



LES GUIDES RANDOXYGÈNE

Rando Via Ferrata



CONSEIL GENERAL DES ALPES-MARITIMES
L'ÉNERGIE AU CŒUR DU DÉPARTEMENT



ÉDITO

Les “via ferrata” ou plutôt devrait-on dire les “vie ferrate” trouvent, comme leur consonance l’indique, leur origine chez nos amis transalpins. A mi-chemin de la randonnée et de l’alpinisme, cette discipline sportive très prisée en Italie est apparue récemment en France, au début des années 1990 précisément.

Aujourd’hui, ce sont plus de cent itinéraires du vertige qui offrent au public des parcours ludiques permettant de gravir en sécurité parois ou éperons rocheux, à condition bien sûr de respecter strictement les règles et usages et d’utiliser le matériel adéquat.

Dans les Alpes-Maritimes, huit villages se sont lancés à ce jour dans l’aventure verticale de la “via ferrata”, sacrifiant à l’engouement collectif pour les sports de nature en général et pour ceux qui suscitent un frisson d’adrénaline en particulier. Ce guide leur est dédié, nouvelle preuve de l’engagement du Conseil général en faveur des activités de découverte du milieu naturel et des loisirs à vocation écologique.



CHRISTIAN ESTROSI,
Ministre délégué à l’Aménagement du Territoire
Président du Conseil général des Alpes-Maritimes



UNE DISCIPLINE RÉCENTE

Via Ferrata



De tous temps, l'homme a voulu gravir les montagnes et a tenté d'en faciliter l'accès : le capitaine Antoine de Ville avec des échelles pour la première ascension du mont Aiguille en 1492 ou, plus tard, les guides de montagne à l'aide de tronçons de câbles et de cordes pour le franchissement de mauvais pas sur les arêtes du Cervin ou de la Meije. L'équipement à demeure de certains itinéraires a même été réalisé comme à la dent du Géant dans le massif du Mont Blanc.

Lors de la Première Guerre mondiale, en Italie, des itinéraires aménagés à l'aide de câbles, échelles, passerelles et autres tunnels creusés dans la roche ont été réalisés pour faciliter le déplacement des troupes alpines. Très vite, après guerre, ces itinéraires abandonnés connurent un usage touristique sans cependant susciter de nouveaux aménagements.

C'est seulement dans les années 60 que des aménagements nouveaux commencent à voir le jour. Dans les années 80, c'est en France que naît le concept de via ferrata sportive où le but n'est plus d'atteindre un sommet par un itinéraire utilisant les faiblesses de la montagne, mais de créer un véritable parcours sportif offrant le maximum de sensations.

Aujourd'hui, la centaine d'itinéraires réalisés principalement en zone de montagne présente un potentiel touristique attrayant pour une clientèle de proximité ou de séjour. En effet, comme pour la descente de canyon, les pratiquants venus de l'extérieur organisent des séjours "via ferrata" dans notre département façon originale de découvrir un massif ou une région au terme d'une semaine de nature sportive.

Via Ferrata



L'offre des Alpes-Maritimes est particulièrement attrayante car les itinéraires, tous conçus selon la nouvelle génération de via ferrata, se révèlent à la fois variés et ludiques. Ainsi, des crêtes d'altitude du Mercantour aux gorges ombragées de la Vésubie en passant par un parcours souterrain au cœur des Préalpes de Grasse, c'est une grande diversité d'ambiances et de pratiques dictées par la géographie des lieux qui s'offre aux amateurs.

Le patrimoine n'est pas en reste : vestiges médiévaux, grottes murées, ruines de château, chapelles perchées, croix, ponts, aqueducs, ancien gibets ou fermes abandonnées constituent autant d'éléments culturels que le "ferratiste" côtoiera au cours de ses ascensions, alors même qu'il se croyait loin de toute civilisation et présence humaine.

Une flore et une végétation particulièrement riches et diversifiées s'observent au fil des parcours : espèces alpines telles que les saxifrages ou l'edelweiss en altitude, espèces méditerranéennes comme les plantes grasses ou le figuier sur la frange côtière ou encore nombreuses variétés de fougères au fond des canyons.

Le paradoxe de ces itinéraires est que bien qu'entraînant une fréquentation nouvelle dans des lieux jusqu'alors préservés, la canalisation des pratiquants sur une largeur de quelques mètres permet à la végétation de s'épanouir en bordure de tracé ou encore à la faune de s'habituer à la présence humaine. Ainsi, sur la via ferrata de Peille, on a pu observer avec intérêt la réussite de la nidification d'un couple de hiboux à moins de 3 m de l'itinéraire aménagé.

DES AMÉNAGEMENTS SPÉCIFIQUES

Via Ferrata

Créés à l'initiative des communes, ces itinéraires de pleine nature aménagés spécifiquement sont régulièrement entretenus et contrôlés par un organisme spécialisé. Néanmoins, les dangers objectifs liés à la pratique des sports de nature demeurent et les risques de chute de pierres ou d'orage ne sont pas à exclure. Si la collectivité s'engage sur la fiabilité de l'équipement mis en place, en revanche, elle n'assure aucune surveillance ni encadrement des usagers. Chaque pratiquant y évolue en autonomie sous sa propre responsabilité. C'est pourquoi nous vous conseillons, si vous n'êtes pas un spécialiste de l'activité, de faire appel à un professionnel qui saura vous guider, vous former et vous faire découvrir les joies de la via ferrata en toute sécurité.

La gestion de ces itinéraires est tantôt assurée directement par la commune, tantôt confiée à un exploitant privé.

UNE SIGNALÉTIQUE ADAPTÉE

Une signalétique spécifique destinée à informer, conseiller et prévenir est présente au départ de chaque itinéraire. En complément, un fléchage directionnel oriente les pratiquants le long du parcours et des panneaux de prévention informent des techniques à mettre en œuvre pour le franchissement des agrès.

UNE PRATIQUE RESPONSABLE

Comme pour toute activité de pleine nature, le comportement citoyen et responsable de chacun est le meilleur garant de la préservation du milieu naturel et de l'avenir de l'activité.

- s'acquitter de la redevance d'accès,
- garer correctement son véhicule dans les endroits prévus à cet effet,
- prendre connaissance de la réglementation locale et des consignes de sécurité,



Via Ferrata

- suivre les itinéraires d'accès et de retour aménagés et balisés,
- utiliser un équipement personnel adapté à l'activité,
- être discret et courtois avec les riverains et les autres pratiquants,
- respecter l'environnement et ramener ses déchets,
- informer le gestionnaire du site en cas de dégradation constatée sur les équipements.

UNE REDEVANCE D'ACCÈS

Afin de financer les visites de contrôle et l'entretien obligatoire des itinéraires, les communes concernées ont mis en place une redevance d'accès permettant de limiter les dépenses de fonctionnement. En effet, si la création de l'itinéraire est largement subventionnée par les collectivités publiques, la gestion quotidienne des itinéraires est à la charge des communes dont les revenus sont souvent modestes.



AVERTISSEMENT

Les renseignements fournis dans ce guide sont donnés à titre d'information et malgré tout le soin apporté à sa rédaction, des erreurs ont pu s'y glisser.

Tout pratiquant qui s'engage sur l'un des itinéraires décrits le fait sous sa propre responsabilité en pleine conscience des dangers

encourus. Le Conseil général décline toute responsabilité en cas d'accident ou d'incident. Des modifications dans l'offre de parcours ou dans les itinéraires utilisés peuvent se produire en fonction d'événements fortuits (éboulements) ou planifiés (modifications d'itinéraire...). Dans tous les cas, les informations de terrain priment sur les renseignements fournis dans ce guide.

INFORMATIONS PRATIQUES

ACCÈS ROUTIER

Nombre de kilomètres depuis les grandes villes côtières les plus proches et indications routières pour accéder au départ de la via ferrata.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche : calcaire

Exposition générale : sud

Longueur de l'itinéraire : 750 m

Dénivelée positive : + 250 m

Altitude maximale : 777 m

Cotation : difficile

CARTOGRAPHIE

“Vallée de l'Estéron”
TOP 25 n° 3642 ET
1 : 25 000e

FICHE SIGNALÉTIQUE

NATURE DE LA ROCHE

Calcaire pour l'ensemble des itinéraires décrits.

EXPOSITION

Orientation globale de la via ferrata par rapport au soleil.

LONGUEUR

Distance du parcours mesurée en mètres entre les points de départ et d'arrivée.

DÉNIVELÉE

Différence de niveau à graver entre le départ et l'arrivée de la via ferrata.

ALTITUDE MAXIMALE

Point le plus haut atteint par le parcours.

COTATION

A partir de l'ensemble de leurs caractéristiques, les itinéraires sont classés selon l'échelle de cotation suivante :

ASSEZ DIFFICILE (AD)

Parcours de difficulté modérée présentant en général un engagement peu important.

Itinéraire à la portée d'un pratiquant peu entraîné maîtrisant l'activité ou encadré.

DIFFICILE (D)

Parcours de difficulté modérée présentant en général un engagement important.

Itinéraire à la portée d'un pratiquant normalement entraîné maîtrisant l'activité ou encadré.

TRÈS DIFFICILE (TD)

Parcours à la difficulté soutenue présentant en général des passages physiques et athlétiques.

Itinéraire réservé aux pratiquants bien entraînés et maîtrisant parfaitement l'activité.

CARTOGRAPHIE

Les références de la carte TOP 25 au 1 : 25 000 (coédition IGN-Conseil général) sont précisées pour chaque itinéraire. La carte permet d'identifier l'itinéraire d'approche et celui de retour sans s'égarer.

LÉGENDES DES CARTES



Parcours de la via ferrata



Sens du parcours



Accès et retour pédestre



Parking



Départ de la via ferrata



Arrivée de la via ferrata



Route asphaltée



Piste non revêtue



Sentier ou chemin



Emplacement du poteau



Numéro de balise



Village



Hameau



Bâtiments groupés



Bâtiment isolé



Chapelle



Sommet



Cours d'eau

Via Ferrata



CARACTÉRISTIQUES

Elles sont indiquées pour chaque via ferrata selon une échelle variant de 1 à 5 étoiles.

VERTICALITÉ

Synthèse de la hauteur et de la raideur des parties verticales, de l'exposition au vide et du caractère impressionnant des passages.

PASSAGES ATHLÉTIQUES

Caractère physique d'un passage, en fonction de sa raideur, de sa longueur et de sa technicité.

ENGAGEMENT

Difficulté à s'échapper du parcours en cas d'incident ou d'orage.

