sur un revêtement assez granuleux et pénible. On arrive à la Chanalette où s'annoncent des pentes plus soutenues autour de 7,5% sur 6 km. Quelques très courts passages permettent de délayer un peu les jambes, il faut en profiter. En effet, le passage suivant de la cabane noire est un des plus durs de l'ascension avec 8,5% de moyenne sur 3 kilomètres et des passages à plus 10%. Juste avant d'arriver au lac, un petit moment de répit permet de se préparer à la dernière partie de l'ascension. Trois kilomètres à 8% jusqu'aux casernes de Restefond avant que la pente ne s'assagisse quelque peu autour des 5% jusqu'au Col de la Bonette. De là, il reste encore 800 mètres pour terminer la montée jusqu'à la Cime. Avec une pente de 13%, une altitude de 2800 mètres, et après 25 Km d'ascension, ce seront surement les 800 mètres les plus durs de ce Grand Tour !

Col de la Bonette : Km 31

La cime de la Bonette enfin franchie, c'est un bonheur que de se laisser tranquillement glisser par la RM64 sur le bitume tout neuf du versant Alpes-Maritimes : sensations garanties en direction de la vallée de la Tinée. A l'intersection avec Saint-Dalmas-le-Selvage, on prend alors à gauche la RM2205 en direction de Saint-Etienne-de-Tinée que l'on rejoint 5 kilomètres plus tard, pour un repos bien mérité.

Arrivée à Saint-Etienne-de-Tinée : Km 55,6

A ne pas manquer :

- Les villages de Jausiers et Saint-Etienne-de-Tinée
- Les hameaux pittoresques d'altitude
- La montée à la Cime de la Bonette
- Les vestiges militaires du Camp des Fourches
- Le Parc national du Mercantour

N° utile de l'étape
OT Jausiers : 04.92.81.21.45
OT Auron : 04.93.23.02.66
OT Saint-Etienne-de-Tinée : 04.93.02.41.96

Les cols de l'étape

Le Col de la Bonette, 2802m

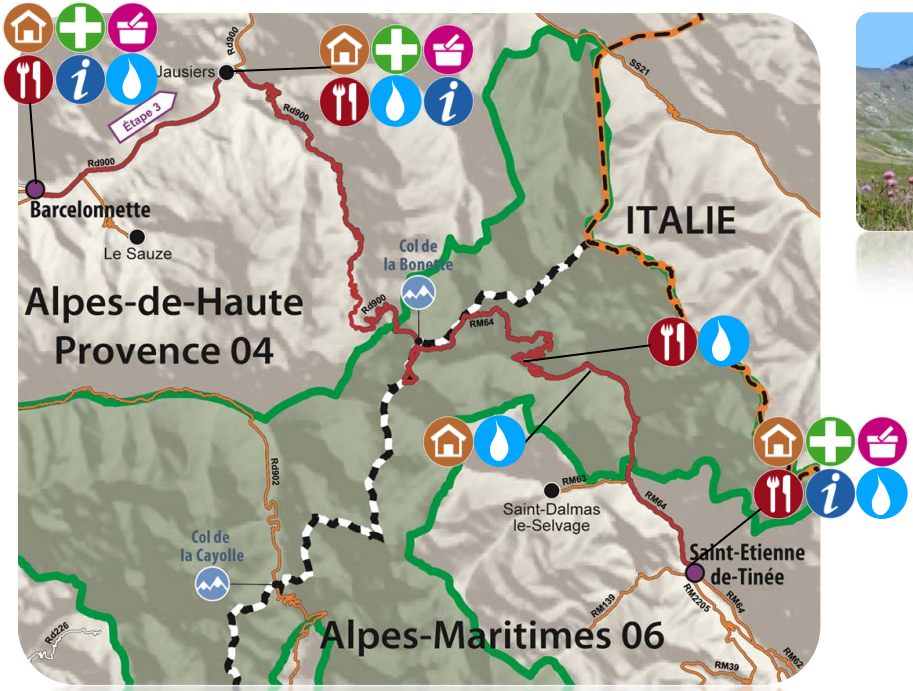
Col incontournable de ce Grand Tour Alpi Marittime-Mercantour, le col de la Bonette (24 kilomètres, 6,6% de moyenne) n'est autre que le plus haut passage de la boucle, mais également le toit de l'Europe en matière de route goudronnée. Du haut de ses 2802 mètres, il propose un véritable paysage lunaire.

