



Randonnée facile

- Dénivelé : 170 mètres.
- Durée : environ 2 heures
- Cartographie : Carte IGN TOP 25 n° 3641 ET.



Circuit des Hameaux

Au départ du Village de Roubion

Au départ de Roubion, cette petite promenade vous fera découvrir les environs immédiats du village et son patrimoine : la Chapelle Saint-Sébastien, ses sources, l'architecture de montagne organisant la vie de chaque espace cultivable.

Le sentier vous mène vers les hameaux de Buisses et du Villars via les balises 297, 295, 296, 287, 286 et 285 au village.



Point d'intérêt : Appréciez l'oratoire après le hameau de Falcon.

Randonnée facile

- Dénivelé : 340 mètres
- Durée : 3 heures
- Cartographie : Carte IGN TOP 25 n° 3641 ET



Le Bois de Falcon

Au départ du Village de Roubion

Au départ du village (b285 / b255), le sentier vous amène au pied des barres rocheuses de Falcon qui portent le nom de leur hôte, le faucon pèlerin (b256). Après une montée sur un versant à l'ombre des épicéas et des pins sylvestres, on débouche sur la crête de Falcon (b288) qui nous offre un splendide panorama sur la station des Buisses. La descente se fait par un adret enbaumant les genêts en fleurs au mois de juin (b289 / b286).



Randonnée moyenne

- Dénivelé : 480 mètres
- Durée : 4 heures
- Cartographie : Carte IGN TOP 25 n° 3641 ET.



Le Bois du Larzé

Au départ de la station des Buisses

Au départ de Buisses, cette randonnée vous fera traverser l'imposant massif forestier du Larzé (Bois Brulé). Vous pourrez découvrir la vie de la forêt : baraque de bûcherons, emprise de câbles servant autrefois à sortir les grumes... De nombreuses espèces seront peut-être visibles : cerfs, chamois ou chevreuils...

Le sentier suit la direction du Col de Tournauro puis entre dans le massif forestier (balises 303, 304, 311, 310, 305) avant de rejoindre les crêtes des pistes de ski (b306, b316) et de redescendre par la crête de la Crébasse.



Randonnée facile

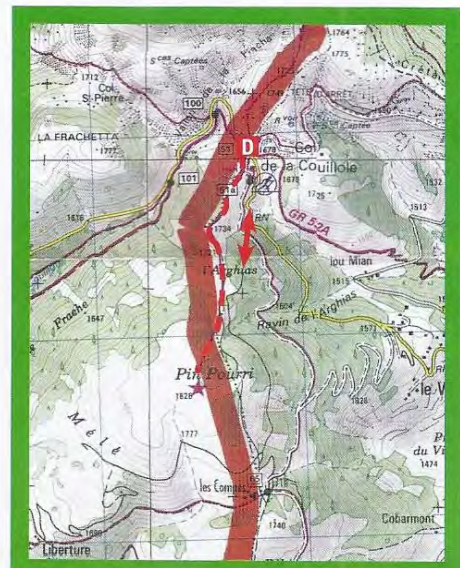
- Dénivelé : 150 mètres
- Durée : 1 heure
- Cartographie : Carte IGN TOP 25 n° 3641 ET.

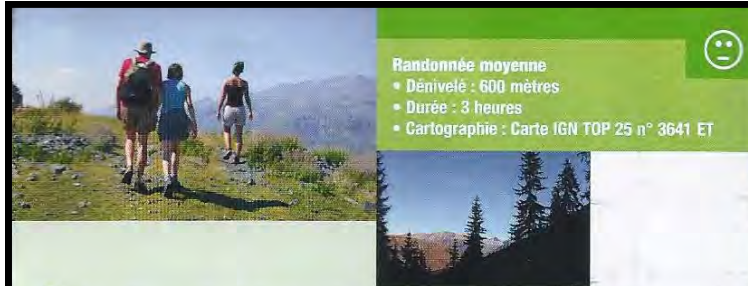


Le Pin Pourri

Au départ du Col de la Couillole

Au départ du Col de la Couillole, cette balade vous permet d'avoir un aperçu sur l'environnement de la commune. La montée se fait dans le bois d'Arghias. Le Pin Pourri est une zone de « couchade » où les brebis aiment à se retrouver pour passer la nuit (en été plus de 4 000 têtes d'ovins parcourent ces pâturages). On apprécie une très belle vue sur les sommets alentours : Pommier, Giarons, Cluots...





Randonnée moyenne

- Dénivelé : 600 mètres
- Durée : 3 heures
- Cartographie : Carte IGN TOP 25 n° 3641 ET



Le Circuit d'Ars - Mont Brussière

Au départ du Col de la Couillole

Au départ du Col de la Couillole, ce circuit est axé sur la découverte du pastoralisme et son milieu de prédilection : le prébois de mélèzes. Le sentier vous mène tout d'abord au sommet du Mont Brussière à 1 955 mètres d'altitude puis rejoint la crête d'Ars (balise 104). L'ancienne cabane pastorale d'Ars, est construite au bord d'une «doline». Cet entonnoir est dû à la présence de gypse qui se dissout au contact de l'eau. Le sentier du retour suit les balises 103 et 100 avant de rejoindre la station.



Point d'intérêt : la découverte de ce hameau, théâtre d'une vie pastorale intense pendant l'été où des milliers de moutons y transhumant.

