



Les SOURCES du VERDON - Jour 1

Hébergements

Allos (04260)

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

Plusieurs hébergements : 04 92 83 02 81, www.valdallos.com.

Prads-Haute-Bléone (04420)

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



Echelle de difficulté : Très Facile - Facile - Moyen - Difficile.

FAUNE ET FLORE

LA MARMOTTE

La marmotte est un animal trapu, aux oreilles petites et au corps massif, avec un cou à peine marqué. L'adulte a une taille de 50 à 60 cm, avec une queue de 15 cm. La fourrure, épaisse, subit une mue annuelle entre juin et août. Sa couleur est assez variable : mélange, inégal selon les sujets, de brun plus ou moins foncé, de beige, de fauve. C'est à son cri (sifflement aigu), que l'on reconnaît le mieux la présence de la marmotte : cri d'alerte à l'arrivée d'un promeneur. Et ce sont les déblais, plus que les ouvertures elles-mêmes, qui permettent de repérer les terriers. La marmotte occupe essentiellement l'étage sub-alpin, elle vit en limite de forêt, mais très rarement en milieu forestier strict. La marmotte est avant tout un herbivore consommant une grande variété de plantes, parties aériennes, mais aussi bulbes et racines. Elle choisit (inflorescences, feuilles, tiges, graines) et gaspille peu.

La stratégie développée par la marmotte des Alpes pour faire face à l'hiver est de stocker des réserves énergétiques sous forme de graisses corporelles et de réduire ses dépenses hivernales grâce à une léthargie qui dure plus de 6 mois. La longévité potentielle a été estimée de 15 à 20 ans. La relation entre les marmottes et le tourisme pédestre a fait l'objet d'études qui tendent à confirmer une assez bonne tolérance de l'animal, sauf en cas de présence de chiens (même tenus en laisse).



© Robert PALOMBA

Marmotte



Les SOURCES du VERDON - Jour 1



Tours du Haut Verdon- Boucle 8

1 jour
17,5 km

"Les Sources du Verdon" boucle sur trois jours. Cette fiche présente le descriptif de la première journée : de Val d'Allos-Le village au refuge de l'Estrop.

SITUATION

A 35km de S'André-les-Alpes et 40 km de Barcelonnette via le col d'Allos.