Au départ simple sentier muletier, il devint un axe stratégique entre le Pays niçois et la vallée de l'Ubaye. Des travaux d'élargissement sont entrepris en 1832 avant d'être classée route impériale par Napoléon III en 1860. Cependant, elle ne prendra son aspect actuel et ne sera inaugurée qu'en 1961.

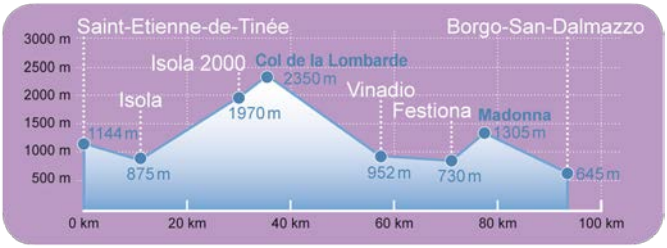
Le Col de la Bonette est également le témoin d'un passé militaire tourmenté, en particulier depuis 1860. Les ouvrages militaires que l'on distingue tout au long de la frontière étaient intégrés au dispositif de ligne Maginot, dont on trouve des vestiges jusqu'au Col de Tende. Le principal ouvrage de cette période, le Camp des Fourches, dans la descente vers Saint-Etienne-de-Tinée, est construit entre 1896 et 1910. Il est occupé jusqu'à la fin de la seconde guerre mondiale où des combats se déroulèrent entre Italiens et Français en 1940, puis entre Allemands et Français en 1944.

Le Col de la Bonette a également la particularité d'être situé en plein cœur du Parc national du Mercantour. De ce fait, la règlementation du Parc s'applique pleinement sur tout l'itinéraire. Ce sera également l'occasion de voir, au détour d'une épingle, une marmotte traverser la route ou un chamois en amont qui observe de façon dubitative le bal des véhicules sur cette route improbable.

Le Tour de France y est passé à quatre reprises en 1962 et 1964 avec les passages en tête de Federico Bahamontès, en 1993 avec le passage en tête de Robert Millard et une arrivée à Isola 2000, et enfin en 2008 avec une arrivée à Jausiers.



Étape 4 : Saint-Etienne-de-Tinée – Borgo San Dalmazzo – Breil-sur-Roya (en train)



Vallée de la Tinée, Val Stura et Val Gesso

93,8 kilomètres

2 cols au programme
Le Col de la Lombarde 2350 m
Madona del Colletto 1305 m

Le fil de l'étape

Saint-Etienne-de-Tinée : Km 0

Depuis Saint-Etienne-de-Tinée, suivre la RM2205 en direction de Nice, jusqu'à Isola. Après une courte montée jusqu'au rond-point de Saint-Maur, la route est très large et en légère descente sur 12 km. A la sortie du village d'Isola, prendre à gauche au rond-point en direction d'Isola 2000 par la RM97.

Isola : Km 14,4

21 kilomètres à 6,9% de moyenne, soit un nouveau colosse ! La première partie de l'ascension est la plus rude avec des pourcentages tout de suite très importants (9,3% de moyenne sur les trois premiers kilomètres). La route s'élève vraiment très vite dans le vallon de Chastillon par une succession de lacets relevés. Une succession de paravalanches annonce une pente plus douce à 6% jusqu'au verrou glaciaire caractéristique. La vue est alors splendide sur le mont Mounier. Le répit arrive juste après le verrou où la pente se radoucit aux alentours de 4% avant de rejoindre la station d'Isola 2000 par 3 km à 6,5% de moyenne. Après le passage de la station, il reste alors 3 kilomètres jusqu'au col, sur une route de montagne un peu plus étroite à 6,3%. On est alors à une altitude de 2351 mètres pour basculer en Italie sur la SP255.

