

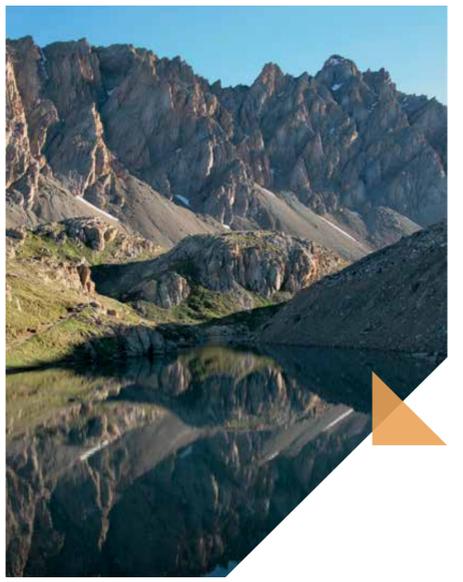
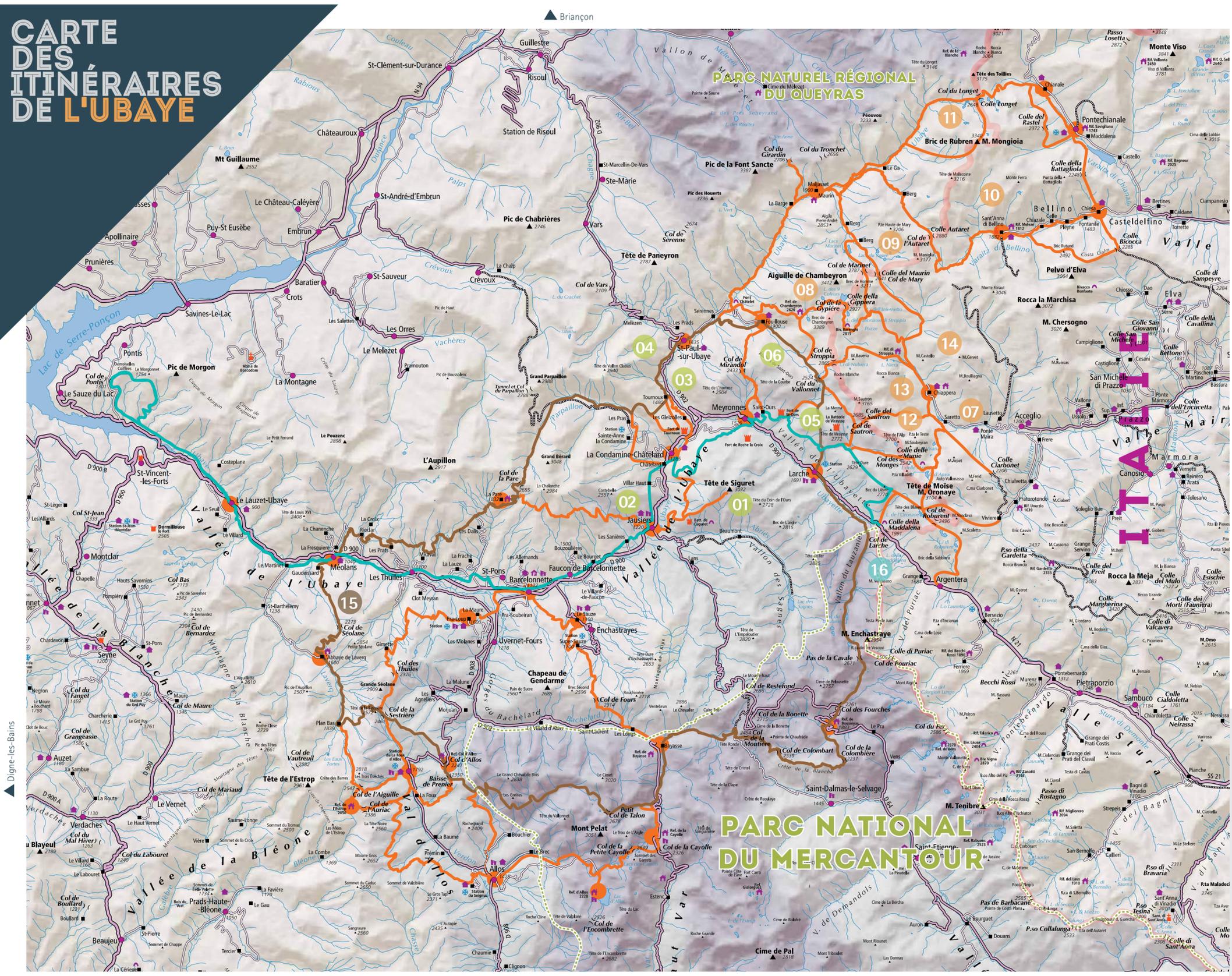


