

# VÉSUBIE / VALDEBLORE

## LA CÔTE D'AZUR, CÔTÉ NATURE

CARNET DE VOYAGE

**DÉPARTEMENT  
DES ALPES-MARITIMES****SYNDICAT MIXTE POUR LE DÉVELOPPEMENT**

de la vallée de la Vésubie et du Valdeblore



DÉPARTEMENT  
DES ALPES-MARITIMES

06



TYROLIENNE GÉANTE  
KART & TROTINETTE  
CENTRE THERMAL

PARC ALPHA  
ACROBRANCHE  
VIA FERRATA  
ESCALADE

DESCENTE VTT  
LUGE D'ÉTÉ  
MINI GOLF

LAC BIOLOGIQUE  
REMONTÉE TÉLÉSIÈGE...

FAITES LE PLEIN DE SENSATIONS !  
VIBREZ VÉSUBIE VALDEBLORE

SAINT-MARTIN-VÉSUBIE • LA COLMIANE • ROQUEBILLIÈRE • LANTOSQUE • LA BOLLÈNE VÉSUBIE



SYNDICAT MIXTE POUR LE DÉVELOPPEMENT  
de la vallée de la Vésubie et du Valdeblore

COMITÉ RÉGIONAL DU TOURISME  
CÔTE D'AZUR

PENSEZ BORÉON !

Vivez  
**Alpha**  
PARC ANIMALIER  
SAINT-MARTIN-VÉSUBIE



Tarifs et informations sur :  
[www.alpha-loup.com](http://www.alpha-loup.com)  
Tél. 33 (0)4 93 92 33 69

DÉPARTEMENT  
DES ALPES-MARITIMES

SYNDICAT MIXTE POUR LE DÉVELOPPEMENT  
de la vallée de la Vésubie et du Valdeblore



# BIENVENUE DANS LA VALLÉE DE LA VÉSUBIE !

© PATRICE TORDJMAN / PARC NATIONAL DU MERCANTOUR



*Saint-Martin-Vésubie.*

Des plus hauts sommets des Alpes-du-Sud à sa confluence avec le Var, la Vésubie dévoile un visage aux mille facettes, offrant d'innombrables possibilités de découvertes, d'activités et de loisirs.

Amoureux de grands espaces et de randonnées, vous pourrez y parcourir, dans les traces du chevalier Victor de Cessole, des itinéraires d'exception au cœur d'une nature sauvage et préservée, et, pour les plus entraînés, vous

lancer dans l'ascension du « toit » des Alpes-Maritimes, la Cime du Gélas, qui du haut de ses 3143 mètres domine un paysage époustouflant.

Féru d'histoire, de patrimoine et de culture, vous déambulerez le long des chemins qui formaient autrefois la route du sel, au hasard des villages, des restanques, des granges et des chapelles cachées, à la découverte des témoignages de la vie d'autrefois et à la rencontre d'habitants accueillants et chaleureux, gardiens de traditions multiséculaires. A la recherche de sensations fortes ou inédites, vous dévalerez les pentes de la Colmiane, à ski ou en tyrolienne, ferez le plein d'émotions « verticales » au Vesúbia Mountain Park, côtierez au plus près les loups au Parc Alpha et vous ressourcerez dans les nouveaux thermes de Roquebillière Berthemont-les-Bains. En participant au développement des infrastructures, au maintien des services publics et des activités économiques et agro-pastorales, à l'essor d'équipements touristiques innovants dévolus aux sports et loisirs de montagne, le Département des Alpes-Maritimes et du syndicat mixte pour le développement de la vallée de la Vésubie et du Valdeblore ont contribué à créer une nouvelle dynamique dans la vallée de la Vésubie, respectueuse de l'histoire et de l'identité de ce territoire, tout en étant ouverte sur le monde et sur la modernité.

Je vous invite à découvrir, au fil des pages de ce guide, les charmes de ce pays authentique, fier et accueillant.