Col de la Lombarde : Km 35

La route est un peu plus étroite que sur le versant français et la déclivité plus irrégulière. Peu de pente en effet sur les premiers kilomètres de descente, mais après le passage de l'embranchement de Santa Anna di Vinadio, la descente se veut très rapide avec les premiers lacets. Quatre cents mètres d'une courte remontée à 5% et on plonge de plus belle vers la Stura. Peu avant d'arriver dans la vallée, on notera une succession de lacets vertigineux avec une pente à 13%. On traverse alors le village de Pratolungo, puis on arrive à l'embranchement avec la SS21. On tourne à droite et on rejoint Vinadio par un faux plat montant, 800m plus loin.

Vinadio : Km 57,2

A la sortie de Vinadio, prendre à droite la Via Goletta (SP337) en direction de Cuneo. Descendre la vallée toujours en rive droite jusqu'à Festiona en traversant les hameaux de Goletta, Forani et Perdioni. A Festiona débute l'ascension de la Madona Del Colletto. On peut la diviser en deux parties. La première alterne des passages très pentus (on note trois tronçons à plus de 12,5 % avant le Km 3) avec des passages plus faciles. La seconde, où la pente devient plus uniforme et ne présente plus de passages supérieurs à 10 % (à l'exception des 500 derniers mètres) sans offrir, pour autant, de véritables moments de récupération.

Madona del Colletto : Km 77,9

Au sanctuaire, une descente sinueuse et ultra rapide emmène le cycliste dans le Val Gesso

jusqu'au village de Valdieri. Descendez ensuite la vallée en direction de Cuneo sur 3,5 kilomètres, puis prenez à droite la SP108 vers Roaschia. Franchissez le Gesso, puis immédiatement après, tournez à gauche vers Roccavione où la SP108 deviendra SS20 jusqu'à Borgo.

Arrivée à Borgo San Dalmazzo : Km 93,8

Les cols de l'étape

Le Col de la Lombarde, 2350m

Le Col de la Lombarde est le dernier né des cols routiers du département avec 21,5 kilomètres à 7% de moyenne.

Avant la signature du traité de Paris en 1947, le col était situé entièrement en territoire italien. Dénommé alors Col de la Brasca, il servait de point de passage pour le ravitaillement des blocs de défense situés sur la crête Mercière/Roubines, au-dessus de Mollières. Les italiens avaient alors construit un accès jusqu'au sommet mais n'avaient pas poursuivi la construction dans le vallon de Chastillon pour des raisons stratégiques. La question d'une liaison France/Italie fut soulevée dès la fin de la Guerre et réalisée en 1967. Il ne s'agissait alors que d'une étroite route où il était très difficile de se croiser. C'est la création de la station d'Isola 2000 et de sa route d'accès en 1971 qui débloquera la situation. Les italiens ayant rénové leur versant, les 3,5 kilomètres qui séparent la station du col furent enrobés en 1975 sur une largeur de 4 mètres. Là encore, le secteur garde les stigmates d'une histoire tourmentée. Blockhaus et barbelés témoignent des combats de l'année 1943, et le Col de la Lombarde reste un symbole de la fluctuation des frontières. Son tracé actuel n'a pas été une mince affaire, puisque l'itinéraire au départ de Saint-Martin-Vésubie par les Cols de Salèse et Mercière était également pressenti. Si l'accès par le vallon de Chastillon fut retenu, il se fit au prix de travaux très onéreux, notamment pour la sécurisation d'un secteur très avalancheux. Il ne restait alors plus qu'à connecter Isola 2000 au Col de la Lombarde.