LE PARC NATIONAL DU MERCANTOUR

Bienvenue au cœur du Parc national du Mercantour qui doit sa diversité unique à sa situation géographique au carrefour des influences climatiques liguriennes, alpines, méditerranéenne et provençale. Attention, en zone cœur du Parc une réglementation spécifique s'applique, se renseigner.

- LES ACCOMPAGNATEURS**
 - LABEL MONTAGNE Tél. 06 69 08 79 41 www.label-montagne.com
 - RIOS & MONTANIAS Tél. 04 92 85 54 68 www.rando-canyon.fr
 - ISABELLE MONTAGNIER Tél. 06 79 91 91 46 montagnier.isa@gmail.com
 - JACQUES CARRIAT Tél. 06 07 30 62 26/04 92 81 29 48 <http://sentiersnature.free.fr>
 - JENNIFER CAMPS Tél. 06 95 21 86 66 www.rando-ubaye.fr
 - LES ESUBIENS Tél. 06 11 69 55 88/06 03 09 45 47 regalin@voila.fr
 - RANDO SANS SOUCI Tél. 06 71 47 30 23/04 92 81 06 20 www.le-sans-souci.com
- LES AGENCES DE TREKKING ACTIVITÉS PLEINE NATURE**
 - MONTAGNES D'UBAYE Tél. 06 80 25 51 68 www.ubaye-aventure.com
 - MONTAGNE ATTITUDE Tél. 06 70 58 85 31 www.montagne-attitude.fr
 - RANDO PASSION Tél. 04 92 81 43 34/06 81 80 40 74 www.rando-passion.com
 - VILLA LA SAPINIÈRE Tél. 06 89 14 21 31 www.mercantour.eu
- GUIDES DE HAUTE MONTAGNE**
 - JACQUES LE HIR Tél. 06 80 25 51 68
 - DANIEL GRANIER Tél. 06 89 69 35 95
 - CHRISTOPHE GARRIGUES Tél. 06 20 42 41 92
 - YANN MIMET Tél. 06 83 33 65 54
 - ODILON FERRAN Tél. 06 86 67 38 73
 - MICHEL CORANOTTE Tél. 06 08 94 00 89
 - MAURICE GARDONI Tél. 06 86 49 25 62
 - JEAN MARC DANTZER Tél. 06 08 46 04 53
- BUREAU DU PARC À BARCELONNETTE**
 - VILLA LA SAPINIÈRE Tél. 06 89 14 21 31 www.mercantour.eu
- TRANSPORT DE VÉLO DE ROUTE, DE VTT ET DE BAGAGES**
 - SHERPA UBAYE Tél. 06 88 68 06 01/04 92 81 22 01 www.gilles-taxi.fr

CARTE DES ITINÉRAIRES DE L'UBAYE



- ### LÉGENDE
- Itinéraires pédestres et VTT
 - Circuit VTT la Transubayenne
 - Tour de l'Ubaye, GR56
 - Étape
 - Route nationale
 - Route départementale
 - Route secondaire
 - Piste
 - Village
 - Hameau, lieu-dit
 - Sommet
 - Col
 - Hôtel - Gîte
 - Refuge
 - Point d'information
 - Bivouac ou refuge non gardé
 - Fort
 - Station de ski
 - Frontière
 - Maison du Parc
 - Parc Naturel National du Mercantour

1 : 130.000 échelle

www.ubaye.com

800 km DE SENTIERS

ITINÉRAIRE EN UBAYE

POUR LE BONHEUR DE VOS PIEDS !