LONGUEUR

Distance totale de l'itinéraire.

DIFFICULTÉ

Évaluation globale prenant en compte l'ensemble des paramètres du parcours.

CONDITIONS D'ACCÈS

Les vie ferrate des Alpes-Maritimes sont payantes. Le lieu où l'on peut s'acquitter de la redevance d'accès est indiqué (office de tourisme, chalet d'accueil, mairie, etc.). La possibilité de louer du matériel sur place est également précisée.

PÉRIODE CONSEILLÉE

Période la plus favorable pour effectuer le parcours avec le maximum d'agrément.

ÉQUIPEMENT PERSONNEL

Indications principales sur le matériel adapté à la via ferrata concernée (casque, baudrier, longes avec absorbeur d'énergie, poulie, gants, etc.). Il convient néanmoins de se référer à la liste du matériel recommandé qui figure dans les pages "équipement et matériel".



CARACTÉRISTIQUES DE L'ITINÉRAIRE

Verticalité :

+++

Passages athlétiques :

+++

Engagement :

++++

Longueur :

+++

Difficulté :

+++

Conditions d'accès :
obligatoire.

Tickets en vente :
à la "maison de pays"
de Puget-Théniers et
location de matériel
possible.

Période conseillée :
du printemps
à l'automne.

Équipement
personnel :
casque, baudrier,
longes avec
absorbeur d'énergie,
poulie, gants.

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL



Un équipement adapté au parcours et à l'expérience des pratiquants constitue un facteur important de confort et de sécurité ; cet équipement doit être en bon état, vérifié régulièrement et répondre aux normes en vigueur. Ne pas hésiter à réformer tous les équipements qui seraient endommagés, usés ou trop anciens. Le choix précis du matériel technique nécessaire est également primordial, car de lui dépendent l'efficacité, la rapidité de progression et la sécurité que l'utilisateur doit en attendre.

ÉQUIPEMENT PERSONNEL

Un équipement fiable, adapté à la montagne et aux conditions météorologiques changeantes, constitue un facteur important de confort :

- vêtements ajustés au corps (généralement un haut à manches longues pour l'apport de chaleur et un pantalon pour la protection contre le rocher) ;
- chaussures polyvalentes (maintien de la cheville, bonne adhérence et confort sur les câbles) ;
- gants ou mitaines (obligatoires pour freiner sur les câbles lors des tyroliennes) ;
- casque réglé et adapté (normes à respecter) ;
- baudrier (assure sécurité et confort pendant la progression) équipé de longues dynamiques, d'un absorbeur d'énergie et de mousquetons de sécurité ;
- longe de repos plus courte et munie d'un mousqueton ;

- poulie spécifique si l'on choisit l'option tyrolienne ;
- sac à dos petit et étroit (facilite le transport de l'équipement et la répartition du matériel) ;
- vivres énergétiques et boisson.



Via Ferrata

MATÉRIEL COLLECTIF

- corde d'assurance pour une progression encordée ;
- carte et topo-guide du parcours ;
- téléphone portable de préférence chargé ;
- trousse de secours adaptée.

LE MATÉRIEL INDIVIDUEL DE SÉCURITÉ

Le baudrier : confortable, léger et discret, il ne doit pas gêner pendant les mouvements ; il relie l'utilisateur à ses longes et/ou à la corde et permet de le maintenir dans une position de repos ou de le retenir lors d'une chute.

Les longes dynamiques : obligatoirement au nombre de deux, elles sont spéciales à la pratique de la via ferrata et doivent être munies d'un absorbeur d'énergie. Le système en "Y" est le plus répandu et est le seul reconnu par les normes UIAA. Les deux longes doivent être mousquetonnées en même temps sur le câble.

L'absorbeur d'énergie : c'est en fait un dispositif de freinage qui permet de dissiper l'énergie de la chute. En général, il est directement intégré aux longes spécifiques à l'activité que l'on trouve dans le commerce.

La longe de repos : plus courte et munie d'un mousqueton simple à grande ouverture, elle s'avère utile pour se reposer dans le baudrier durant la progression et pour soulager les avant-bras dans un passage athlétique. Attention ! ce n'est pas une longe de progression et elle ne doit pas être mousquetonnée à la "ligne de vie" lors de la progression.

Les mousquetons : placés en bout de longe, ils sont spécifiques à l'activité via ferrata (facilement reconnaissables car ils portent la mention K). Ils doivent être pratiqués d'utilisation en raison de l'ouverture répétée d'une seule main.

La liaison entre les longes et le baudrier : celle-ci doit obligatoirement être réalisée par un maillon rapide (norme EN 136-005-02) ou directement par une tête d'alouette. La liaison ne doit jamais se faire avec un mousqueton, même si celui-ci est de sécurité.

Le casque : obligatoire lors de la pratique de cette activité, un casque léger au réglage facile et efficace devient agréable à porter. Il apporte une protection qui n'est pas négligeable contre le risque de chute de pierres, de matériels, d'un choc contre le rocher et surtout lors d'une chute.



La poulie : elle est indispensable pour le franchissement des tyroliennes. L'ensemble des tyroliennes des vie ferrate des Alpes-Maritimes nécessitent l'usage d'un type de poulie spécifique : "Petzl Tandem spécial câble" de couleur jaune. En complément, l'usage d'une paire de gants pour freiner sur le câble en cours de descente est indispensable.

Attention ! Les poulies grises du même modèle montées sur roulements sont beaucoup trop rapides et le risque de choc violent à l'arrivée est certain.

LE MATÉRIEL COLLECTIF DE SÉCURITÉ

La corde : l'utilisation d'une corde pour l'assurage des membres du groupe est vivement recommandée pour les enfants, les débutants et les personnes peu familiarisées avec l'activité.

Pour ce faire, on utilise une corde dynamique d'un diamètre de 9 mm minimum en complément du dispositif habituel d'assurage individuel (longes et absorbeur). 30 m de corde est une longueur correcte pour l'encordement d'un groupe de 3 à 4 personnes. Le leader du groupe devra impérativement maîtriser le bon usage de la corde. Si personne dans le groupe ne maîtrise ces techniques de corde, les professionnels sont là pour vous faire découvrir et pratiquer l'activité en toute sécurité.

TECHNIQUES DE PROGRESSION

Via Ferrata



Activité de montagne, la via ferrata permet de progresser dans un milieu le plus souvent vertical où le respect des règles élémentaires de prudence et de sécurité est le préalable indispensable à une pratique rassurable.

L'allure rassurante du départ des vie ferrate, la relative accessibilité facilitée par les éléments de progression en place et une ligne de vie continue ne doit pas faire sous-estimer les risques liés à la progression dans un milieu vertical où le risque de chute est réel.

PROGRESSION INDIVIDUELLE AUTO-ASSURÉE

C'est la pratique la plus répandue même si elle n'est pas la plus sûre. Chaque pratiquant évolue en autonomie, relié au câble de ligne de vie par une double longe équipée d'un dispositif d'absorption d'énergie (voir pages équipement et matériel).

Règles de sécurité :

- progresser avec les 2 mousquetons reliés en permanence à la ligne de vie,
- au passage des fractionnements, décrocher un seul mousqueton à la fois,
- enlever régulièrement les torons qui se forment sur les langes car ceux-ci pourraient diminuer l'efficacité du dispositif d'absorption de choc,
- respecter la règle d'une seule personne par tronçon de câble entre 2 fractionnements,
- en cas de fatigue ou pour le passage des fractionnements en zone athlétique, ne pas hésiter à se reposer en mousquetonnant sa longe courte sur les barreaux de progression.

Attention ! pour certaines langes anciennes dites "en V" (aujourd'hui hors normes), un seul brin doit être relié à la ligne de vie sous peine d'annuler le fonctionnement du dispositif d'absorption de choc ; les langes actuelles sont dites "en Y".

PROGRESSION EN GROUPE ENCORDÉ

C'est la pratique la plus sûre vivement recommandée pour les enfants, les débutants et les personnes peu familières de l'activité. Les membres du groupe évoluent simultanément derrière le leader, reliés entre eux par la corde d'assurance passée régulièrement dans les points d'assurage disposés tout au long du parcours. La corde offre ainsi une sécurité supplémentaire en cas de chute ou d'erreur de manipulation des langes individuelles (voir pages équipement et matériel).

Règles de sécurité :

- utiliser une corde dynamique (corde d'escalade),
- encorder les pratiquants avec une distance de 4 à 6 m entre eux,
- progresser simultanément, corde tendue,
- passer systématiquement la corde dans les points d'assurage prévus à cet effet (passage direct dans les queues de cochon ou mousquetonnage des points d'ancrage),
- utiliser impérativement les langes individuelles en complément de la corde d'assurance,
- placer la personne la moins expérimentée immédiatement derrière le leader,
- suivre le leader lors des montées ou traversées, le précéder pour les descentes.



Via Ferrata

Pour faciliter la progression du groupe, une personne expérimentée ou un encadrant peut évoluer en parallèle et en autonomie afin de pouvoir se placer dans les endroits délicats pour faciliter le passage de chacun.

FRANCHISSEMENT DES AGRÈS

En dehors de la progression traditionnelle sur les barreaux métalliques, de nombreuses vie ferrate proposent des agrès tels que : tyrolienne, pont de singe, pont himalayen, passerelle, échelle ou autre filet. En dehors du côté ludique, le franchissement de ces passages est souvent impressionnant et nécessite la mise en œuvre d'une technique adaptée.

Passerelles, ponts himalayen ou ponts de singe : Présents sur la majorité des itinéraires, leur franchissement est généralement obligatoire.

Règles de sécurité :

- respecter les consignes de sécurité présentes au départ de l'agrès (règles d'usage, limitation du nombre de personnes),
- placer ses longes sur le câble de ligne de vie,
- éviter de faire balancer inutilement l'agrès lors de la progression.

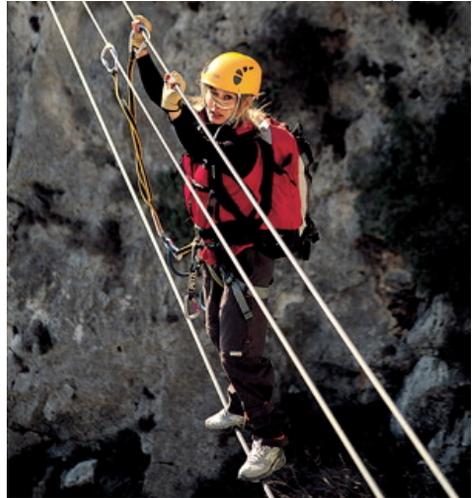
Si l'envergure des pratiquants ne permet pas une évolution commode sur ce type d'agrès ou si la personne panique, il est toujours possible de suspendre la personne à un câble porteur de l'agrès à l'aide d'une poulie et de la tracter avec un brin de corde.