*Eric CIOTTI*  
*Président du Département*  
*des Alpes-Maritimes*



© DÉPARTEMENT 06

# SOMMAIRE

## DÉCOUVERTE

### Nature.....8

Géographie.....	8
Climat.....	8
Relief.....	9
Faune.....	14
Flore.....	19
Parcs et réserves naturelles.....	22

Faune et flore.....	14
---------------------	----

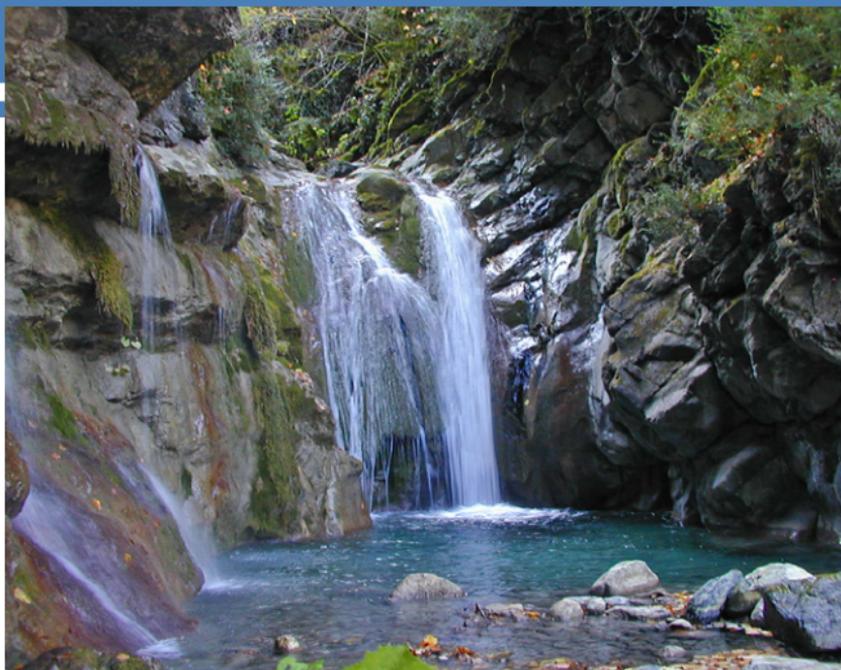
### Patrimoine et traditions.....23

Patrimoine architectural.....	23
Villes et villages.....	23
Architecture religieuse.....	24
Architecture militaire.....	26
Ouvrages d'art.....	27

### Sports et loisirs.....28

Activités de plein air.....	28
Randonnées pédestres.....	28
Trail.....	29
Randonnées à cheval et à dos d'âne.....	30
Balades à vélo, cyclotourisme et VTT.....	32
Baignade.....	35
Parcours dans les arbres.....	35
Alpinisme, escalade et via-ferrata.....	35
Chasse, pêche et nature.....	39
Pêche.....	39
Dans les airs.....	39
Parapente – deltaplane.....	39
Sports d'hiver.....	39
Ski.....	40
Ski de fond.....	40
Randonnées en raquette.....	40





La cascade de Venanson.

Sports à sensation.....	41
<i>Sports d'eaux-vives.....</i>	41
<i>Sports mécaniques.....</i>	41
<i>Bien-être et remise en forme.....</i>	42

<b>Festivals et manifestations .....</b>	<b>43</b>
<i>Fêtes.....</i>	43
<i>Manifestations culturelles – Festivals .....</i>	44
<i>Manifestations sportives.....</i>	44

Roquebillière .....	68
Venanson .....	74
Belvédère .....	80
Saint-Martin-Vésubie.....	87
Le Boréon.....	106
La Colmiane / Valdeblore .....	116
Rimplas .....	131

## ■ DE LIEUX EN LIEUX ■

<b>Nature.....</b>	<b>48</b>
Utelle.....	48
Lantosque .....	54
La Bollène-Vésubie / Col de Turini.....	59

## ■ PENSE FUTE ■

Comment se rendre dans la vallée de la vésubie ? .....	134
<b>S'informer .....</b>	<b>136</b>
<b>Bibliographie.....</b>	<b>138</b>
<b>Index .....</b>	<b>139</b>



# La vallée de la Vésubie





*La Colmiane.*

© OLIVIER MAGHERINI

# DÉCOUVERTE



# NATURE

## GÉOGRAPHIE

### Climat

► **Températures moyennes** : si le climat est de type méditerranéen sur le littoral des Alpes-Maritimes, il est un peu moins clément dans la vallée de la Vésubie, proximité des montagnes oblige. Le climat vésubien est ainsi multiple : méditerranéen, alpin et provençal. Il est très agréable tout au long de l'année et affiche, en toute saison, des moyennes plus élevées que dans les autres parties des Alpes françaises. Les températures moyennes sont autour de 20 °C l'été et 5 °C l'hiver. Juillet est le mois le plus chaud, janvier le mois le plus froid. A cette période, neige et verglas sont courants.