OFFICE DE TOURISME BARCELONNETTE**
Tél. 04 92 81 04 71
www.barcelonnette.com

OFFICE DE TOURISME JAISERS**
Tél. 04 92 81 71 45
www.jaisers.com

SYNDICAT D'INITIATIVE LANCHE
Tél. 04 92 84 33 58
www.lanche-ubaye.com

OFFICE DE TOURISME (Cat II) PRA LOUP
Tél. 04 92 84 10 04
www.praloup.com

OFFICE DE TOURISME SAUZE**
Tél. 04 92 81 05 61
www.sauze.com

LES SENTIERS FORTIFIÉS



L'ITINÉRAIRE INSOLITE

Partez à la découverte des anciennes frontières alpines, voyagez autour des ouvrages fortifiés accrochés aux sommets de l'Ubaye telles des sentinelles éternelles. Ces itinéraires vous proposent de voyager différemment, à l'écoute de l'histoire des hommes et des Alpes...

- Cartes IGN TOP25 n°3539 E, 3637 OT, 3639 OT, 3538 ET.
- Cartes IGN 1 : 100 000 n° 54 et 61.

Carnets de route en téléchargement sur www.ubaye.com

01 VUE IMPRENABLE



ÉTAPE 1 Jausiers - Fort de Cuguret

2 h 00 4 km +630 m 1866 m
Fort de Cuguret bivouac ou gîte
Tél. 06 71 15 84 14 - www.fort-de-cuguret.com
En été, possibilité de visiter le fort tous les jours à 11 h.

ÉTAPE 2 Fort de Cuguret - Jausiers

5 h 00 12 km +660 m 2526 m
Gîte étape de l'Ardoisière - Tél. 04 92 32 03 82
www.gite-etape-auberge-jausiers-ubaye.fr
Gîte « les Bartavelles » - Tél. 04 92 84 69 86 - www.gite-des-bartavelles.fr

03 TOURNOUX FORTERESSE INSOLITE

3 JOURS/2 NUITS 40 km
ÉTAPE 1 La Condamine - Saint-Ours
4 h 00 13 km +878 m et -380 m
1931 m Jaune (PR), puis jaune et rouge (GR de Pays).
Auberge de Saint-Ours - Tél. 04 92 84 37 03 - <http://giteaubergedestours.free.fr>

ÉTAPE 2 Saint-Ours - Fouillouse

6 h 00 12 km +861 m et -762 m
2524 m Jaune (PR), puis jaune et rouge (GRP).
Auberge « Les Granges » - Tél. 04 92 84 31 16
www.gite-auberge-les-granges.com - Bivouac au pont du Châtelet.

ÉTAPE 3 Fouillouse - La Condamine par Saint-Paul-sur-Ubaye

5 h 00 15 km +159 m et -680 m
1908 m Blanc et rouge (GR).
Gîte d'étape de Champ Féléze - Tél. 04 92 35 25 79
lacondamine394@orange.fr



02 LES SOURCES DE CUGURET

2 JOURS/1 NUIT 18 km Jaune (PR)
ÉTAPE 1 Jausiers - Fort de Cuguret - Poste d'observation
4 h 00 6 km +900 m et -250 m 2117 m
Fort de Cuguret bivouac ou gîte
Tél. 06 71 15 84 14 - www.fort-de-cuguret.com
En été, possibilité de visiter le fort tous les jours à 11 h.

