

Arrière pays niçois, de la vallée de la Roya à la vallée du Var



Du Jeudi 1er au Dimanche 4 novembre 2012

Attention: départ Mercredi midi

Niveau : Moyen +, ▲▲

Nombre de personnes : 10 avec organisateur compris

Date d'ouverture des inscriptions : vendredi 27 juillet 2012

Cette randonnée reliera la vallée de la Roya à celle du Var. Nous débuterons au pied de la célèbre vallée des merveilles (un peu trop haute pour y aller en cette saison), dans la vallée de la Roya. Nous longerons la Roya une journée puis nous bifurquerons vers l'Ouest pour rejoindre le Var, en trois jours. Le parcours de se situera à une trentaine de kilomètres de la côte. Nous essaierons de voir la mer !

Cette randonnée sera aussi l'occasion de traverser les jolis villages issards, villages qui fleurent bon l'Italie voisine, le comté de Nice ayant été la dernière région à avoir été intégrée à notre beau pays (1860 voire même 1947 pour Piène Haute).

Nous finirons dans la vallée du Var, où nous prendrons soit le bus soit le célèbre train des Pignes pour rentrer à Nice.

Les photos sont extraites de l'album du week end 07-RW06 duquel ce programme s'inspire largement. Merci à Bernadette pour ses suggestions et ses conseils.

PROGRAMME

Mercredi 31 octobre 2012 : Voyage vers Breil sur Roya (voir détail dans la partie transports)

Jeudi 1^{er} novembre 2012

Nous laissons nos affaires au gîte d'étape de Breil et prenons le train pour la gare de Fontan-Saorge. Nous montons d'abord sur le joli village de Saorge, puis après une petite visite nous remontons la rive gauche de la Roya par le GR52A jusqu'à Breil

Nuit en demi pension au gîte d'étape de Breil sur Roya.

Distance étape : 15 km, durée : 6h environ pauses non comprises, dénivelé cumulé : + 1450 m / -1500 m (randonnée raide mais avec sac léger)

Vendredi 2 novembre 2012

Nous passons d'abord sur la rive droite de la Roya vers de village de Piène Haute, français depuis 1947 seulement. Ensuite, nous passons le col de Paula, prenons la vallée de la Bassera puis partons sur Sospel. Le mont Agaisen, qui surplombe le village est en option.

Nuit en demi pension au gîte d'étape de Sospel.

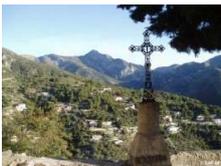
Distance étape : 20 km, durée : 6h00 environ pauses non comprises, dénivelé cumulé : +660 m / -700m

Samedi 3 novembre 2012

C'est la grande journée. Nous longeons de loin la Grande Bleue, mais par la Montagne bien sûr. Nous passons le col de Braus, le village de Lucéram, les baisses de Marsan et de Buse, avant de la rivière Contes et de finir par "la montée qui tue" (+250m) vers Coaraze.

Repas au restaurant, nuit au gîte d'étape municipal,.

Distance étape : 23 km, durée : 7h00 environ pauses non comprises, dénivelé cumulé : +1250 m / -1000m

Dimanche 4 novembre 2012

Nous montons à la baisse de la Minière, au col du Dragon avant de redescendre sur Levens et delà au plan du Var

Nous retournons à Nice soit par le car soit par le train pittoresque de la vallée des Pignes. Retour sur Paris en soirée (voir détails dans la partie transport)

Distance étape : 15 km, durée : 5h00 environ pauses non comprises, dénivelé cumulé : +750 m / -800m

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

Coût prévisionnel : 180 € comprenant:

- les demi-pensions,
- les frais CAF,
- les frais d'organisation (courrier, téléphone, cartes, etc...),
- les transports (Plan du Var – Nice) et SNCF (Breil sur Roya - Fontan-Saorge)

Mais ne comprenant pas:

- le transport Paris – Breil sur Roya et Nice - Paris
- les repas des midis,

- les en-cas et boissons diverses,
- les repas du Mercredi et du Dimanche soir.

RENSEIGNEMENTS

Niveau technique : ▲▲, itinéraire montagnard facile

Niveau physique : Moyen +. Rythme modéré mais étapes longues. Peu de pauses et arrivée tardives à prévoir le samedi soir

Transports : Le transport est libre. Le programme est calé sur les trains suivants:

Aller : Mercredi 31 octobre 2012

	TGV6077 ou 6177	TER881327
Paris – Gare de Lyon	12h49	
Nice Ville	18h27	19h26
Breil sur Roya		20h28

Retour : Dimanche 4 novembre 2012

	TGV 6186
Nice Ville	18h31
Paris - Gare de Lyon	00h15

Cela étant, il est possible d'employer d'autre moyen de transport. Exemple, l'avion, vols Easyjet (aller: Orly 15h00, Nice 16h35, Retour Nice 20h50, Orly 22h20) ou autre.

A ce jour (mi juillet 2012), aucun train de nuit n'est référencé sur le site Voyages-SNCF, ni à l'aller, ni au retour.

Rendez-vous : le Mercredi 31 octobre 2012 à 18 h 27 à l'arrivée des TGVs 6077&6177 en gare de Nice Ville.

Repas du midi : à tirer du sac et à la charge des participants, ils seront pris sur le terrain. Chacun doit prévoir le pique nique de Jeudi. Normalement, nous pourrons nous ravitailler aux étapes, cependant, ce sera confirmé avant le départ quand je saurai quels sont les magasins ouverts et quels sont les magasins fermés.

Hébergement : Gîtes d'étape en demi pension, sauf le dernier jour où nous irons au restaurant le samedi soir. Il n'est pas exclu que nous devions acheter (et peut être porter) le petit déjeuner de Dimanche, tout dépendra des épiceries que l'on trouvera sur notre chemin (voir ci-dessus).

Equipement et matériels à emporter : l'équipement habituel du randonneur (chaussures montantes, guêtres, vêtements de pluie, vêtement chaud (fourrure polaire) pour la journée comme pour le soir, gourde), affaires de toilettes, vêtements et chaussures de rechange pour le soir et, lampe frontale, impérative pour arrivée tardive.

Inscription : Auprès du secrétariat du CAF Ile de France à partir vendredi 27 juillet 2012

L'inscription n'est effective qu'après le versement de 180 €. Il est cependant possible d'envoyer au secrétariat le bulletin et le chèque d'arrhes dès la parution de cette fiche technique, mais l'enveloppe ne sera ouverte que le 27 juillet. Il existe une assurance annulation, se renseigner au secrétariat du CAF pour plus de détails. Date limite d'inscription le samedi 27 octobre 2012.

Attention: la sortie est ouverte aux seuls adhérents de l'exercice 2013. Bien penser à envoyer votre cotisation 2013 au secrétariat avant le 1^{er} octobre si vous vous êtes inscrits avant.

Pour en savoir plus : carte IGN 1/25 000 n°3741ET et 3841OT