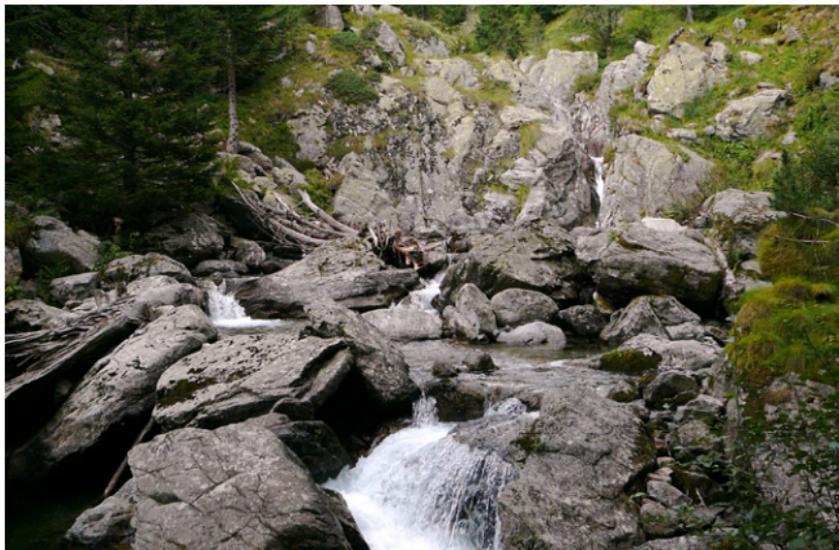
► **Ensoleillement** : le département bénéficie d'un des plus forts taux

d'ensoleillement en France avec 1 219 heures enregistrées en 2016 ! Dans la vallée de la Vésubie, le chiffre est relativement similaire.

► **Précipitations** : les précipitations sont rares mais peuvent être violentes. L'été, elles prennent la forme d'orages en fin d'après-midi sur les hauts reliefs. L'hiver, elles peuvent se transformer en neige mais avec une grande irrégularité. Les Alpes-Maritimes constituent la partie la plus enneigée des Alpes du Sud mais, certaines années, l'hiver est une saison sèche. A Saint-Martin-Vésubie, par exemple, le mois le plus sec est celui de juillet avec seulement 37 mm de pluie. Le mois d'octobre enregistre les précipitations les plus importantes (98 mm).

### Carte d'identité

- **Population** : 7 641 habitants (2014).
- **Démographie** : +4,13 % par rapport à 2009.
- **Densité** : 16 habitants/km<sup>2</sup>.
- **Superficie** : 483,85 km<sup>2</sup>.
- **Préfecture** : Nice.
- **Nombre de communes** : 9.
- **Région d'appartenance – départements la composant** : Provence-Alpes-Côte d'Azur – Alpes-Maritimes.
- **Point culminant** : la cime du Gélas (3 143 mètres) qui est aussi le point culminant du département.
- **Cours d'eau principal** : la Vésubie.



© PATRICK LAFITE / FOTOLIA

*Le Boréon.*

► **Vent** : la barrière des montagnes protège la région des vents froids du nord et en particulier du mistral, un vent qui descend le couloir rhodanien soufflant à pleine puissance dans la région de Marseille. Mais un autre type de vent peut être présent : le fœhn. C'est un phénomène météorologique qui a lieu principalement dans les montagnes, provoquant une brusque élévation de température (souvent dix degrés d'un coup) et générateur d'avalanches par fonte brutale des neiges. Ce phénomène peut également intervenir à partir des altitudes comprises entre 500 et 600 mètres, se caractérisant par de fortes précipitations sur le versant de la montagne situé au vent et par un vent chaud et sec.