ÉTAPE 2 Fort de Cuguret-La Condamine-Jausiers

6 h 00 12 km +500 m et -1100 m 1866 m
Gîte étape de l'Ardoisière
Tél. 04 92 32 03 82 - www.gite-etape-auberge-jausiers-ubaye.fr
Gîte « les Bartavelles »
Tél. 04 92 84 69 86 - www.gite-des-bartavelles.fr

04 L'ALPE MYSTÉRIEUSE

3 JOURS/2 NUITS 41 km à 42 km
ÉTAPE 1 La Condamine - Saint Paul
6 h 00 15 km +1135 m et -939 m 1992 m
Jaune (PR), puis jaune et rouge (GRP).
Gîte d'étape « La Souste »
Tél. 04 92 84 32 99 - www.gitelasouste.com

ÉTAPE 2 Saint-Paul - Saint-Ours

4 h 30 13 km +978 m et -658 m 2433 m
Blanc et rouge (GR), puis jaune et rouge (GRP).
Auberge de Saint-Ours
Tél. 04 92 84 37 03
<http://giteaubergedestours.free.fr>

ÉTAPE 3 Saint-Ours - La Condamine

4 h 00 13 km +480 m 1931 m
Jaune et rouge (GRP).
Gîte d'étape de Champ Féléze
Tél. 04 92 35 25 79 - lacondamine394@orange.fr

En été, possibilité de visites de l'Ouvrage Haut de Saint-Ours et du Fort de Roche-La-Croix se renseigner au 04 92 61 01 79 ou dans les Offices de Tourisme de la vallée.

05 UN FORT PRÈS DES ÉTOILES

3 JOURS/2 NUITS 24 km
ÉTAPE 1 Larche - Batterie de Virayse
3 h 00 6 km +1100 m et -77 m 2772 m
Blanc et rouge (GR).
Bivouac Batterie de Virayse ou Baraquements à la belle étoile (propriété privée).

ÉTAPE 2 Batterie de Virayse - Saint-Ours

3 h 00 9 km -1145 m et +189 m 2772 m
Blanc et rouge (GR) puis jaune et rouge (GRP).
Variante:
3 h 30 1 km +262 m et -1218 m 2772 m
Jaune, puis jaune et rouge (GRP).
Auberge de Saint-Ours - Tél. 04 92 84 37 03
<http://giteaubergedestours.free.fr>

ÉTAPE 3 Saint-Ours - Larche

3 h 30 9 km +597 m et -696 m 2127 m
Auberge du Lauzanier - Tél. 04 92 84 35 93
www.gite-le-lauzanier-larche.com
Gîte d'étape « Le Refuge » - Tél. 04 92 84 30 80
www.gite-etape-larche.com



UBAYE PAYS DE VISO



GR DE PAYS

9 itinéraires pour partir à la découverte de la Haute-Ubaye. De 1 à 6 jours de randonnée entre la France et l'Italie, autour des plus hauts et mythiques sommets de l'Ubaye.

► Topoguide « Ubaye/Pays de Viso. Tour du Chambevron, de l'Oronaye et du Rubren », Réf.635 - Édition Fédération Française de la Randonnée Pédestre.
► Cartes IGN TOP 25 n°3539 E, 3637 OT, 3639 OT, 3538 ET.

07 TOUR DU SOUBEYRAN

2 JOURS/1 NUIT 28 km Jaune et rouge (GRP). ▲

ÉTAPE 1 Larche - Chiappera par le col des Monges

7 h 00 14 km +860 m et -1045 m 2542 m
Refuge de « Campo base » - Tél. +0039 01 71 99 068

ÉTAPE 2 Chiappera - Larche par le col de Sautron

6 h 00 14 km +1070 m et -880 m 2685 m
Auberge du Lauzanier - Tél. 04 92 84 35 93
www.gite-le-lauzanier-larche.com
Gîte d'étape « Le Refuge » - Tél. 04 92 84 30 80 - www.gite-etape-larche.com

06 DE VAUBAN À MAGINOT

4 JOURS/3 NUITS 51 km ▲
ÉTAPE 1 La Condamine - Fouillouse
8 h 00 16 km +1090 m et -480 m 1904 m
Jaune et rouge, puis blanc et rouge (GR).
Auberge « Les Granges » - Tél. 04 92 84 31 16
www.gite-auberge-les-granges.com - Bivouac au pont du Châtelet.