La Lombarde voit passer le Tour de France pour la première fois en 2008 lors de l'étape qui relie Cuneo à Jausiers. Néanmoins, le vallon de Chastillon avait déjà accueilli le Tour en 1993 pour une arrivée à Isola 2000 qui a vu la victoire du suisse Tony Rominger au sprint, juste devant Miguel Indurain.

La Madona del Colletto, 1305m

Peu connue en France, la Madona del Colletto est une ascension très prisée en Italie. Passage incontournable du Giro, cette ascension est réputée pour ses pourcentages extrêmes, surtout dans la montée par Valdieri. Le versant qui nous intéresse par Festiona reste tout de même un gros morceau. Moins de 7km certes, mais à 8,3% de moyenne avec plusieurs passages à 10%, surtout dans le dernier kilomètre. L'altitude modeste du col à 1305 mètres permet une meilleure oxygénation qu'en haute montagne, mais après avoir effectué l'ascension du Col de la Lombarde, il ne faudra pas sous-estimer sa difficulté.

N° utile de l'étape
OT Isola/Isola 2000 : 04.92.23.15.15
OT Vinadio : 0039.334.1628914
OT Borgo San Dalmazzo : 0039.0171.266080

A ne pas manquer :
- Les villages de Saint-Etienne-de-Tinée, Isola, Vinadio et Valdieri
- Les activités estivales d'Auron et d'Isola (VTT, accrobranche, piscines…)
- La cascade de Louch, sa passerelle et sa descente
- Les vestiges militaires du Col de la Lombarde
- Le sanctuaire de Santa-Anna di Vinadio

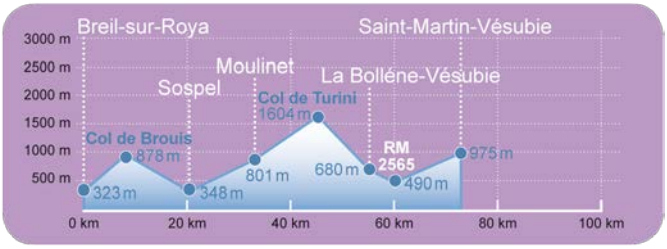
La ligne de chemin de fer : Nice – Cuneo

A Borgo San Dalmazzo, un peu de repos attend les cyclistes avec l'occasion de prendre le train en direction de Breil-sur-Roya. C'est l'occasion de faire un petit arrêt sur ce point de patrimoine indissociable de la région. Cette ligne possède une histoire mouvementée puisqu'à l'heure actuelle, malgré un début des travaux en 1883, la période de construction de la ligne est plus longue que sa durée d'exploitation. En effet, ralentis par la Grande Guerre, les travaux ne s'achèvent qu'à la fin des années 20 pour une mise en service le 30 octobre 1928. A lui seul, le percement du tunnel de Tende, d'une longueur de 8099 mètres et à plus de 1000 mètres d'altitude pris près de 10 années entre 1889 et 1898. Malheureusement, après seulement 12 années de service, la Seconde Guerre mondiale éclate ce qui entraîne plusieurs campagnes de destruction des ouvrages d'art. La plus importante eut lieu lors de la retraite des Allemands en 1945. En l'espace de cinq ans, le viaduc de Saorge fut détruit à trois reprises. Après l'armistice, des parties seulement de la ligne furent remises en service, comme le tronçon Nice – Sospel ou le tronçon Cuneo – Viévola. Nouveau chamboulement en 1947 avec la signature du Traité de Paris qui déplace la ligne frontalière et donne à la France la province « Viévola, Tende, La Brigue ». De ce fait, le tronçon Limone – Viévola est alors suspendu à l'exploitation commerciale. Elle ne reprendra qu'en 1979 après 7 ans de travaux de remise en état, financés par l'Italie au titre des dommages de guerre.

Il est à noter que cette ligne en cache en réalité une seconde. En effet, à Breil-sur-Roya, il est possible de poursuivre en Italie jusqu'à Vintimille, ou alors d'aller vers Nice via Sospel et la vallée des Paillons.