Tyroliennes :

Présentes sur de nombreux itinéraires, leur franchissement est toujours facultatif. Elles nécessitent obligatoirement l'usage d'une poulie spécifique et d'une paire de gants (*voir pages équipement et matériel*).

Règles de sécurité :

- se longer à un point fixe au départ de la tyrolienne,
- placer la poulie sur le câble porteur,
- fixer la poulie au baudrier au moyen d'un mousqueton de sécurité afin d'avoir une distance courte entre vous et la poulie ; ne pas utiliser de longe intermédiaire,
- vérifier le bon alignement entre le pontet du baudrier et la poulie ; en cas de vrille, danger de retournement,
- placer la deuxième longe sur la ligne de vie de la tyrolienne,
- mettre des gants et bien attacher ses cheveux (danger majeur si les cheveux viennent au contact de la poulie),
- vérifier le bon positionnement de l'ensemble des éléments et vérifier que personne ne se trouve sur la tyrolienne,



- détacher la première longe du point de départ,
 - mettre les mains en appui sur le câble porteur, loin derrière la poulie ; cette méthode permet de garder le corps dans l'axe de la tyrolienne,
 - se laisser glisser en régulant sa vitesse avec les mains en appui sur le câble pour éviter tout risque de choc à l'arrivée,
 - s'il reste quelques mètres à parcourir pour atteindre l'arrivée, se tirer au câble avec les mains,
 - dégager rapidement l'aire d'arrivée.
- Bien que très ludique, le franchissement des tyroliennes demande une bonne technique et le strict respect des consignes de sécurité. Si cette technique n'est pas parfaitement maîtrisée, contourner l'agrès par l'itinéraire aménagé à cet effet.



RECOMMANDATIONS DE PRATIQUE

Via Ferrata



AVANT LE DÉPART

- Contrôler la nature et les caractéristiques du parcours, le matériel nécessaire, la stabilité du temps et le moyen de déclencher les secours.
- Choisir l'itinéraire en fonction du nombre, du niveau technique et de la condition physique des participants (hors saison, s'assurer au préalable que la via ferrata est ouverte).
- Prévenir une tierce personne de l'itinéraire choisi et de l'heure du retour.
- Ne jamais partir seul et privilégier plutôt un groupe de 3 ou 4 personnes.

PENDANT LE PARCOURS

- Partir suffisamment tôt.
- Respecter les itinéraires d'accès et de retour, les riverains et le milieu naturel environnant
- Contrôler au départ du parcours le bon usage du matériel individuel (boucle de fermeture du baudrier, fixation des longes).
- Tenir compte du balisage, respecter le sens du parcours et ne jamais s'écarter de l'itinéraire (chutes de pierres...).
- Progresser seul et auto-assuré par vos longes si vous êtes expérimenté ; sinon, progresser auto-assuré et encordé en utilisant les ancrages et les techniques d'assurage adéquates.
- Rester très vigilant et rigoureux dans la progression (être toujours relié à la ligne de vie lors du passage des fractionnements ; une seule personne entre deux ancrages de la ligne de vie).
- Choisir en cours de progression les variantes adaptées à son niveau de pratique.
- Progresser toujours à distance des autres groupes pour éviter d'attendre inutilement dans des sections verticales.
- Sortir de l'itinéraire en cas de problème ou de dégradation des conditions météo par les échappatoires prévues à cet effet.
- Se nourrir et s'hydrater régulièrement.
- Être conciliant avec ceux qui vous précèdent ou qui peuvent vous doubler dans les passages appropriés.

Via Ferrata

ENCADREMENT

En dehors de la pratique individuelle, deux types de sorties en groupe accompagné cohabitent :

- les sorties organisées au sein des clubs ou des associations, sorties gratuites et encadrées bénévolement ;
- les sorties organisées par des professionnels de l'activité, payantes et encadrées par une personne possédant obligatoirement un brevet d'Etat.

COORDONNÉES

La liste des clubs et associations et des professionnels de l'activité figure dans le guide pratique Randoxygène édité annuellement.

LES CLUBS ET ASSOCIATIONS

La Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade (F.F.M.E.) s'est beaucoup investie dans la formation de cadres bénévoles spécialisés dans l'activité via ferrata. Cette fédération forme chaque année de nombreux pratiquants habilités à encadrer cette activité bénévolement, dans le cadre des sorties associatives. Ces formations très complètes permettent à des pratiquants avertis d'acquérir une parfaite maîtrise des techniques de progression, de réelles compétences en encadrement et une connaissance approfondie de l'environnement naturel.

LES PROFESSIONNELS

Travailleurs indépendants ou regroupés au sein de divers organismes, les professionnels doivent posséder un brevet d'Etat délivré par le ministère de la Jeunesse et des Sports.

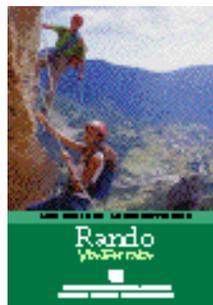
Les brevets d'Etat reconnus pour l'encadrement de l'activité via ferrata sont :

- le brevet d'état d'éducateur sportif 1^{er} degré option escalade (moniteur d'escalade), si l'altitude de la via ferrata est inférieure à 1500 m.
- le brevet d'état d'alpinisme (aspirant-guide et guide de haute montagne).

Toute sortie organisée et payante doit être encadrée par une personne possédant un de ces diplômes.



8 ITINÉRAIRES SÉLECTIONNÉS



Via Ferrata



*1 - Au départ de Puget-Théniers :
les Demoiselles du Castagnet*



*2 - Au départ d'Auron :
la Traditionnelle*



*3 - Au départ de La Colmiane :
le Baus de la Frema*



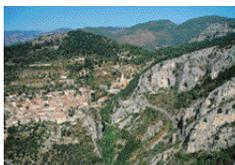
*4 - Au départ de Lantosque :
les canyons de Lantosque*



*5 - Au départ de Tende :
les Hérétiques*



*6 - Au départ de La Brigue :
la Ciappéa*



*7 - Au départ de Peille :
l'Escale*



*8 - Au départ de La Moulière :
Via Souterrata*





Les Demoiselles du Castagnet

1 - LES DEMOISELLES DU CASTAGNET

ACCÈS ROUTIER
DEPUIS LA CÔTE : 58 km
De Nice (aéroport),
remonter la vallée du Var
par la N.202 jusqu'à
Puget-Thénières.

A la sortie du village,
juste après la gare,
s'arrêter à la Maison
de Pays pour s'acquitter
de la redevance.

Continuer sur 500 m
en direction d'Entrevaux
(N.202) jusqu'au
passage à niveau
pour prendre à droite
une petite route.

Dépasser le stade
et garer son véhicule
sur un petit parking
à gauche, en bordure
immédiate du Var.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
calcaire

Exposition générale :
sud

Longueur
de l'itinéraire :
750 m

Dénivelée positive :
+ 250 m

Altitude maximale :
777 m

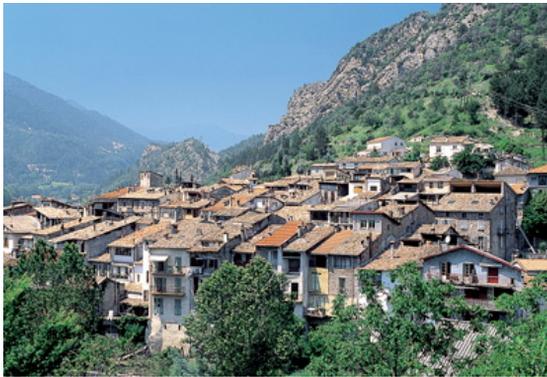
Cotation :
difficile

CARTOGRAPHIE

"Moyen Var"
TOP 25 n° 3641 OT
1 : 25 000e

Cet élégant itinéraire au tracé évident remonte une grande lame de calcaire inclinée pour finir au sommet de superbes aiguilles jusqu'alors inaccessibles et méconnues. C'est probablement par similitude avec les formes élancées des demoiselles coiffées présentes en de nombreux vallons des Alpes que l'appellation "demoiselles" a été attribuée à ces formations géologiques particulières. Le mot "Castagnet" désigne le nom du quartier, lui-même issu de la forêt de châtaigniers séculaires implantée sur un versant gréseux où serpente le sentier de retour.

Dans la clairière d'arrivée de la via, juste derrière le sommet des aiguilles, on découvrirait les vestiges d'une ancienne ferme flanquée d'une très belle citerne à eau qui rappelle l'utilisation agricole de ces espaces avant le reboisement effectué au début du siècle dernier.



ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 15

Du parking (420 m), remonter une piste interdite à la circulation automobile pour atteindre une campagne située au pied des aiguilles. Contourner les prés par la gauche avant de revenir à droite en pied de falaise pour trouver le départ de l'itinéraire (530 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 30

De la clairière d'arrivée (740 m), suivre plein Est un chemin forestier horizontal pour rejoindre le GR 510 à la balise 164. Descendre sur la droite, dépasser la balise 163 et franchir la falaise par un chemin audacieux pour atteindre la balise 162 b.

Quitter alors le GR pour prendre à droite un sentier qui descend face aux aiguilles dans un bois de châtaigniers séculaires ; celui-ci ramène à la piste de l'aller par laquelle on regagne le parking de départ.



CARACTÉRISTIQUES DE L'ITINÉRAIRE

Verticalité :

+++

Passages athlétiques :

++

Engagement :

++++

Longueur :

+++

Difficulté :

+++

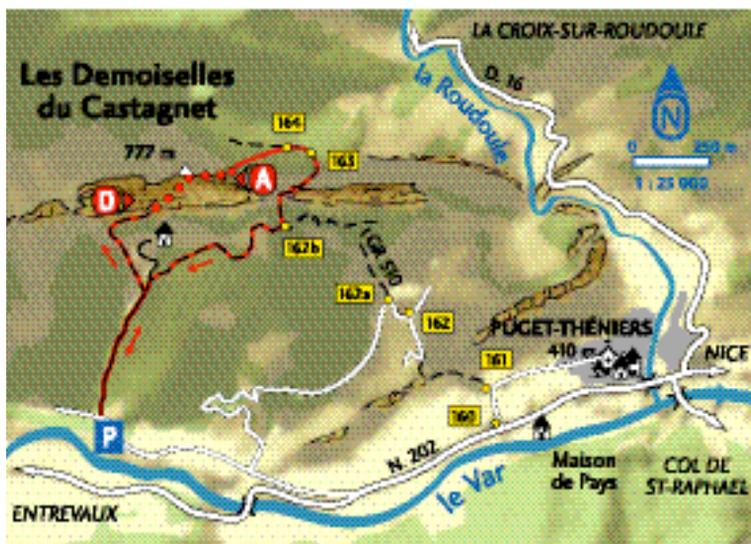
Conditions d'accès :
redevance d'accès
obligatoire.

