

**GR®
Pays**

Le MASSIF de l'ESTROP- Jour 2

Hébergements

Prads-Haute-Bléone (04420)

Refuge de l'Estrop : 04420 Prads-Haute-Bléone,
06 32 06 25 65.

Allos (04260)

Office de tourisme du Val d'Allos : 04260 Allos,
04 92 83 02 81, www.valdallos.com.

Communauté
de communes

Région



Provence-Alpes-Côte d'Azur

FFRandonnée
Les chemins, une richesse partagée
Provence-Alpes-Côte d'AzurALPES DE HAUTE
PROVENCE
LE DÉPARTEMENT

Échelle de difficulté : Très Facile – Facile – Moyen – Difficile .

ENVIRONNEMENT

PLANTES, BÉRARDIE LAINEUSE

Alpage et mélezin se partagent le décor. Au fil des saisons de nombreuses plantes habitent ce milieu. L'hiver, les mélèzes sont nus, ils ont perdu leurs aiguilles mais ils ne sont pas morts ! Le mélèze est en effet le seul résineux à laisser perdre ses aiguilles (feuillage caduc). Les aiguilles du Mélèze améliorent le sol, facilitant l'introduction d'autres espèces, comme l'Épicéa. Au printemps ces arbres reverdissent et bientôt l'extrémité des branches affiche un vert tendre ; éclosent aussi de charnus bougeons (cônes bruns rouge ovoïdes). Lorsque la neige cède la place, une multitude de crocus refont surface : alors un superbe panaché de fleurs explose dans la grisaille du sol. Crocus vient du mot grec kros qui signifie «safran». Toutefois, seul le Crocus Sativus («crocus cultivé») permet l'extraction de cette épice. Puis l'été, les rhododendrons tapissent le sous-bois et les clairières de massifs et de coussins rose fuschia.

Durant la saison estivale, de petits fruits au doux parfum d'enfance colorent nos palais : les myrtilles. La saveur bien particulière des baies bleutées est un plaisir toujours renouvelé. Très riche en vitamines et oligoéléments la myrtille a de nombreuses propriétés, elle est d'ailleurs réputée pour améliorer la vision.

En arrivant vers la baisse de l'Aurillac, vous remarquerez peut-être une plante modeste qui pousse au ras du sol : la bérardie laineuse. Espèce rare et protégée qui ne se rencontre que dans les Alpes, la bérardie laineuse est une relique de l'époque de la surrection des Alpes, soit il y a près de 33 millions d'années. Unique dans son espèce, on la trouve entre 1 500 et 3 000 mètres. Puis arrive l'automne et, dès la fin du mois d'août les colchiques (attention plante toxique) font leur apparition signalant comme le dit la ritournelle, la fin de l'été...

**Rando
fiche®****GR®
Pays**

Le MASSIF de l'ESTROP- Jour 2

Tours du Haut Verdon- Boucle 1

1 jour

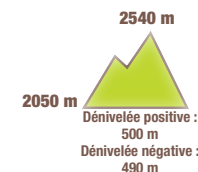
6,7 km



«Le Massif de l'Estrop» est une boucle sur deux journées. Cette fiche présente le descriptif de la deuxième journée : du refuge de l'Estrop à Val d'Allos-la Foux par la Baisse de l'Aiguille.

SITUATION

Départ du refuge de l'Estrop situé à 3 h de marche de Val d'Allos- la Foux, ou à 3 h de marche du lac des eaux chaudes (commune Prads Haute-Bléone).

Code de balisage GR® de Pays
FFRandonnée

- Bonne direction
- Changement de direction
- Mauvaise direction

© marques déposées

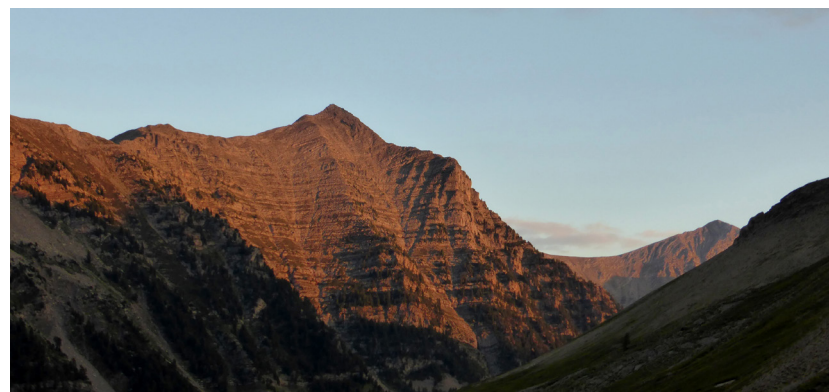


- Office de tourisme Office de Tourisme : 04 92 83 02 81, www.valdallos.com.