On note qu'il y a 1 train au départ de Borgo San Dalmazzo à 14h23, tous les jours, pour Breil-sur-Roya.

Étape 5 : Breil-sur-Roya – Saint-Martin-Vésubie



Vallée de la Roya, de la Bévéra et de la Vésubie

72,9 kilomètres

2 cols au programme
Le Col de Brouis 878 m
Le Col du Turini 1604 m

Le fil de l'étape

Breil-sur-Roya : Km 0

Au départ de Breil, remonter un court instant la RD6204 vers Tende jusqu'à passer devant la gare SNCF. Peu après, prendre la RD2204 à gauche en direction de Sospel, on est alors au pied de la première difficulté de la journée, le Col de Brouis. Il n'est pas très long, 10 kilomètres, et n'a pas de pourcentages extrêmes, mais sa pente est régulière en restant soutenue autour de 6%. La route s'élève progressivement par deux lacets au dessus du hameau de la Giandola. On domine alors le vallon de la Maglia, considéré par beaucoup comme le plus beau canyon de France. On est alors dans des pourcentages à 6% jusqu'au hameau d'Agandon. De là, un petit kilomètre un peu plus coriace à presque 9% de moyenne vous emmène vers le faux plat montant final de la montée et le basculement dans la vallée de la Bévéra en direction de Sospel.

Sospel : Km 20,5

Les difficultés sont alors loin d'être finies puisque le plus gros morceau de la journée, le Col du Turini, débute dès la sortie du village. Suivre la RD2566, rien de très dur au début, il faut en profiter sur les 3 premiers kilomètres. La route est plate et roulante au milieu des noisetiers. Commence alors la première partie de l'ascension vers Moulinet, environ 6 km à 5,2% avant 3 km de répit jusqu'au village qu'il faudra exploiter au mieux en vue de la seconde partie de la montée. Juste après Moulinet, les pourcentages s'envolent avec 10 kilomètres soutenus à 8%, et ce, jusqu'au col à 1607 mètres d'altitude.

Col du Turini : Km 45,2

Ambiance féérique, à quelques 40 kilomètres de Nice, à la frontière sud du Parc national du Mercantour où épicéas et sapins dominent un cadre frais, loin des canicules du bord de mer. Commence alors la dernière descente de ce long périple sur la RM70, en direction de la vallée de la Vésubie. Cette longue descente de 15 kilomètres donne une impression particulière de vertige avec ses nombreux lacets à flanc de montagne, dominant le vallon de La Bollène. Attention aux trajectoires toutefois, car la descente est véritablement rapide et technique avec à certains endroits, des parapets de pierre pour stopper une chute. Peu avant d'arriver à La Bollène-Vésubie, une succession de lacets à 9% donnera aux cyclistes les dernières sensations fortes avant de rejoindre la vallée.

Vallée de la Vésubie : Km 60,5

On tourne alors à droite en direction de Saint-Martin-Vésubie sur la RM2565. On débute ensuite une longue remontée de la vallée sur 12,5 kilomètres et des pourcentages n'excédant pas 4%, le tout sur une excellente départementale. On rejoint alors le point de départ de ce Grand Tour.

.Arrivée à Saint-Martin-Vésubie : Km 72,9

Les cols de l'étape

Le Col de Brouis, 878m

L'ascension du Col de Brouis depuis Breil-sur-Roya vous réserve des difficultés modérées avec 10,2 kilomètres à 5,6 % de moyenne.

Il s'agit d'un itinéraire ancestral, celui de la Voie Royale qui reliait (et relie toujours) la Méditerranée et Nice à la capitale du Piémont, Turin. On connaît également ce trajet sous le nom de « Route du sel » dont une branche passait aussi par la vallée de la Vésubie et le Col de Fenestres. Vintimille servait également de point de départ, les deux routes se rejoignaient à Breil-sur-Roya, comme les deux lignes de chemin de fer aujourd'hui. Après être passée par L'Escarène et le Col de Braus, cette route remontait la Roya pour traverser le Col de Tende à une moyenne de 10.000 mulets par an. Ce tracé était plus souvent privilégié, car il offrait l'avantage de passer des cols aux altitudes plus modestes alors qu'en Vésubie, le créneau de franchissement n'était que de deux ou trois mois à cause de l'enneigement.