Tickets en vente
à la "maison de pays"
de Puget-Théniers et
location de matériel
possible.

Période conseillée :
du printemps
à l'automne.

Très souvent,
en inter-saisons,
on pourra gravir
l'itinéraire au soleil
avec une température
clémante alors que
le fond de vallée,
resté dans l'ombre,
conserve une couche
de gelée blanche.

Equipement
personnel :
casque, baudrier,
longes avec
absorbant d'énergie,
poulie, gants.



Au départ de Puget-Thénières, parking de la via ferrata (410 m)

1 - LES DEMOISELLES DU CASTAGNET

PARCOURS DE LA VIA FERRATA : 3 h

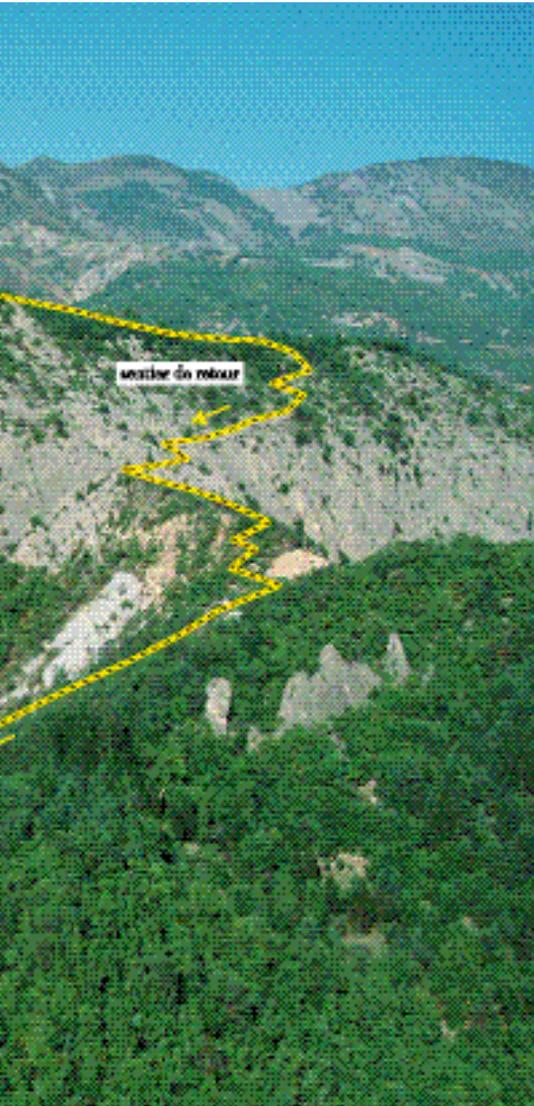
Le parcours débute par une grande diagonale à droite au cœur d'une dalle particulièrement lisse offrant peu de répit, mais dont le profil légèrement incliné permet de soulager les avant-bras. On débouche sur une zone de vires arborées suivie de plusieurs ressauts qui mènent au pont himalayen de 30 m permettant de franchir le vallon de Castagnet.

La traversée du pont est sans aucun doute le passage obligatoire le plus impressionnant de l'itinéraire. Pour les personnes de petite taille ou les enfants n'ayant pas l'envergure nécessaire à son franchissement, il est possible de le traverser en tyrolienne en fixant sa poulie sur un des câbles porteurs du pont, en se longeant sur l'autre, puis en se tractant avec les bras.

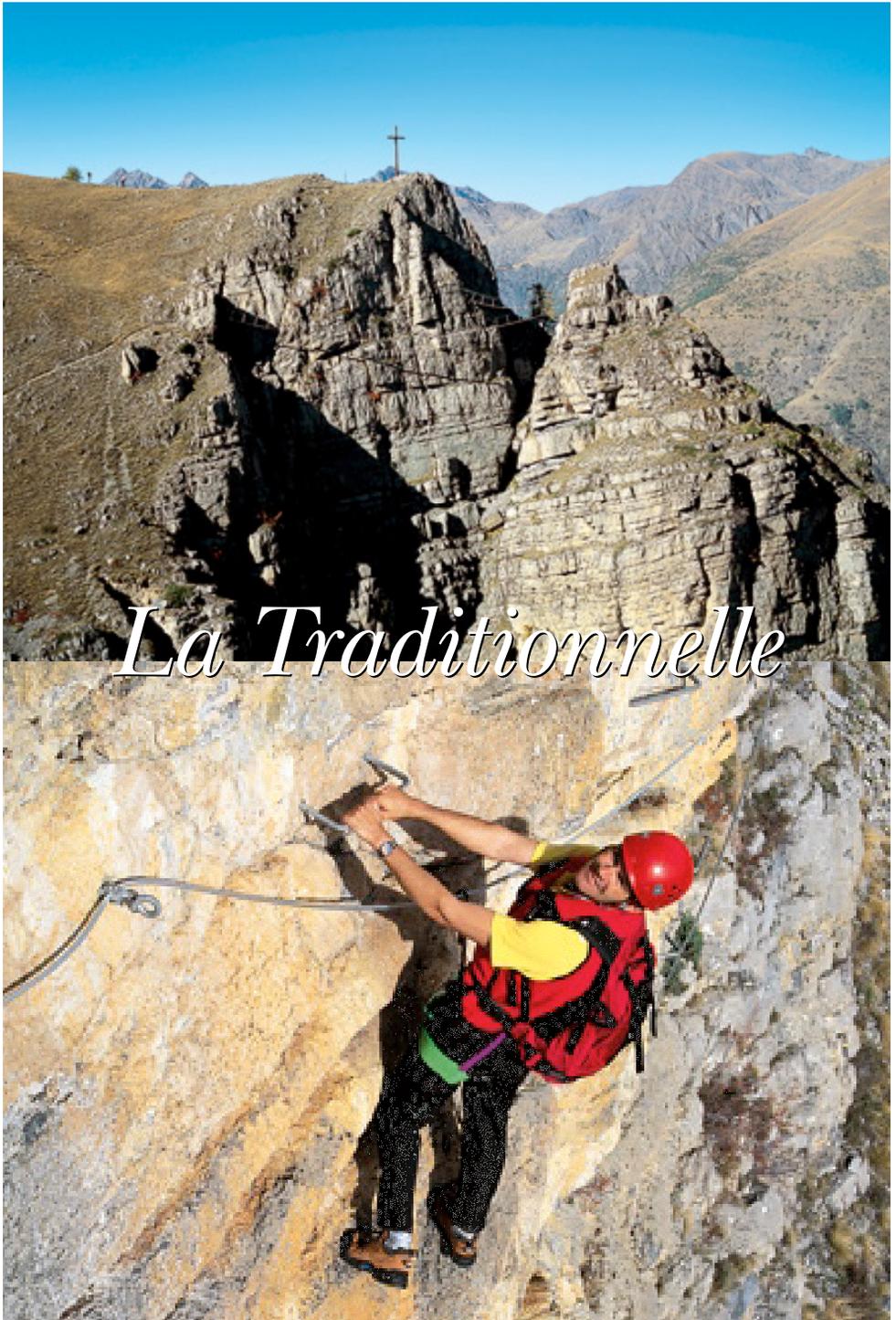


Immédiatement après le pont, un grand pilier très aérien et soutenu d'une centaine de mètres permet de rejoindre l'échine conduisant au sommet. Par le fil de l'arête et un petit crochet versant Nord pour remonter une splendide goulotte ombragée, on gagne le sommet de la première aiguille (777 m). Descendre une dizaine de mètres sur l'autre versant pour rejoindre le départ du pont de singe de 35 m dont le franchissement très aérien demande une envergure suffisante. *Sinon continuer à descendre pour atteindre le pied de l'aiguille et la clairière d'arrivée.* A la sortie du pont s'élever directement pour gagner le sommet de l'aiguille centrale (776 m), point fort

du parcours avec une vue panoramique allant des sommets de la Vésubie aux cimes du haut Verdon. *Possibilité de la contourner versant Nord par une variante plus athlétique et moins esthétique.* Du sommet, descendre quelques mètres pour trouver la plate-forme de départ de la grande tyrolienne de 85 m. *Echappatoire possible vers le bas et la clairière d'arrivée pour ceux qui ne veulent pas l'emprunter.* La tyrolienne mène directement à la dernière aiguille (760 m) d'où une brève descente athlétique dépose rapidement dans la clairière d'arrivée (740 m), lieu idéal pour une pause pique-nique.







La Traditionnelle

2 - LA TRADITIONNELLE

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 95 km

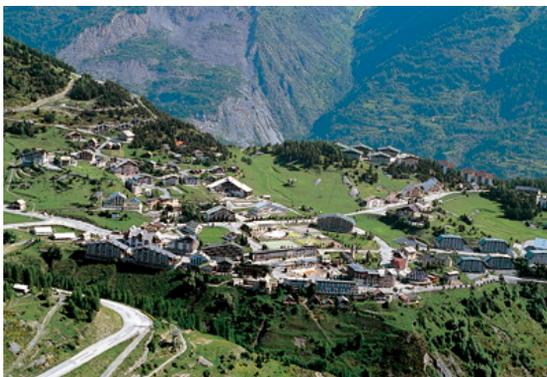
De Nice (aéroport), remonter la vallée du Var par la N.202 jusqu'à la Mescla ; bifurquer à droite par la vallée de la Tinée (D.2205) et la suivre en direction de Saint-Etienne-de-Tinée.

Peu avant le village, prendre à gauche la route d'Auron (D.39) jusqu'à la station et continuer jusqu'au parking de Chastellarès. Suivre alors la piste carrossable qui rejoint le téléski de Bois Gaston, puis le parking de la via ferrata.