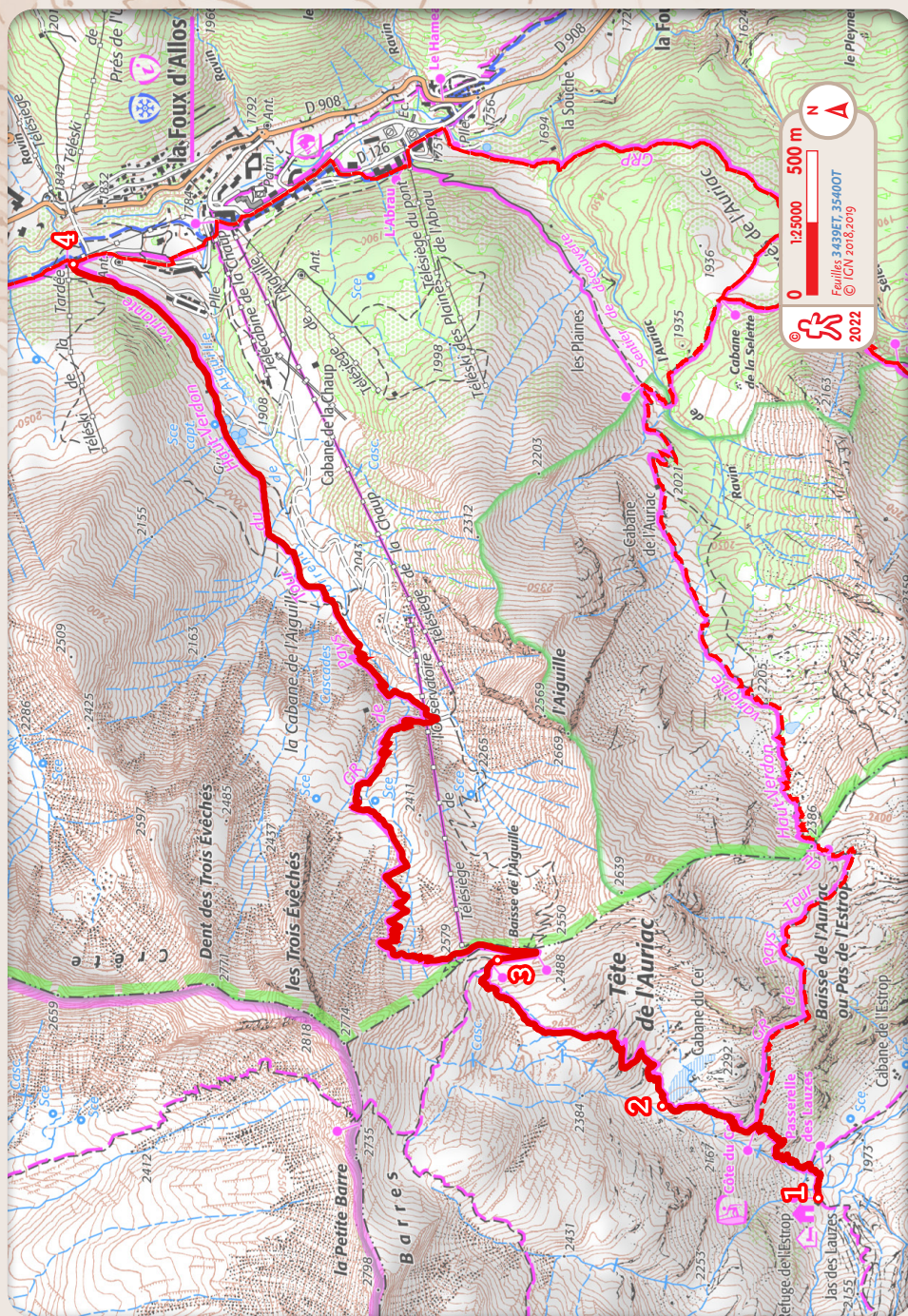
Recommandations

- Accessibilité de juin à octobre.
- Secteur très enneigé et avalancheux en hiver.



Vue du refuge de l'Estrop

© FFRando04


Du refuge de l'Estrop au plateau du Ceï

1 km 20 min

1 Départ du refuge de l'Estrop-2015 m.

[👁️ > Ancienne cabane du Ceï]

Rejoindre la passerelle et prendre, à gauche, le sentier emprunté la veille à la descente. A l'intersection avec le chemin venant de la baisse de l'Aurillac s'engager à gauche en direction de la Baisse de l'Aiguille. Grimper en lacets pour accéder au plateau du Ceï.

du plateau du Ceï à la Baisse de l'Aiguille

1,5 km 40 min

2 Le plateau du Ceï-2267 m.

[👁️ > Nouvelle cabane du Ceï, panneau sur flore (pied de Bérardie).]

Laisser le plateau à droite et reprendre le sentier en lacets dans une pente rocheuse soutenue en s'éloignant de la rive gauche du torrent, traverser encore quelques replats d'où l'on aperçoit les installations techniques de la Baisse de l'Aiguille. Après une montée dans un dernier vallon, le chemin rejoint le pied du bâtiment de l'Observatoire.

de la Baisse de l'Aiguille au téléski de la Tardée

4,5 km 2 h 30

[👁️ > Vue sur un espace pastoral ancien (cabane de l'Aiguille) et panorama sur un espace de sport d'hiver, la station de Val d'Allos-La Foux, et le col d'Allos.]

3 Au col se diriger vers la télécabine que l'on contourne par la droite. Plonger sur le versant opposé ; le sentier descend en lacets, passe sur un replat puis plonge à nouveau pour traverser à gué le torrent de l'Aiguille. Il aboutit sur une piste, la suivre sur la gauche, et dans le lacet suivant prendre à nouveau à gauche. Le sentier en balcon descend, passe le bâtiment de la source captée et rejoint une piste qui vous amène au départ d'un remonte-pente. **4**



Bérardie laineuse