

CIRCUIT DES TABLASSES

Haut Val de Loire

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



CARACTERISTIQUES DE L'ITINERAIRE

Montée : + 1050 m

Descente : - 1050 m

Durée : 7 h 00

Difficulté :
randonnée sportive.

Période conseillée :
juin à novembre.

Réglementation :
Parc national
du Mercantour

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

Cette randonnée sportive sur les sommets du Mercantour à la frontière du «Parco Naturale delle Alpi Maritime» vous fera découvrir de splendides paysages :

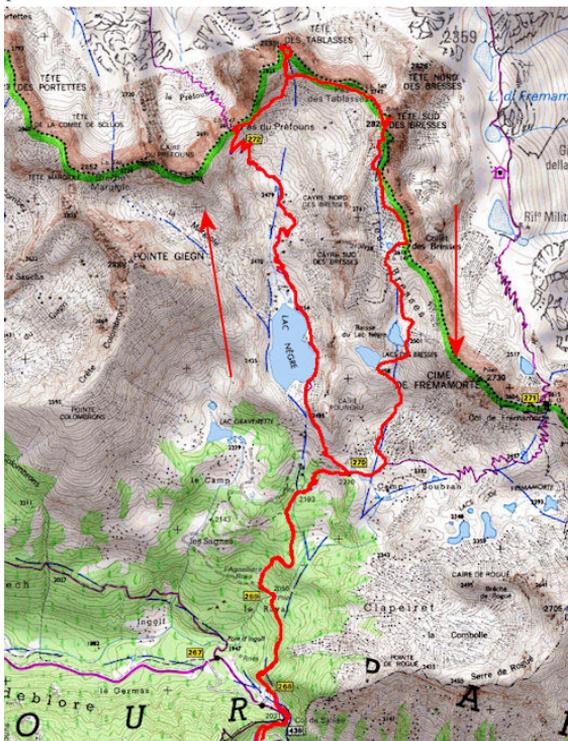
- Au Pas du Préfouns (2 615 m); à l'ouest, les pointes rocheuses italiennes de la Cresta Savoia se découpent dans le ciel tandis qu'au sud, le lac Nègre scintille au pied du caïre Pouchu.

- Au sommet des Tablasses (2 855 m), les lacs des Portettes et du Claus sont blottis au pied de la tête du Claus (2 897 m), avec en arrière plan le Mont Malinvern (2 935 m). Plus au nord, le mont Matto (3 093 m) trône majestueusement sur ses proches voisins.

- De la Tête Sud des Bresses (2 824 m) la vue est imprenable sur les lacs italiens de Fremamorte dominés par les cimes du massif de l'Argentera et du Mercantour (Argentera, Paganini, Nasta, Baus, Cima, Bastione, Brocan, Guillé et Ruine).

ITINÉRAIRE

Du col de Salèse (2 031 m - b.436), descendre 400 m environ sur la piste, puis prendre à droite (b.268) le chemin du lac Nègre qui s'élève jusqu'au pied du déversoir (b.269, 270). A la balise 270 (2 270 m), prendre à gauche en direction du lac Nègre. Contourner le lac par la droite, puis monter vers le nord par le sentier, la Tête des Tablasses est devant. Le sentier arrive sur un replat, puis monte en lacets jusqu'au Pas du Préfouns (2 615 m). Au Pas, prendre à droite une sente en direction du nord-est qui se dirige vers le Pas des Tablasses. A mi-parcours entre les Pas du Préfouns et des Tablasses, prendre le grand couloir central qui monte au milieu des blocs de pierres et atteindre à droite le sommet culminant de la tête des Tablasses (2 855 m). Redescendre



le couloir et prendre à gauche la sente qui disparaît très rapidement dans les pierriers. Progresser en gardant la direction du Pas des Tablasses, pour arriver sous ce dernier, qui l'on gravit sans difficulté. Au Pas (2 742 m), suivre alors le sentier qui monte et passe sous la Tête Sud des Bresses (2 824 m) que l'on gravit par le versant sud (gros blocs). Descendre ensuite en direction du sud en suivant un sentier cairné, passer au collet des Bresses, puis un peu plus bas, continuer plein sud dans le vallon en suivant une sente intermittente et des cairns. Passer à gauche des deux lacs des Bresses, puis continuer la descente pour regagner facilement le Camp Soubran et la balise 270. La suite du retour se fait en suivant le même itinéraire qu'à la montée.