Ample itinéraire parcourant en traversée les falaises situées sous la cime de la Bercha, au cœur du domaine skiable de la station d'Auron. Un sentier aménagé dans les pelouses supérieures permet d'accéder ou de sortir du tracé en de très nombreux points et ainsi de faire varier la longueur ou la difficulté du parcours. La partie terminale est sans conteste la plus spectaculaire avec ses 2 passerelles décalées l'une au dessus de l'autre permettant un bref aller-retour sur une grosse tour rocheuse détachée de la paroi.

La sortie par un superbe mur débouchant à la croix de la Bercha clôture cet itinéraire d'une façon fort élégante.

La particularité de cet itinéraire est d'être desservi durant l'été par des remontées mécaniques permettant un accès commode depuis Saint-Etienne-de-Tinée.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche : calcaire

Exposition générale : sud

Longueur de l'itinéraire : 1 800 m

Dénivelée positive : + 180 m

Altitude maximale : 2 274 m

Cotation : très difficile

CARTOGRAPHIE

"Haute Tinée 1"
TOP 25 n° 3639 OT
1 : 25 000e

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 15

Du parking (2070 m), une courte portion de sentier à flanc de montagne mène aux falaises, point de départ de l'itinéraire.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 45

De la croix de la Bercha, remonter une large croupe herbeuse pour atteindre la cime de la Bercha (2274 m) et la gare d'arrivée du télésiège de Lieuson. Descendre par une piste jusqu'à un large col (panneau d'information sur la via ferrata), contourner la cime Sud de la Bercha par une piste versant Nord et rejoindre le parking de départ par un sentier serpissant dans les pelouses alpines.



CARACTÉRISTIQUES DE L'ITINÉRAIRE

Verticalité :

+++

Passages athlétiques :

++++

Engagement :

+++

Longueur :

++++

Difficulté :

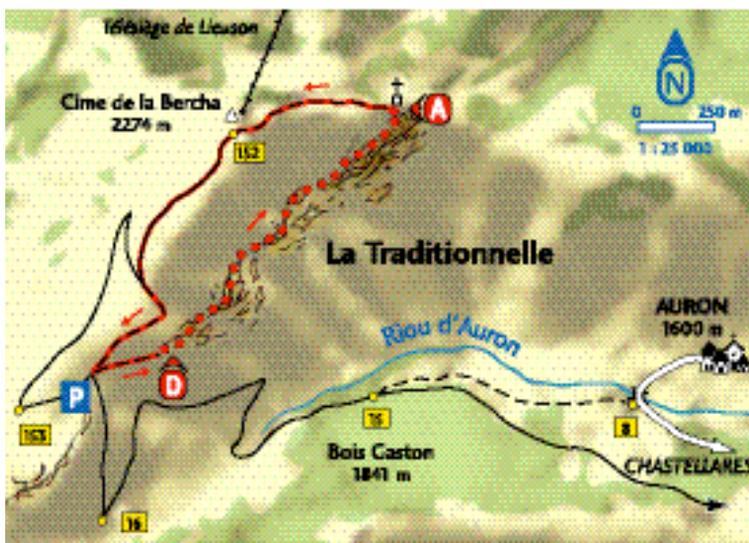
++++

Conditions d'accès :
pas de redevance
d'accès.

Location de matériel
sur place dans
les magasins de sport
(Auron ou
Saint-Étienne).

Période conseillée :
du début d'été
à l'automne.

Équipement
personnel :
casque, baudrier,
longes avec
absorbant d'énergie.



Au départ d'Auron, parking de la via ferrata (2070 m)

2 - LA TRADITIONNELLE

PARCOURS DE LA VIA FERRATA : 4 h

Suivre un système de larges vires sur lesquelles la progression est aisée, mais où l'assurance à la ligne de vie demeure indispensable pendant environ 300 m.

Echappatoire possible par le sentier supérieur.

Continuer par une traversée d'environ 300 m avec plusieurs passages raides et athlétiques qui préfigurent les difficultés à venir.

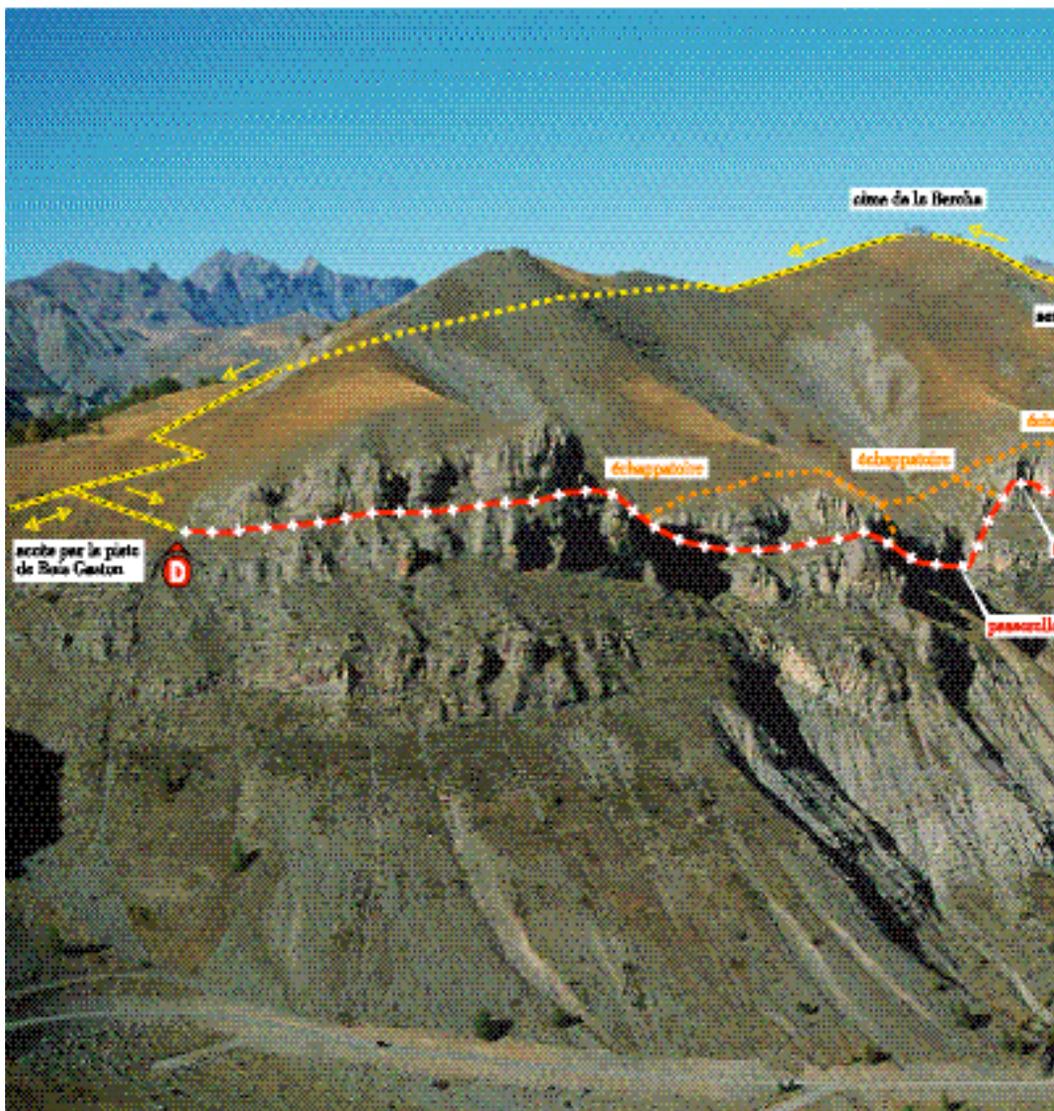
Possibilité de rejoindre le sentier en amont.

Un parcours descendant plus facile de 150 m mène à la passerelle de Chalvet (20 m).

Echappatoire vers le haut.

S'élever par un parcours beaucoup plus raide et aérien pour atteindre un pont de singe (pont de la Baisse) et continuer en traversée soutenue sur une longueur totale d'environ 250 m.

Sortie aménagée en direction du sentier.



Franchir le pilier à strates, passage d'environ 150 m, incontestablement le plus difficile du parcours avec une descente dans les surplombs qui exige force physique et détermination.

Possibilité d'échappatoire.

Continuer sur un linéaire d'environ 250 m par une traversée toujours raide et athlétique, mais moins technique qui comprend le franchissement d'un pont de singe (pont de combe Armand).

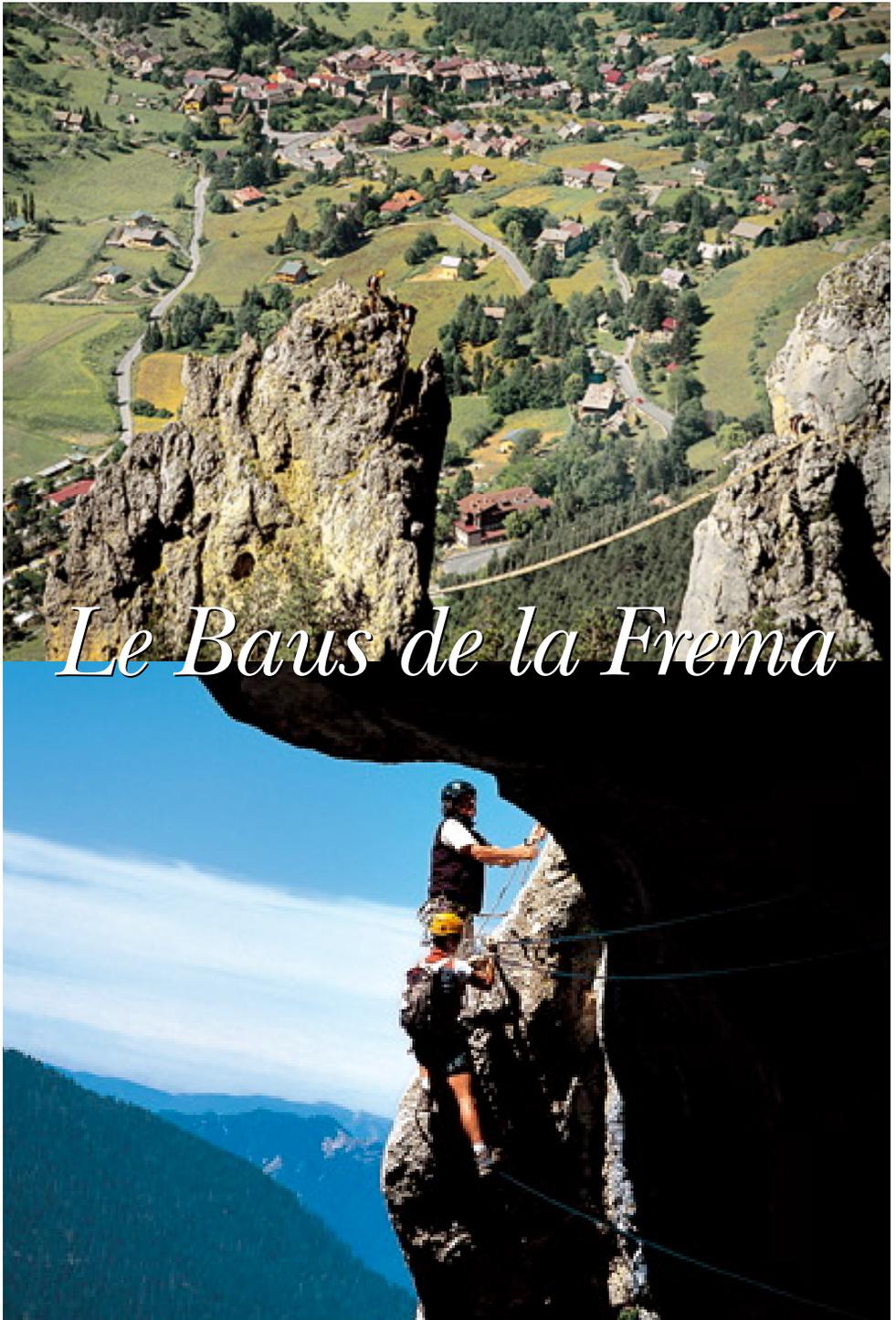
Sortie évidente vers le haut.