La Vésubie est également sujette à la lombarde, un vent d'est violent qui souffle sur les Alpes à proximité de la frontière italienne, elle apporte averses et premières neiges.

## Relief

► **Paysages caractéristiques.** Située à la rencontre des Alpes et de la Méditerranée, la vallée de la Vésubie est essentiellement montagneuse. C'est d'ailleurs là que culmine le principal sommet du département, la cime du Gelas (3 143 m), au nord-est de Saint-Martin-Vésubie, près du col de Fenestre. On est ici bien loin de la vision de la Côte d'Azur classique avec en toile de fond la grande bleue. C'est un paysage planté de villages fortifiés ou provençaux, à l'architecture hélicoïdale ou défensive, et souvent posés sur des pitons rocheux ou en contrebas des vallées, qui s'offre à nous. L'altitude dépasse généralement les 850 mètres et les panoramas sont à couper le souffle. Sur votre route, vous aurez aussi l'occasion de traverser des forêts de châtaigniers, de pins maritimes et de mélèzes.

Sur les hauteurs, ce ne sont qu'espaces préservés et stations de sports d'hiver. La nature y est quasiment intacte et peut bien souvent n'être sillonnée qu'à pied ! Alors que vous soyez prêt à skier ou à randonner à la recherche des marmottes, direction le haut pays qui vous emmène en altitude respirer l'air frais.

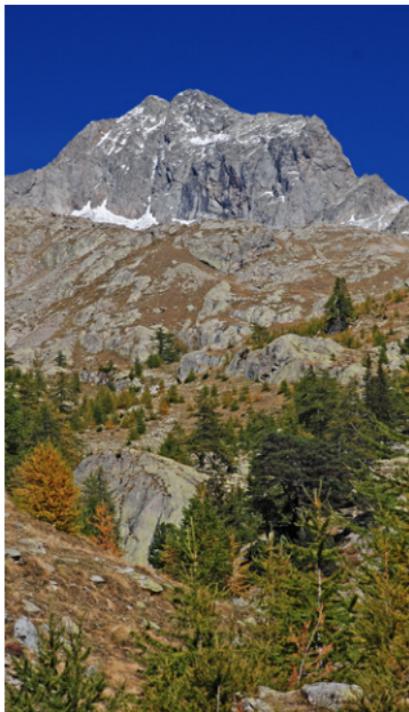
► **Cours d'eau et vallées.** Deux rivières principales délimitent le secteur, la Vésubie et la Tinée.

La Vésubie, affluent du Var en rive gauche, était appelée autrefois la Lantosque. Elle se forme dans le massif du Mercantour, au lac Blanc (2 665 m) et parcourt 45 kilomètres. Sur son chemin, elle traverse 6 des 9 villages de la vallée de la Vésubie, à laquelle elle

a donné son nom (Saint-Martin-Vésubie, Venanson, Roquebillière, Lantosque, La Bollène-Vésubie et Utelle). La Vésubie est qualifiée de rivière abondante : elle est alimentée par les précipitations en automne et par la fonte des neiges au printemps. Elle possède 11 affluents dont les plus célèbres sont le Boréon (avec son lac) et la Gordolasque. D'une longueur de 18,7 kilomètres, celle-ci prend sa source à 2 675 m d'altitude dans le vallon de la Fous, sur la commune de Belvédère.

Longue de ses 75 kilomètres, la Tinée, qui a donné son nom à la vallée voisine, traverse 3 communes de la vallée de la Vésubie : Rimplas, Valdeblore et Utelle. Ces rivières ont, au fil des siècles, taillé des gorges aux parois verticales. La route pour se rendre dans la vallée de la Vésubie est très pittoresque. On passe en quelques kilomètres de la basse vallée du Var à un paysage alpin. Quant au Val de Blore, il forme un trait d'union entre la Tinée et la Vésubie et compte quatre villages réunis sous le nom de Valdeblore (Saint-Dalmas, La Roche, La Bollène et La Colmiane).

