

Haut Val de Loire

CIRCUIT DES BRESSES

ACCÈS ROUTIER : 70 km Depuis Nice (aéroport), remonter la vallée du Var par la RD 6202 jusqu'à Plan du Var, puis la vallée de la Vésubie (RD 2565) et la suivre jusqu'à St Martin Vésubie. Continuer par la RD 89 jusqu'au lac du Boréon puis s'engager sur la route qui mène au col de Salèse (autorisation indispensable pour s'y garer).

Cette belle randonnée au cœur du Mercantour sur les hauteurs du lac Nègre et du Camp Soubran vous fait découvrir les lacs des Bresses nichés à 2 500 m d'altitude. Ces lacs baignent dans un paisible décor minéral dominé à l'ouest par la pointe de Giegn (2 888 m) et à l'est par la cime de Frémamorte (2 738 m).

Du collet des Bresses (2 618 m), superbe porte d'entrée sur le « Parco naturale Alpi Maritime », vous aurez une vue imprenable sur les cimes du massif de l'Argentera (Nasta, Baus, Bastione, Brocan, ...) et sur les lacs italien de Fremamorta.

Du belvédère au dessus de la Baisse du lac Nègre (2 585 m), la vue est féérique : au centre le Caïre Pouchu ; à sa gauche le lac des Bresses avec en arrière plan les lacs de Frémamorte blottis sous la cime de Rogué ; à droite, vue plongeante sur le lac Nègre bordé des cimes du Giegn, du Préfouns et des Tablasses.

Ce Parcours vous permettra aussi de découvrir les splendeurs du lac Graveirette.

ITINÉRAIRE

Du col de Salèse (2 031 m - b.436, descendre 400 m environ sur la piste, puis prendre à droite (b.268) le confortable chemin muletier du lac Nègre qui s'élève doucement, jusqu'au pied du déversoir (b.269, 270). A la balise 270 (2 270 m), longer le petit lac à gauche, puis un second à

droite. Juste après, quitter le chemin de Frémamorte et remonter (en suivant une trace et les cairns) une petite combe jusqu'au lac inférieur des Bresses (2 458 m). Le contourner par la droite, puis accéder au lac supérieur (2 501 m). Remonter ensuite la combe en suivant les cairns qui vous mènent sur un sentier rejoignant le collet des Bresses. Du collet (2 618 m), vue magnifique sur le cirque rocheux italien du « Parco Naturale Alpi Maritime ». Redescendre par le même chemin, puis continuer vers la droite en direction de la Baisse du lac Nègre que vous empruntez pour rejoindre ce lac (2 350 m). Descendre jusqu'à un virage situé juste au-dessus de la balise 270 et continuer sur le large sentier à droite, puis passer à gué le cours d'eau. Juste après le virage à gauche, prendre main droite la sente de traverse qui conduit au lac de Graveirette (2 239 m). Descendre par le large sentier jusqu'à la balise 269 et regagner le col de Salèse.



CARACTERISTIQUES DE L'ITINÉRAIRE

Montée : + 590 m

Descente : - 590 m

Durée : 5 h 30

Difficulté : rando sportive.

Période conseillée : juin à novembre.

Réglementation : Parc national du Mercantour

CARTOGRAPHIE "Moyenne Tinée" TOP 25 n° 3641 ET 1:25.000e