La traversée se poursuit sur environ 400 m par un parcours beaucoup moins raide et soutenu avec une passerelle de 25 m, puis une zone de marche pour atteindre les passerelles finales, point fort du parcours. Franchir la passerelle de Bercha (45 m), très aérienne pour rejoindre une tour rocheuse

et revenir sur la falaise principale par la passerelle de la Croix (15 m). Un dernier ressaut vertical mène à la croix de Bercha, point d'arrivée du parcours.







Le Baus de la Frema

3 - LE BAUS DE LA FREMA

ACCÈS ROUTIER
DEPUIS LA CÔTE : 77 km
De Nice (aéroport),
remonter la vallée du Var
par la N.202 jusqu'à
la Mescla. Bifurquer
à droite par la vallée
de la Tinée (D.2205)
et la suivre jusqu'à
la Bolinette. Peu après,
prendre à droite
la D.2565 pour remonter
le Valdeblore jusqu'à
La Colmiane.
Du col Saint-Martin,
prendre la petite route
menant à l'école
des neiges et continuer
par une piste carrossable
en partie revêtue
pour atteindre le parking
de la via ferrata.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
calcaire

Exposition générale :
sud

Longueur
de l'itinéraire :
1 600 m

Dénivelée positive :
+ 570 m

Altitude maximale :
2 246 m

Cotation :
difficile

CARTOGRAPHIE

"Vallée de la Vésubie"
TOP 25 n° 3741 OT
1 : 25 000e

Première via ferrata des Alpes-Maritimes, cet itinéraire a connu un succès légitime dès son ouverture au public. L'itinéraire, particulièrement varié, évolue dans un vaste et complexe versant où alternent bois de pins, falaises et tours rocheuses. Plusieurs passages, novateurs lors de la construction, ont marqué les esprits comme la passerelle suspendue entre les aiguillettes ou l'échelle face au vide au sommet de la balme. L'un des attraits de ce parcours réside dans l'ascension du Baus de la Frema (2246 m), point de vue remarquable sur l'ensemble du massif du Mercantour. Le parcours en crête sur la partie haute du tracé présente d'étonnantes formations géologiques comme l'arête des Calanques nommée ainsi pour sa similitude avec certains itinéraires d'escalade du littoral méditerranéen. Pour les moins sportifs ou en cas de météo incertaine, il est possible d'écourter le parcours en rejoignant le sentier de descente en de nombreux points.



ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 05

Du parking (1750 m), suivre le sentier balisé qui mène rapidement au pas du chamois, point de départ de l'itinéraire.

RETOUR PÉDESTRE : 1 h

Du sommet (2246 m), descendre les pelouses sommitales par un sentier balisé versant Est et bifurquer à droite pour rejoindre le versant Sud où le sentier évolue entre zones rocheuses, bois de pins et éboulis (ne pas couper les virages, merci).

On tangente plusieurs fois l'itinéraire de montée et ses nombreuses échappatoires avant de regagner le parking de départ (1 750 m).



CARACTÉRISTIQUES DE L'ITINÉRAIRE

Verticalité :

+++

Passages athlétiques :

+++

Engagement :

+++

Longueur :

++++

Difficulté :

+++

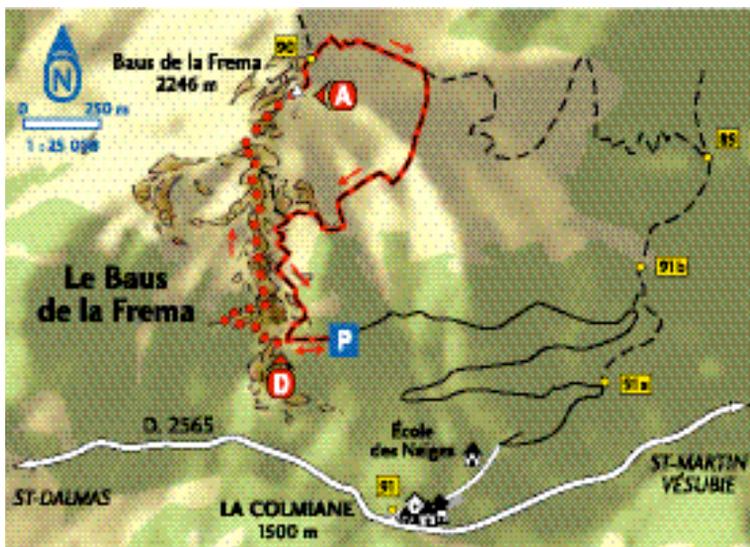
Conditions d'accès :
redevance d'accès
obligatoire.

Tickets en vente à
l'Office de Tourisme
ou au chalet
d'accueil sur le
parking de la via
durant l'été.

Location de matériel
sur place dans les
magasins de sport.

Période conseillée :
du début d'été
à l'automne.

Équipement
personnel :
casque, baudrier,
longes avec
absorbeur d'énergie.



Au départ de La Colmiane, parking de la via ferrata (1750 m)

3 - LE BAUS DE LA FREMA

PARCOURS DE LA VIA FERRATA : 4 h 30

Le départ de l'itinéraire s'effectue en descente par une alternance de passages rocheux câblés et de portions de sentier pour atteindre le point bas du tracé après être passé sous une arche (1680 m). Remonter un éperon et traverser sur la gauche une large zone d'éboulement par un sentier pour rejoindre le col des Aiguillettes. Possibilité d'échappatoire à droite de la zone d'éboulement par un bel éperon équipé jusqu'à la brèche numéro 1 (1790 m) où l'on rejoint le sentier de retour (20 mn).

Le parcours des aiguillettes s'effectue en boucle. Pour ce faire, descendre un court sentier, traverser la première aiguille par un trou et s'élever jusqu'à la passerelle. La franchir et gagner le sommet de la deuxième aiguille (1743 m) avant de redescendre au col de départ. S'élever sur un sentier jusqu'au rocher du Miéjou. L'ascension débute par un court surplomb particulièrement délicat avant d'effectuer une longue et aérienne traversée ascendante sur la gauche pour atteindre la brèche numéro 2 (1850 m).



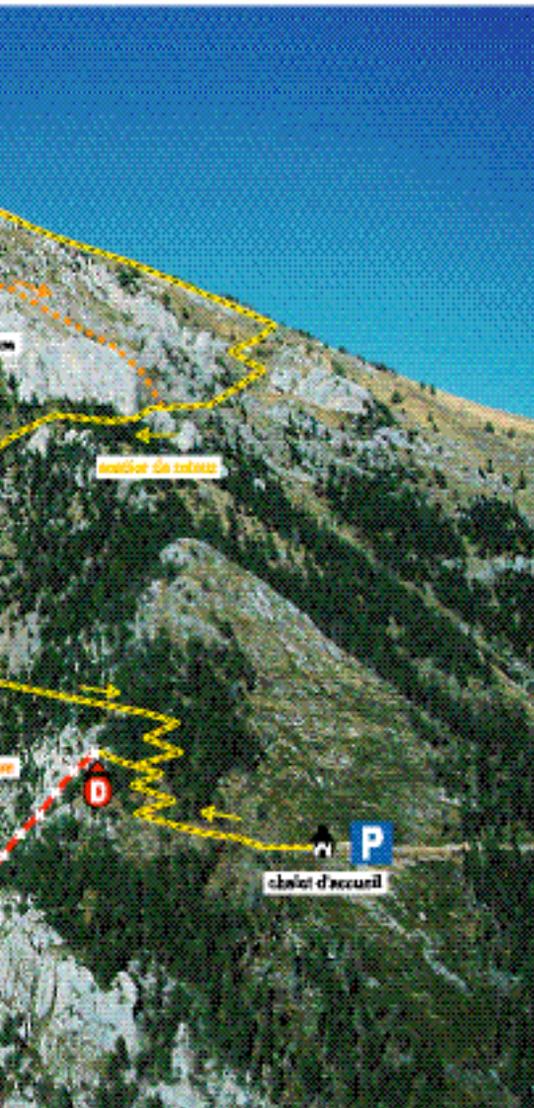
Possibilité d'échappatoire en rejoignant facilement le sentier de retour.

Un sentier mène au pied de la balme qu'on gravit par la droite avant de revenir en son centre juste au dessus des surplombs. Une spectaculaire échelle scellée face au vide permet de franchir le dernier bombement avant de rejoindre les pelouses dominant la falaise.

Possibilité d'échappatoire en rejoignant facilement le sentier de retour.

Traverser à droite sur sentier jusqu'au pied de l'arête des Calanques qu'on remonte intégralement. Après être passé dans un trou, on arrive au pont de singe.

Possibilité d'éviter le pont de singe ou de s'échapper en rejoignant le sentier de retour.



Possibilité de contourner la balme par une variante plus athlétique en versant Ouest : par un pont de singe, rejoindre un pilier qu'on remonte avant de traverser à gauche au milieu de petites grottes.

Un pas descendant permet de passer en face Nord pour gravir un pilier légèrement déversé.