Le Tour de France l'a franchi à seulement deux reprises, en 1952 lors de l'étape Sestrières – Monaco et en 1961 lors d'une étape qui reliait Turin à Juan-les-Pins.

Le Col du Turini, 1604m

C'est une longue montée qui attend les cyclistes : 24 kilomètres à 5,2% de moyenne (avec les 10 derniers kilomètres à 8% !).

Le col est célèbre mondialement par ses routes enneigées de janvier lors du Rallye Monte-Carlo. Dernière véritable difficulté de ce Grand Tour Alpi Marittime-Mercantour, l'ascension du Turini depuis Sospel emmène le grimpeur dans la fraîcheur du Haut Pays niçois, à quelques 40 kilomètres de la mer. Ce col permet de relier la vallée de la Bévéra à celle de la Vésubie, mais « le Turini » possède une place centrale avec deux versants supplémentaires : la vallée des Paillons par L'Escarène et Peïra-Cava mais aussi la Route de l'Authion et la pointe des trois Communes où subsistent de nombreux vestiges de la Seconde Guerre mondiale.

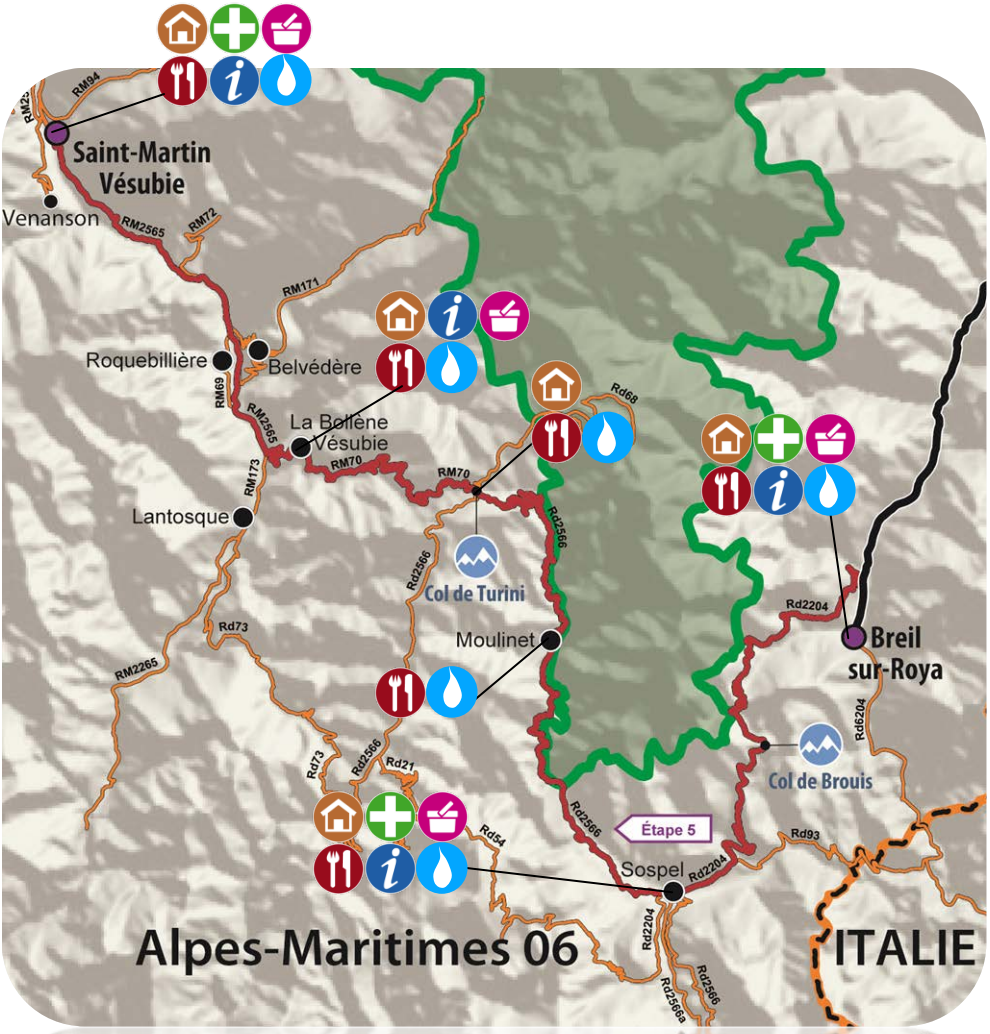
Il a vu passer le Tour de France à trois reprises, en 1948, lors de l'étape San Remo – Cannes avec le passage en tête de Louison Bobet, en 1950, lors d'une étape Menton – Nice et enfin en 1973, quand le peloton relia Embrun à Nice.