ÉTAPE 2 Fouillouse - Larche

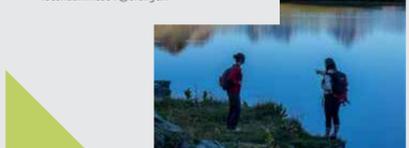
5 h 30 14 km +920 m et -1130 m 2552 m
Blanc et rouge (GR).
Auberge du Lauzanier - Tél. 04 92 84 35 93 - www.gite-le-lauzanier-larche.com
Gîte d'étape « Le Refuge » - Tél. 04 92 84 30 80 - www.gite-etape-larche.com

ÉTAPE 3 Larche - Saint-Ours

4 h 00 8 km +607 m et -510 m 2114 m
Sentiers « Costa de Beauregard » Jaune et rouge (GR).
Auberge de Saint-Ours - Tél. 04 92 84 37 03 - <http://giteaubergedestours.free.fr>

ÉTAPE 4 Saint-Ours - La Condamine

4 h 00 13 km +750 m et -1240 m 2025 m
Jaune et rouge (GR de Pays).
Gîte d'étape de Champ Féléze
Tél. 04 92 35 25 79
lacondamine394@orange.fr



08 LE PETIT TOUR DU CHAMBEYRON

3 JOURS/2 NUITS 40 km ▲

ÉTAPE 1 Saint-Ours - Refuge du Chambevron par le Vallonnet et le pas de la Couletta

5 h 00 2 km +1000 m et -533 m 2752 m
Jaune et rouge (GRP).
Refuge du Chambevron - Tél. 04 92 84 33 83 - www.refuge-du-chambevron.com

ÉTAPE 2 Refuge du Chambevron - Chiappera

5 h 00 11 km +300 m et -1287 m 2927 m
Jaune et rouge (GRP).
Refuge de « Campo base » - Tél. +0039 01 71 99 068

ÉTAPE 3 Chiappera - Saint-Ours par le col de Sautron

7 h 00 7 km +1080 m 2685 m
Jaune et rouge puis blanc et rouge (GR).
Auberge de Saint-Ours - Tél. 04 92 84 37 03 - <http://giteaubergedestours.free.fr>

09 LE GRAND TOUR DU CHAMBEYRON

5 JOURS/4 NUITS 61 km ▲

ÉTAPE 1 Majasset - Chiappera

5 h 00 14 km +731 m et -1000 m 2641 m
Jaune et rouge (GRP).
Refuge de « Campo base » - Tél. +0039 01 71 99 068

ÉTAPE 2 Chiappera - Chialvetta

7 h 30 8 km +1130 m et -1200 m 2740 m
Jaune et rouge (GRP).
Trattoria della Gardetta ou Refuge CAI Pratorotondo - Tél. +0039 01 71 99 017

ÉTAPE 3 Chialvetta - Larche par le col Scaletta
7 h 30 9 km +1220 m et -1100 m 2650 m
Jaune et rouge (GRP).
Auberge du Lauzanier - Tél. 04 92 84 35 93
www.gite-le-lauzanier-larche.com
Gîte d'étape « Le Refuge » - Tél. 04 92 84 30 80
www.gite-etape-larche.com

10 LE PETIT TOUR DU BRIC

3 JOURS/2 NUITS 39 km ▲

ÉTAPE 1 Majasset - Chiesa di Bellino par le col de l'Autaret

7 h 00 14 km +970 m et -1500 m 2880 m
Blanc et rouge (GR).
Trattoria del Pelvo
Tél. +0039 01 75 95 6026

11 TOUR DU BRIC DE RUBREN

5 JOURS/4 NUITS 63 km ▲

ÉTAPE 2 Chiappera - Chiesa di Bellin

7 h 00 19 km +1150 m et -1400 m 2804 m
Jaune et rouge (GRP).
Trattoria del Pelvo - Tél. +0039 01 75 95 6026

