



13

LACS DE PRALS

Au départ de la route de la Madone de Fenestre (1 680 m)



Jouissant d'une juste notoriété, le circuit des lacs de Prals ou encore des "Cinq Lacs", comme on les nomme à Saint-Martin-Vésubie, permet de pénétrer au cœur du Mercantour tout en bénéficiant de sentiers agréables et faciles, à la portée de tout marcheur. La remontée du vallon de Prals constitue en début d'été un véritable enchantement à travers les alpages fleuris traversés par un fougueux torrent. Le site des lacs de Prals, quant à lui, contraste avec les arêtes découpées du Neiglier et de Paranova qui le ceignent harmonieusement ; relativement tempérés (13° environ), car peu profonds, ces lacs se prêtent à la baignade pour les plus courageux. Il est possible d'ajouter au circuit décrit ci-après l'ascension en aller-retour de la baisse de Prals (2 339 m) ou de la cime de la Valette (2 496 m) : on y découvrira un panorama complet sur la haute Vésubie ainsi que sur les grandes cimes neigeuses de l'Oisans.

Itinéraire

Parvenu à l'aplomb du sanctuaire de Fenestre et après avoir stationné son véhicule en bordure de route (1 820 m), suivre le large chemin horizontal qui démarre à la balise 361 dans une belle forêt de mélèzes et d'épicéas épars. On atteint bientôt le vallon de Prals (1 823 m - b.362) qu'on traverse par deux passerelles. Remonter alors la rive gauche du vallon, puis la rive droite jusqu'au Plan de Prals (b.363, 364). Le sentier permet de gravir le déversoir et d'atteindre le vaste replat où se nichent les lacs de Prals étagés dans la prairie entre 2 260 et 2 280 m. Monter ensuite à la toute proche Baisse des Cinq Lacs (2 330 m - b.366), puis descendre versant opposé le vallon du Ponset par un sentier soutenu jusqu'au vallon de Fenestre (b.367, 359, 360), au bord duquel croissent quelques vieux mélèzes. N'hésitez pas à vous arrêter pour goûter aux délicieux fromages du pays en passant aux abords des vacheries de Fenestre. Rejoindre le véhicule en descendant la route sur 300 m.



Caractéristiques de la randonnée

Dénivelée : +530 mètres / -530 mètres

Durée : 4 heures

Distance : 8 km

Difficulté : Moyenne

Période conseillée : Juin à Novembre

Règlementation : Parc national du Mercantour





INFORMATIONS & AVERTISSEMENTS

Signalétique, cartographie et balisage

Présente aux départs des itinéraires, aux bifurcations et aux cols, la signalétique départementale en bois gravé, facilement



reconnaissable, équipé l'ensemble des itinéraires pédestres inscrits au PDIPR. Chaque poteau porte un numéro de référence que l'on pourra aisément retrouver sur la carte IGN TOP 25 du secteur, complément indispensable du descriptif de chaque itinéraire, qui permet une orientation de terrain précise, l'analyse des principaux paramètres du circuit (pente, dénivelée, abris...) et en cas de

problème, de trouver le chemin ou la route à emprunter pour gagner le village le plus proche.

Les rectangles de peinture jaune (chemin de petite randonnée) ou blanche et rouge (chemin de grande randonnée) balisent les itinéraires entre les poteaux indicateurs.



Pastoralisme

Pour protéger leurs troupeaux contre les attaques de prédateurs, les éleveurs et bergers sont amenés à utiliser des chiens de protection pour dissuader tout intrus de s'approcher du troupeau.

Vous pouvez être amené à rencontrer un ou plusieurs chiens de protection : contournez largement le troupeau, évitez de le traverser, face au chien arrêtez-vous, restez calme, ne le menacez pas, ne le caressez pas, et si vous avez votre chien de compagnie, ne le prenez jamais dans les bras.

Dans tous les cas, quand vous voyez un troupeau, gardez vos distances !



Parc national du Mercantour

En zone cœur du Parc national du Mercantour, une signalétique directionnelle sur panneaux jaunes remplace le fléchage en bois gravé. Prenez soin de vous renseigner sur la réglementation spécifique appliquée dans cet espace protégé.

Consignes de sécurité

Les randonnées qui vous sont proposées se déroulent dans un milieu naturel de montagne soumis aux aléas climatiques. Chaque usager évolue dans cet environnement en fonction de ses capacités, sous sa propre responsabilité, en connaissance des risques encourus liés au milieu ou à l'activité et doit prendre les précautions nécessaires pour une pratique en toute sécurité. Les descriptifs donnés à titre d'information et ne dispensent pas de faire preuve de vigilance et de bon sens et d'adapter votre comportement aux circonstances effectivement rencontrées sur le terrain.

Encadrement : n'hésitez pas à faire appel à un professionnel qui saura vous guider, vous former et vous faire découvrir les joies de la rando en toute sécurité. Accédez aux coordonnées des professionnels de l'activité en vous adressant à la mairie ou à l'Office de Tourisme le plus proche.

Recommandations de pratique : un équipement adapté au parcours, des conditions météorologiques vérifiées avant le départ, constituent des facteurs importants de confort et de sécurité.

Pour alerter les secours, composez le 112.

Attention ! En fonction de la couverture GSM, le recours au téléphone portable ne peut être systématique.