Franchir un autre pont de singe et, par un sentier, rejoindre l'itinéraire original.

Traverser sur la gauche pour gagner le pied du pilier du soleil dont l'ascension panoramique marque la fin des parois verticales.

Quelques ressauts équipés, puis une zone de marche, permettent d'atteindre le sommet du Baus de la Frema (2246 m) et sa table d'orientation.







Les Canyons de Lantosque

Au départ de Lantosque, place du village (500 m)

4 - LES CANYONS DE LANTOSQUE

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 43 km

De Nice (aéroport), remonter la vallée du Var par la N.202 jusqu'à Plan du Var.

Prendre à droite la vallée de la Vésubie (D.2565) et la suivre jusqu'à Lantosque. Stationner sur la place du village.

Itinéraire hors du commun qui, au départ de la place du village, descend l'étroit canyon du Riou avant de remonter la partie supérieure des ombreuses gorges de la Vésubie, longtemps considérées comme infranchissables en canoë-kayak. Pour finir, l'itinéraire ramène sur la place de l'église par une somptueuse passerelle de 100 m de portée qui ne laissera personne indifférent.

Durant le parcours, on franchira la Vésubie sur un pont naturel constitué par un énorme bloc de grès prisonnier des parois rocheuses et probablement transporté lors des dernières glaciations.

De nombreux témoignages du passé s'offrent au regard comme le splendide pont en arches d'un ancien canal qui s'élançait d'une rive à l'autre en un ouvrage audacieux. Omniprésente, une végétation luxuriante liée à l'humidité et à la pénombre, où les fougères abondent, donne parfois l'impression d'évoluer dans une ambiance tropicale.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
calcaire

Exposition générale :
sans objet

Longueur
de l'itinéraire :
950 m

Dénivelée positive :
+ 100 m

Altitude maximale :
500 m

Cotation :
assez difficile

CARTOGRAPHIE

"Vallée de la Vésubie"
TOP 25 n° 3741 OT
1 : 25 000e

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 05

Du village (500 m), descendre une petite route en rive gauche du Riou sur une centaine de mètres pour arriver au pont de la Cougourdière, point de départ de l'itinéraire.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 05

De la place de l'église, regagner le centre du village par des ruelles pittoresques.



CARACTÉRISTIQUES DE L'ITINÉRAIRE

Verticalité :

++

Passages athlétiques :

++

Engagement :

+++

Longueur :

+++

Difficulté :

++

Conditions d'accès :
redevance d'accès
obligatoire.

Tickets en vente sur
place.

Location de matériel
possible sur place.

Période conseillée :
du printemps
à l'automne.

A éviter après
une période de
pluie, car l'itinéraire
garde longtemps
l'humidité.

Equipement
personnel :
casque, baudrier,
longes avec
absorbant d'énergie,
(poulie et gants pour
l'option tyrolienne).



Au départ de Lantosque, place du village (500 m)

4 - LES CANYONS DE LANTOSQUE

PARCOURS DE LA VIA FERRATA : 3 h

De la plate-forme de départ, descendre un petit ressaut pour rejoindre le fond du canyon du Riou ; le premier resserrement se franchit tantôt en rive droite, tantôt en rive gauche avec de nombreuses poutres de bois et passerelles qui assurent la jonction. On arrive à une zone moins encaissée où le cheminement s'effectue sur une courte portion de sentier. *Echappatoire possible en rive droite par le sentier des pêcheurs (0 h 30 au total depuis le départ de la Cougoundière).* Au niveau d'un verrou, on change de rive grâce à un

pont de singe. Le canyon s'encaisse à nouveau et l'on chemine en rive gauche jusqu'à dominer le confluent avec la Vésubie. Une courte descente mène au superbe pont de singe qui traverse devant la cascade finale du Riou pour rejoindre l'énorme bloc coincé en travers des gorges de la Vésubie. Traverser sur celui-ci pour atteindre la rive gauche de la Vésubie et une belle passerelle par laquelle on regagne la rive droite. Remonter les gorges par une longue traversée passant par de larges baumes aux roches polies jusqu'à une plate-forme en bois, carrefour d'itinéraires.



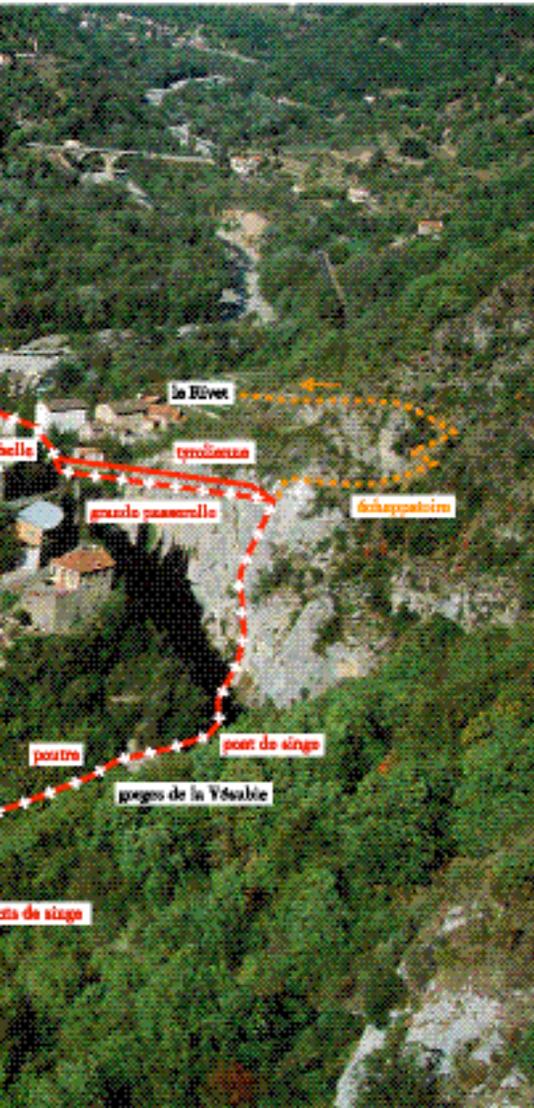
De ce point, il est possible de rejoindre directement le village par la sortie des jardins. Dans ce cas, l'itinéraire s'élève rapidement en franchissant plusieurs murs assez raides entrecoupés de vives arborées. Deux plates-formes et plusieurs poutres en bois ponctuent cette agréable solution pour raccourcir l'itinéraire (1 h 45 au total depuis le départ de la Cougoudrière).

De la plate-forme, un grand pont de singe mène directement sur l'autre rive. L'itinéraire passe sous le pont de la route départementale et se poursuit par un double pont de singe pour franchir une grande baume et rejoindre la rive droite. La remonter jusqu'au superbe pont en arches du canal pour traverser sous celui-ci par un pont de singe. L'itinéraire quitte alors les gorges pour s'élever

directement sur la falaise du Rivet par un tracé aérien qui mène au départ de la grande passerelle de 100 m. A noter la possibilité de rejoindre à gauche une belle plate-forme suspendue, point de départ d'une tyrolienne de 100 m qui traverse en direction du village parallèlement à la passerelle.

De la plate-forme de départ de la tyrolienne, il est possible de s'échapper en gravissant un dernier ressaut pour atteindre le sentier du Rivet par lequel on rentre à pied au village en 25 mn environ.

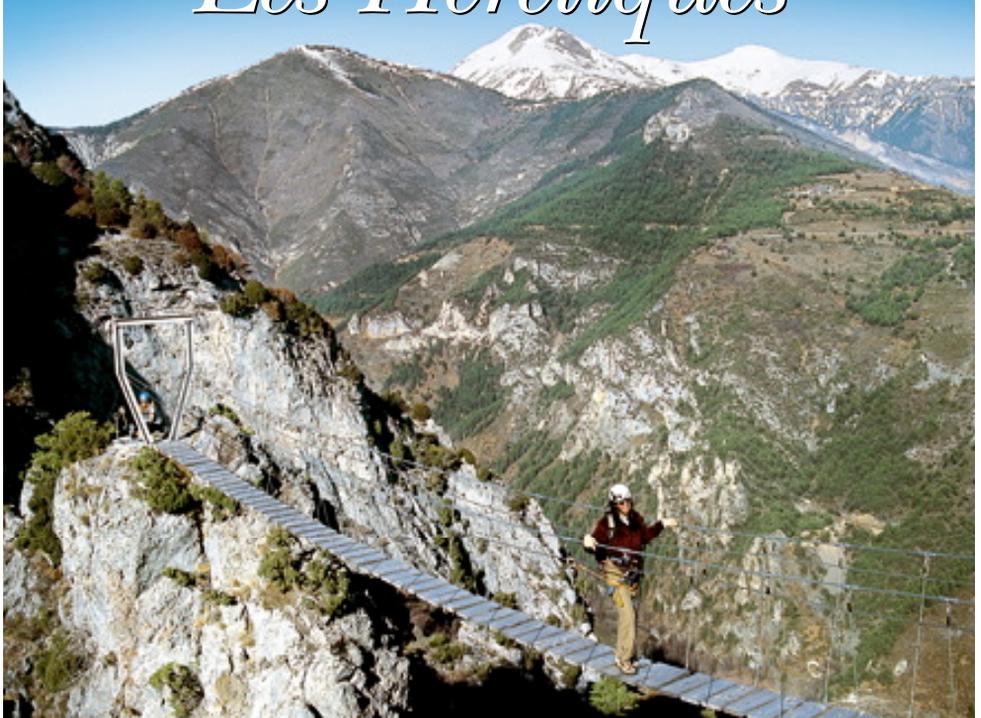
La traversée de la grande passerelle, riche en sensations, mène à un dernier ressaut qu'on gravit directement. Une grande échelle de bois permet de sortir sur la place de l'église, point d'arrivée du parcours.







Les Hérétiques



Au départ de Tende, place du village (820 m)

5 - LES HÉRÉTIQUES

ACCÈS ROUTIER
DEPUIS LA CÔTE : 60 km
De Menton, suivre l'A.8
vers l'Est jusqu'à
Vintimille (Italie).
Remonter la vallée
de la Roya par
la pénétrante, puis
la N. 204 et dépasser
successivement Breil,
Fontan et Saint-Dalmas-
de-Tende. Stationner
au centre du village
de Tende, près de l'office
de tourisme.