ÉTAPE 3 Chiesa di Bellino - Pontechianale

5 h 30 6 km +980 m et -500 m 2275 m
Blanc et rouge (GR).
Meuble ai forest - Tél. +0039 01 75 95 01 61
Refuge CAI Savigliano - Tél. +0039 01 75 95 01 78
Refuge Vallante - Tél. +0039 01 75 95 60 25

12 TOUR DE SAUTRON

4 JOURS/3 NUITS 42 km ▲

ÉTAPE 1 Fouillouse - Larche par le col du Vallonnet et le col de Mallemort

5 h 00 12 km +850 m et -900 m 2865 m
Blanc et rouge (GR).
Auberge du Lauzanier - Tél. 04 92 84 35 93
www.gite-le-lauzanier-larche.com
Gîte d'étape « Le Refuge » - Tél. 04 92 84 30 80
www.gite-etape-larche.com

ÉTAPE 2 Larche - Chialvetta par col de des Monges et le col d'Enchiausa

7 h 00 9 km +1250 m et -1000 m 2740 m
Jaune (PR).
Trattoria della Gardetta
Tél. +0039 01 71 99 017

13 TOUR DE L'ORONAYE

5 JOURS/4 NUITS 53 km ▲ ▲

ÉTAPE 2 Chialvetta - Chiappera par le col de Clarbonet

5 h 00 8 km 715 m et -560 m 2206 m
Jaune (PR).
Refuge de « Campo base » - Tél. +0039 01 71 99 068

ÉTAPE 3 Chiappera - Fouillouse par col de Stroppia

6 h 30 13 km 1225 m et -965 m 2865 m
Jaune et rouge (GRP).
Auberge « Les Granges » - Tél. 04 92 84 31 16
www.gite-auberge-les-granges.com

ÉTAPE 4 Larche - Refuge du Chambevron (Variante : Col du Vallonnet jusqu'à Fouillouse)
8 h 00 13 km +1540 m et -320 m 2752 m
Jaune et rouge (GRP).
Refuge du Chambevron
Tél. 04 92 84 33 83
www.refuge-du-chambevron.com

14 LA FRONTIÈRE FORTIFIÉE

6 JOURS/5 NUITS 17 km

ÉTAPE 3 Chianale - Majasset par le col du Longet

6 h 00 16 km +860 m et -800 m 2655 m
Jaune et rouge (GRP).
Refuge Caf de Majasset
Tél. 04 92 83 85 14
www.majasset-refuge.fr
Gîte « Auberge La Cure » - Tél. 04 92 84 31 15
www.majassetgite.fr

ÉTAPE 4 Pontechianale - Chianale par le col de Rastel

5 h 00 8 km +760 m et -472 m 2372 m
Blanc et rouge (GR).
Auberge « Lagui blu » - Tél. +0039 01 75 95 01 89

ÉTAPE 5 Chianale - Majasset par le col du Longet

6 h 00 16 km +860 m et -745 m 2655 m
Jaune et rouge (GRP).
Variante:
7 h 00 18 km +1300 m et -822 m 3070 m
Rouge non balisé.
Refuge Caf de Majasset - Tél. 04 92 83 85 14
www.gite-auberge-les-granges.com
Gîte « Auberge La Cure » - Tél. 04 92 84 31 15
www.majassetgite.fr

ÉTAPE 6 Chiappera - Refuge du Chambevron par le col de Mallemort

6 h 30 15 km +972 m et -332 m 2572 m
Refuge du col d'Allos
Tél. 04 92 83 85 14

ÉTAPE 7 Col d'Allos - Col de la Cayolle

9 h 00 20 km +547 m et -421 m 2687 m
Refuge du col de la Cayolle
Tél. 04 92 81 24 25 - www.refugite-mercantour.fr
Refuge hôtel de Bayasse - Tél. 04 92 32 20 79
www.refuge-bayasse.fr

ÉTAPE 8 Bousièyas - Larche

7 h 00 19 km +888 m et -1001 m 2671 m
Auberge du Lauzanier
Tél. 04 92 84 35 93
www.gite-le-lauzanier-larche.com
Gîte d'étape « Le Refuge »
Tél. 04 92 84 30 80 - www.gite-etape-larche.com