► **Sommets et cols.** A seulement quelques kilomètres des côtes et des plages du littoral se dressent des sommets et des cols élevés, aux reliefs tourmentés, troués de cluses et de canyons, flanqués de parois abruptes (souvent équipées de via ferrata) qui peuvent offrir aux alpinistes les plus chevronnés et les plus intrépides un immense territoire d'escalade qui n'a rien à envier aux Grandes Alpes. Parmi les plus emblématiques, la cime du Gélas se dresse à 3 143 mètres (point culminant du massif du Mercantour et du département des Alpes-Maritimes).



Le sommet du Gélas.

*La rivière La Vésubie.*

© GUY LOMBART / PARC NATIONAL DU MERCANTOUR





*Vallée des Merveilles,  
gravures rupestres au premier plan.*

© PARC DU MERCANTOUR

MUSÉE DES PAPILLONS .....	63
MUSÉE DU LAIT .....	81
MUSÉE DU PATRIMOINE DU HAUT PAYS ..	90

## ■ O / P ■

O À LA BOUCHE (L') .....	108
OFFICE DE TOURISME .....	68, 81
OFFICE DE TOURISME DE LA BOLLÈNE-VÉSUBIE .....	60
OFFICE DE TOURISME DE SAINT-MARTIN-VÉSUBIE .....	88
OFFICE DU TOURISME DE VALDEBLORE LA COLMIANE .....	116
OUTA (L') .....	120
P'TITE SUISSE (LA) .....	95
PALAIS GUBERNATIS .....	93
PARC ANIMALIER ALPHA .....	112
PATINOIRE SYNTHÉTIQUE .....	102
PIERRE BLEUE (LA) .....	100
PISCINE MUNICIPALE .....	66
POINT D'INFORMATION TOURISTIQUE DU BORÉON .....	107
POUS CAFÉ .....	132
PRA D'ALART (LE) .....	66
PRAIRIA (LA) .....	106
PROVENÇAL (LE) .....	69

## ■ R ■

RANCH (LE) .....	65
RANDOMERCANTOUR VENANSON .....	77
RELAIS DES MERVEILLES (LE) .....	86
RENDEZ-VOUS (LE) .....	95
RENDEZ-VOUS VÉSUBIEN (LE) .....	70
RESTAURANT LA MADONE D'UTELLE .....	50
RIBAMBELLE (LA) .....	100
<b>RIMPLAS .....</b>	<b>131</b>
<b>ROQUEBILLIÈRE .....</b>	<b>68</b>
RUCHER DES BAOUS (LE) .....	74
<b>SAINT-MARTIN-VÉSUBIE .....</b>	<b>87</b>

## ■ S ■

SAINTE-SÉBASTIEN** (LE) .....	71
SANCTUAIRE DE LA MADONE	

DE FENESTRE .....	94
SARAH ET NICOLAS .....	106
SAUVAGEONNE (LA) .....	125
SEMEUSE (LA) .....	71
SERENA (LA) .....	120
STAGE DE PHOTOS NUMÉRIQUES .....	102
STATION DE TRAIL .....	105
STATION DE TURINI CAMP D'ARGENT .....	67
STOP (LE) .....	121

## ■ T ■

TAVERNE DU MERCANTOUR (LA) .....	96
TOUR D'ESCALADE - CASCADE DE GLACE .....	114
TRANSHUMANCE (LA) .....	100
TRANSVÉSUBIENNE (LA) .....	45
TRAPPA (LA) .....	96
TRATTORIA DI BARBABLÙ .....	55
TREILLE (LA) .....	96
TYROLIENNE .....	125

## ■ U / V / Y ■

ULTRA TRAIL COTE D'AZUR MERCANTOUR .....	46
<b>UTELLE .....</b>	<b>48</b>
VAL DE TROLLS .....	125
VALLÉE DE LA GORDOLASQUE .....	82
VALLÉE DES MERVEILLES (LA) .....	81
<b>VENANSON .....</b>	<b>74</b>
VERTICALE DU PETIT MANAIROU (LA) .....	46
VESÚBIA MOUNTAIN PARK .....	103
VIA FERRATA DU BAUS DE LA FREMA ..	129
VIA FERRATA LANTOSQUE .....	56
VILLA LES CEDRES .....	100
VILLAGE DE VACANCES .....	
VILLAGES (LES) .....	118
VTT .....	130
YETI (LE) .....	66, 121
YOURTES DU BORÉON .....	114

