



15

BOUCLE DE LA LAVE

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



Cette randonnée donne l'occasion de remarquer et de comprendre le long du circuit, l'étagement de la végétation, qui change en fonction de l'altitude à laquelle on évolue. La diminution de la température est la raison principale de ce changement : les résineux disparaissent peu à peu et le couvert végétal se résume à la présence de pelouses alpines composées de différentes espèces végétales dont profitent en été les troupeaux de moutons, vaches et chevaux. La vaste forêt ombragée de Lapassé, les alpages verdoyants des versants ensoleillés, et le cirque minéral des lacs de Prals émaillent le parcours, des vacheries du Dévensé à la tête de la Lave (2 375 m). En traversant ces différents milieux, cette boucle panoramique se complète d'une découverte de la vallée de la Vésubie et des collines côtières qui se fondent par beau temps dans l'horizon de la mer. L'arrivée à la baisse de Férisson (2 255 m), marquée par une croix, rappelle la symbolique religieuse de ce sentier reliant Belvédère à la Madone de Fenestre, jadis emprunté par les belvédérois qui se rendaient à pied, en pèlerinage au sanctuaire.

Itinéraire

Stationner son véhicule à proximité du torrent de la Madone et remonter légèrement pour trouver le départ du sentier (balise 353). Ce dernier s'élève à travers une forêt d'abord ombragée de conifères, qui s'éclaircit plus haut dans le mélèzin. À la balise 354, prendre à droite pour continuer à grimper; la vue se dégage peu à peu et permet d'admirer les sommets de la crête frontière parmi lesquels le Gélas (3 143 m) s'individualise au fond du vallon de Fenestre. La sortie sur la crête s'effectue à la baisse de Férisson (2 254 m - b.297) où un bref crochet sur un sentier non balisé permet d'atteindre le mont Lapassé (2 351 m). Revenir à la baisse et continuer plein est sur le beau sentier qui passe pratiquement de niveau sous la crête en versant sud, côté Gordolasque. Peu après la tête de Cinant (2 314 m) et la balise 298, gagner la tête de la Lave (2 375 m) avant de redescendre et enchaîner par quelques courts lacets pour rejoindre la crête et basculer vers le vallon de Prals. Le sentier toujours bien marqué descend dans une direction



nord-est pour arriver au Plan de Prals (b.363). Suivre à gauche le torrent de Prals jusqu'à la passerelle et bifurquer de nouveau à gauche pour traverser le torrent (b.362) puis rejoindre de niveau l'itinéraire de montée (b.354) et le point de départ.

Caractéristiques de la randonnée

Dénivelée : +650 mètres / -650 mètres

Durée : 5 heures

Distance : 13 km

Difficulté : Moyenne

Période conseillée :

Juin à Novembre





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.