Randonnée moyenne

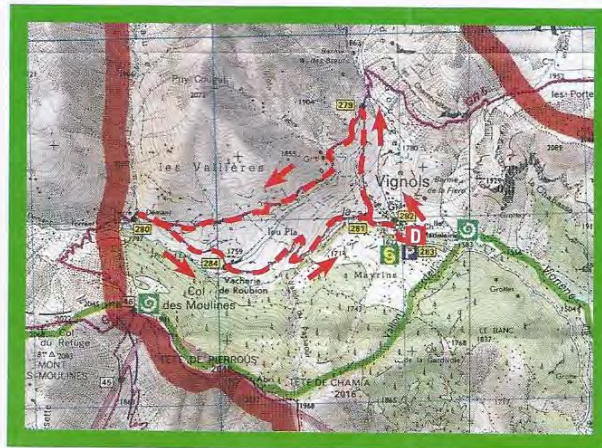
- Dénivelé : 400 mètres
- Durée : 3 heures
- Cartographie : Carte IGN TOP 25 n° 3641 ET.



Boucle de Vignols

Au départ du hameau de Vignols

Au départ de ce hameau pastoral en plein cœur du Parc National du Mercantour, ce circuit vous fera découvrir un lieu riche en histoire et témoin d'une vie agricole active au début du siècle dernier. On traverse le hameau vers l'ouest pour s'élever parmi les granges le long du vallon de la Gourgette. On suit ensuite le GR 5 jusqu'à la Pierre du Démant. Le sentier emprunte en partie l'ancien canal qui arrosait les terrasses cultivées de Vignols. On quitte le GR 5 au Col des Moulines et on accède par un petit collet à la Tête de Chamia qui surplombe le hameau à 2016 mètres d'altitude. Un large panorama se dévoile sur le plateau valbergan, le Mont Mounier et le site de Vignols qu'il faut alors imaginer ensemencé d'orge et de seigle.



Point d'intérêt : le témoignage d'une activité pastorale vivante avec la vacherie de Longon et le refuge qui vous accueillent pour déguster la tomme locale. La découverte de nombreuses constructions militaires (fortins, abris, tranchées).

Randonnée sportive

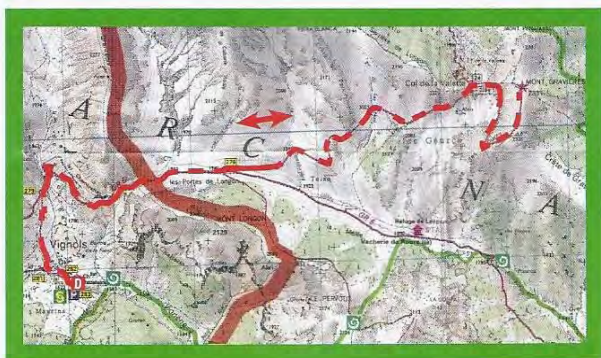
- Dénivelé : 720 mètres
- Durée : 5 heures
- Cartographie : Carte IGN TOP 25 n° 3641 ET.



Le Mont Gravières

Au départ du hameau de Vignols

Au départ de Vignols, on pénètre par les Portes de Longon dans une vallée suspendue offrant une très belle perspective sur le Mont Mounier. Le sentier suit le GR 5 jusqu'aux Portes de Longon puis traverse l'alpage pour rejoindre le Col de la Valette à l'aplomb du refuge communal de Longon. Du Col, on accède au Mont Gravières par un sentier qui contourne son versant sud-est. Le retour se fait par le même itinéraire.



INFOS SÉCURITÉ



Les intempéries

Parfois violents et imprévisibles, les orages méditerranéens s'abattent sans sommation sur nos massifs. Leur caractère subit et dévastateur doit être prévenu par un respect de l'horaire (partir le matin) et une consultation préalable de la météo. Surveiller l'évolution météorologique, agir en fonction de la dégradation du temps, telle doit être la préoccupation permanente du randonneur en altitude.

La météo

Avant toute sortie en montagne, il est conseillé de s'informer sur les prévisions météorologiques en appelant le répondeur départemental de Météo France. Cela permettra d'éviter certaines déconvenues et d'adapter ses déplacements et ses horaires en fonction de la situation climatique.

MÉTÉO MONTAGNE : 0 892 68 02 06

Raquettes : les précautions indispensables

Extrait du guide Randoxygène "Rando Neige" édité par le Conseil Général des Alpes-Maritimes

Avant le départ

- consulter la météo (bulletin quotidien pour la montagne + bulletin hebdomadaire pour la neige)
- adapter le choix du parcours en fonction des conditions climatiques et nivologiques du moment
- ne jamais partir seul sans signaler son parcours et l'heure approximative du retour
- prévoir un matériel d'orientation et de sécurité complet (pelle, sonde, ARVA, carte, boussole, altimètre, briquet)
- s'assurer qu'un membre du groupe connaît le fonctionnement de ce matériel
- ne jamais partir trop tard, car en hiver le soleil baisse rapidement et au printemps la neige se réchauffe dès la mi-journée
- s'assurer de la condition physique, du niveau technique des participants et de l'homogénéité du groupe
- emporter des vêtements permettant d'affronter les conditions hivernales
- acquiescer ou louer un matériel fiable de bonne qualité pour éviter arrêts intempêtes et débâcles malencontreuses.

Pendant le parcours

- rester en permanence à l'écoute de la montagne
- se méfier des pentes exposées aux coulées, qu'il s'agisse de la traverser ou de passer en contrebas
- modifier si besoin l'itinéraire prévu à l'origine
- surveiller l'évolution du temps et celle de la neige
- tenir compte de la fatigue éventuelle de certains membres du groupe
- savoir renoncer et faire demi-tour en cas d'incident ou de doute
- ne pas suivre aveuglément les traces existantes qui peuvent mener à une impasse
- respecter le tracé damé des pistes de ski de fond longées ou traversées
- éviter les dévers et les contre-pentes, à la fois déplaisants et dangereux
- respecter la nature (récupérer ses déchets), la végétation et les animaux
- observer un espace suffisant entre les randonneurs dans le cas d'une traversée exposée ou d'un passage avalanchueux incontournable.