A ne pas manquer :

- La clue de la Maglia
- Le Col du Turini et l'Authion
- Les villages de Breil-sur-Roya, Sospel, Moulinet et la Bollène-Vésubie
- Le vieux Roquebillière et les bains de Berthemont

N° utile de l'étape

OT Breil-sur-Roya : 04.93.04.99.76
OT Sospel : 04.93.04.15.80
OT La Bollène-Vésubie : 04.93.03.60.54
OT Roquebillière : 04.93.03.51.60


Saint-Martin
Vésubie
Venanson
RM94
RM2565
RM72
RM171
Roquebillière
Belvédère
RM69
RM2565
La Bollène
Vésubie
RM70
RM173
Lantosque
RM70
Rd68
Rd2566
Rd2566
Col de Turini
Rd73
Moulinet
RM2565
Rd2204
Breil
sur-Roya
Rd6204
Col de Brouis
Rd73
Rd2566
Rd21
Rd54
Rd2566
Étape 5
Rd93
Sospel
Rd2204
Rd2204
Rd2566
Rd2566a
Alpes-Maritimes 06
ITALIE

Vous êtes dans un espace protégé

Le Parc national du Mercantour !

Préservez cet endroit exceptionnel

www.mercantour.eu – 04 93 16 78 88

Sécurité : bien s'équiper, bien s'informer

- Choix du circuit adapté
- Etat des vélos
- Trousse de réparation
- Météo
- Casque
- Boisson et nourriture
- Vêtements adaptés
- Respectez le code de la route

Les circuits proposés par « Les Alpes-Maritimes à Vélo » peuvent vous amener à emprunter des routes fréquentées.

Vous devez, à tout moment, faire preuve de la plus grande prudence !

Numéro d'urgence européen : 112

Pensez à prévenir votre entourage de votre randonnée

Les points accueil « Alpes-Maritimes à Vélo »

Il s'agit de professionnels du tourisme engagés dans une charte départementale d'accueil des visiteurs à vélo, qui mettent à votre disposition de l'information et des services adaptés à votre itinéraire.

En savoir plus : www.departement06.fr – rubrique Envie d'Alpes-Maritimes > Découverte touristique > Envie de balade à vélo > « Alpes-Maritimes à Vélo »

En savoir plus !

Retrouvez tous les itinéraires des « Alpes-Maritimes à Vélo »

Département des Alpes-Maritimes

www.departement06.fr

Sur les randonnées (pédestre, VTT, canyoning)

www.randoxygene.org

Sur les hébergements, activités, guides, etc.

Comité régional du Tourisme Riviera Côte d'Azur

www.cotedazur-tourisme.com

Pour les hébergements à Barcelonnette

www.barcelonnette.com

Itinéraire proposé en partenariat avec le comité départemental de cyclotourisme CODEP06

DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES

Crédits photos : Georges Veran CG06, Ronan Kerloch, Robert Palomba, Greg Germain G2Vision, Parc national du Mercantour