ÉTAPE 9 Larche - Fouillouse

6 h 00 13 km +888 m et -651 m 2558 m
Auberge « Les Granges » - Tél. 04 92 84 31 16
www.gite-auberge-les-granges.com

ÉTAPE 10 Col de la Cayolle - Bousièyas

8 h 30 22 km +746 m et -1129 m 2539 m
Gîte de Bousièyas - Tél. 04 93 02 42 20
Refuge hôtel de Bayasse - Tél. 04 92 32 20 79
www.refuge-bayasse.fr

ÉTAPE 11 Saint-Ours - Col de Larche par le col de la Gyprière d'Oronaye

6 h 00 16 km +1140 m et -975 m 2692 m
Jaune et rouge (GRP).
Auberge du Lauzanier - Tél. 04 92 84 35 93
www.gite-le-lauzanier-larche.com
Gîte d'étape « Le Refuge » - Tél. 04 92 84 30 80
www.gite-etape-larche.com

14 LA FRONTIÈRE FORTIFIÉE

ÉTAPE 1 Saint-Ours - La Condamine par le bois de la Sylve
4 h 00 10 km +382 m et -633 m 2025 m
Jaune et rouge (GRP).
Gîte de Champ Féléze
Tél. 04 92 35 25 79 - lacondamine394@orange.fr

ÉTAPE 2 La Condamine - Fouillouse par Tournoux

5 h 00 15 km +585 m 1950 m
Blanc et rouge (GR).
Auberge « Les Granges » - Tél. 04 92 84 31 16
www.gite-auberge-les-granges.com
Bivouac au pont du Châtelet.

ÉTAPE 3 Fouillouse - Chiappera par le col de Stroppia

6 h 00 13 km +990 m et -1225 m 2865 m
Blanc et rouge (GR) puis jaune et rouge (GRP).
Refuge de « Campo base » - Tél. +0039 01 71 99 068

ÉTAPE 4 Chiappera - Chialvetta par le col d'Enchiausa

5 h 30 8 km +1130 m et -715 m 2740 m
Jaune (PR).
Trattoria della Gardetta - Tél. +0039 01 71 99 017

ÉTAPE 5 Chialvetta - Larche par le col de Scaletta

6 h 30 9 km +1260 m et -749 m 2649 m
Jaune et rouge (GRP).
Auberge du Lauzanier - Tél. 04 92 84 35 93
www.gite-le-lauzanier-larche.com
Gîte d'étape « Le Refuge »
Tél. 04 92 84 30 80 - www.gite-etape-larche.com

ÉTAPE 6 Larche - Saint-Ours par le col de la Gyprière d'Oronaye

5 h 00 9 km +493 m et -667 m 2482 m
Jaune (PR) puis jaune et rouge (GRP).
Auberge de Saint-Ours - Tél. 04 92 84 37 03
<http://giteaubergedestours.free.fr>

ÉTAPE 7 Fouillouse - Les Pras

6 h 00 8 km +547 m et -761 m 2000 m
Gîte « Le Belvédère » - Tél. 04 92 84 30 16
www.belve.fr

ÉTAPE 8 Les Pras - La Pare

5 h 30 16 km +962 m et -823 m 2655 m
Refuge de la Pare - Tél. 06 80 66 59 27
www.refuge-artisanat.com

ÉTAPE 9 La Pare - Méolans

5 h 00 17 km -792 m 1832 m
Les Terres Blanches - Tél. 04 92 81 94 37
www.les-terres-blanches.com
Gîte d'étape de Méolans - Tél. 06 75 41 05 13
www.gitemeolans.fr

ÉTAPE 10 Méolans - Laverq

5 h 30 11 km +1200 m et -673 m 2273 m

15 LE TOUR DE L'UBAYE

GR56

Cet itinéraire vous propose de découvrir en 9 jours la vallée de l'Ubaye le long de sentiers exceptionnels. Variété des paysages, faune et flore préservés représenteront le quotidien de votre voyage...