PARKING

Parking à Val d'Allos-Le village (centre).
UTM 32T 0310624 4901384



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



Code de balisage GR® de Pays FFRandonnée

- Bonne direction
- Changement de direction
- Mauvaise direction

© marques déposées

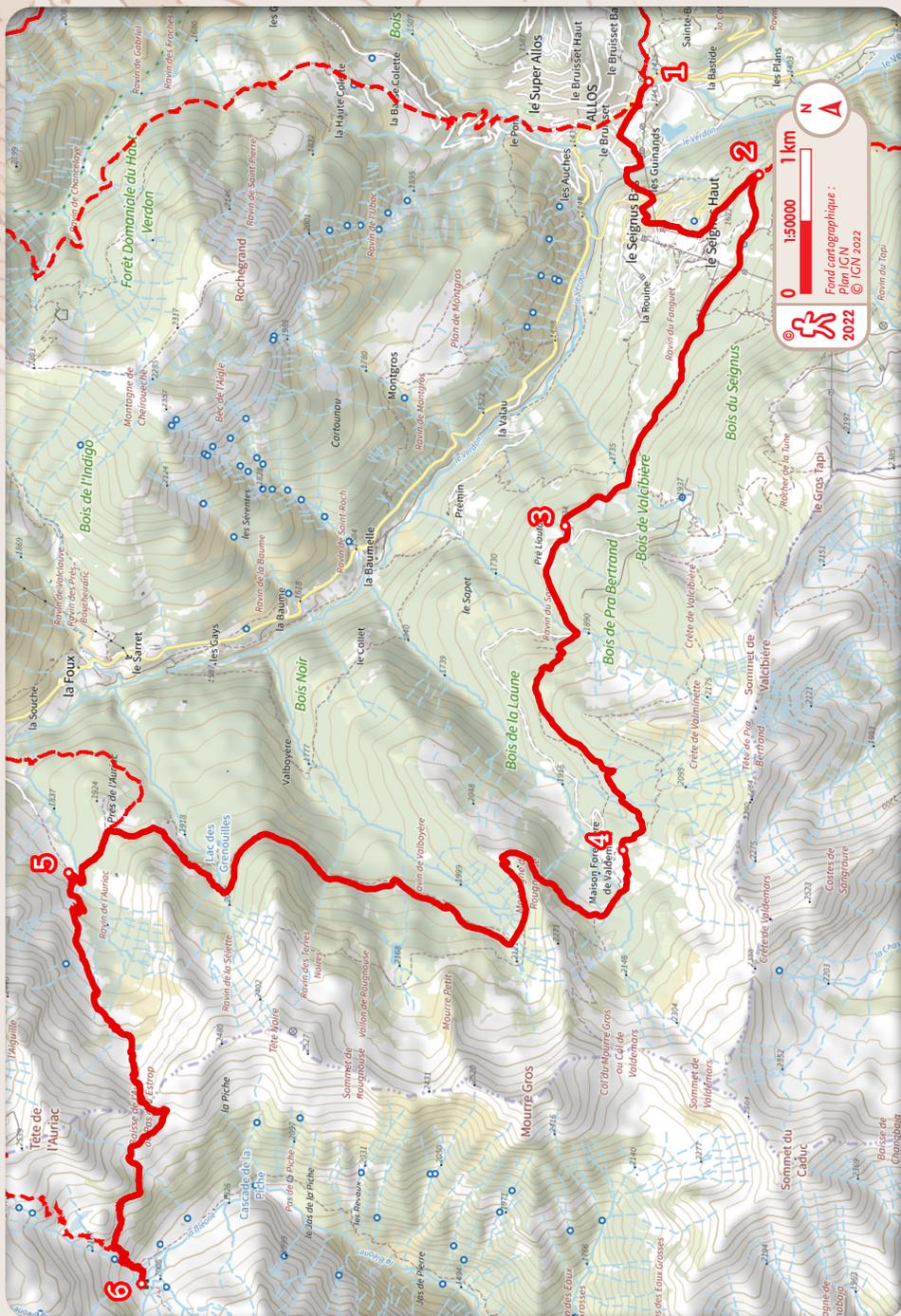
Recommandations

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



© Robert PALOMBA

Maison forestière de Valdemars


De l'office de Tourisme d'Allos à l'aire de Valcibière

5 km

2 h

> Suivre, sur la carte, le tracé rouge le plus épais.

> Le village, Notre Dame de Valvert.

1 A la sortie de l'Office de tourisme prendre à droite, descendre vers le parc de loisirs et traverser le parking. Vers la passerelle qui franchit le Verdon, traverser la route et continuer vers Val d'Allos-Le Seignus centre. Traverser le carrefour central, monter en face jusqu'à la piste empierrée.

2 Prendre à gauche, suivre la route jusqu'au carrefour, continuer à droite sur la piste forestière. Passer le ravin de Valcibière pour arriver au Pré Liautaud.

de l'aire de Valcibière à la maison forestière de Valdemars

3 km

1 h

> Forêt de mélèzes. Pâtures à bovins de Pré Liautaud et de Valminette.

3 Traverser le pré Liautaud. Au bois, emprunter la piste à gauche. Au ravin du Sapet, abandonner la piste pour grimper dans les pâturages de Valminette et déboucher sur un replat (1 985 m).

Poursuivre dans les bois de la Laune. Le sentier se dédouble, rester sur celui du haut, il s'élève au-dessus de la Maison Forestière de Valdemars.

de la maison forestière de Valdemars au refuge de l'Estrop

9,5 km

4 h

> La Maison Forestière, le point de vue en crête de Rougnouse.

4 Rester en bordure du bois et grimper jusqu'à la crête de Rougnouse (cairn, point de vue). Du col descendre dans le ravin de Valboiyère, passer la clairière et les ruines de la cabane de Rougnouse puis le ravin de la Sélette en amont du lac comblé "des Grenouilles". Le sentier vous amène jusqu'au croisement Auriac/Val d'Allos-La Foux.

5 Au croisement, prendre le sentier à gauche, il traverse la forêt puis un paysage rocheux jusqu'à un lac et arrive à la Baisse de l'Auriac. Descendre le versant opposé, tantôt en lacets, tantôt en traversée vers la droite. Et franchir deux passages rocheux et au carrefour, prendre à gauche vers la passerelle puis rejoindre le refuge de l'Estrop. **6**