Cet itinéraire qui remonte en écharpe les hautes falaises calcaires surplombant le village s'articule autour d'un riche patrimoine lié à l'occupation très ancienne des lieux. La première partie du tracé passe juste sous les ruines du château médiéval perché au sommet d'un bastion rocheux. Ensuite, on passe à la chapelle Saint-Sauveur, probablement une des plus anciennes chapelles des Alpes-Maritimes dont certaines peintures murales remontent au début du XIV^e siècle. Plus haut, l'itinéraire traverse la grotte des Hérétiques (ou des protestants) qui servit de lieu de culte et de refuge aux calvinistes au XVI^e siècle.

Tout au long du parcours, on domine l'imposant village de Tende dont les toitures de lauze et l'éclat des façades offrent une belle unité architecturale. Depuis la crête sommitale, un large tour d'horizon vers la frontière s'impose avec, tout au fond, la cime du Marguareis, point culminant du plateau karstique homonyme.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche :
calcaire

Exposition générale :
sud

Longueur
de l'itinéraire :
1000 m

Dénivelée positive :
+ 330 m

Altitude maximale :
1 338 m

Cotation :
difficile

CARTOGRAPHIE

"Vallée de la Roya"
TOP 25 n° 3841 OT
1 : 25 000e

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 30

Du centre de Tende (820 m), monter dans le village pour rejoindre le cimetière et la tour ruinée de l'ancien château (880 m - b.66).

Continuer vers le haut sur un sentier au départ maçonné et, à la balise 67, prendre à droite pour atteindre le départ de l'itinéraire (1010 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 45

Descendre par le sentier balisé en jaune situé en pied de falaises pour regagner Tende via les balises 68, 67 et 66.



CARACTÉRISTIQUES DE L'ITINÉRAIRE

Verticalité :

+++

Passages athlétiques :

+++

Engagement :

+++

Longueur :

++++

Difficulté :

+++

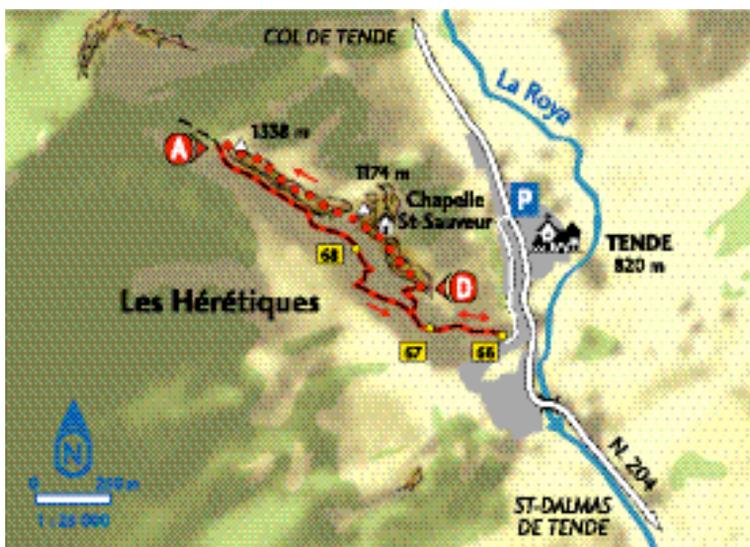
Conditions d'accès :
redevance d'accès
obligatoire.

Tickets en vente
à l'office de tourisme
à Tende.

Location de matériel
sur place dans
les magasins
de sports.

Période conseillée :
du printemps
à l'automne.

Équipement
personnel :
casque, baudrier,
longes avec
absorbant d'énergie,
poulie, gants.



Au départ de Tende, place du village (820 m)

5 - LES HÉRÉTIQUES

PARCOURS DE LA VIA FERRATA : 3 h 30

Du point de départ (1010 m), franchir un pont himalayen de 30 m pour rejoindre la falaise et s'élever régulièrement en diagonale sur la gauche sur un tracé exposé au vide. Un court passage déversé mène au premier pont de singe qu'on franchit pour atteindre aussitôt un second.

Echappatoire possible en rejoignant l'itinéraire du château par lequel on redescend aisément au point de départ.

Franchir ce pont de singe ainsi qu'un troisième, puis continuer en traversée jusqu'à la plate-forme de départ de la longue tyrolienne de 120 m.

Possibilité d'éviter la tyrolienne en empruntant un intéressant tracé alternatif qui passe par une belle passerelle.



Négocier la tyrolienne pour atteindre la chapelle Saint-Sauveur (1130 m).

Echappatoire possible par un sentier balisé qui rejoint la balise 68.

S'élever sur la crête dominant la chapelle pour rejoindre la plate-forme de départ d'une deuxième tyrolienne (130 m), également spectaculaire.

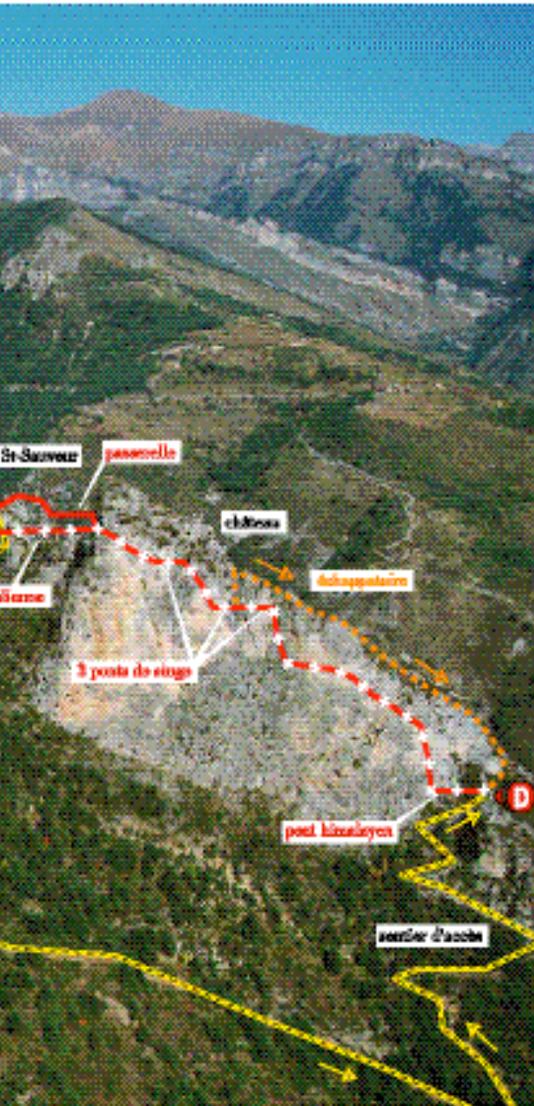
Possibilité d'éviter la tyrolienne en la contournant par un sentier depuis la chapelle.

De la plate-forme d'arrivée de la tyrolienne descendre un court ressaut et utiliser un sentier en pied de falaise pour gagner le pied de la dernière partie (1 140 m).

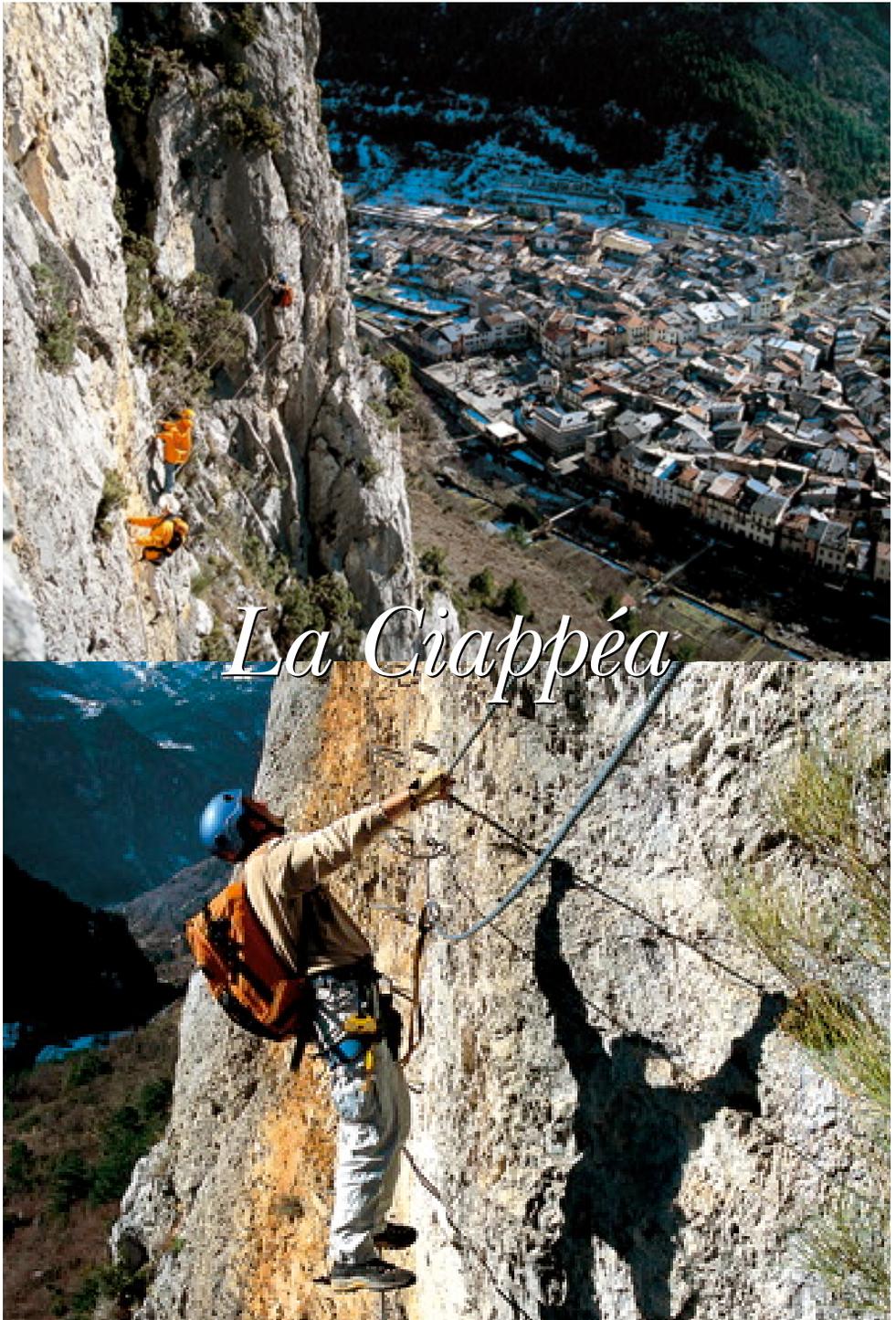
Pour ceux qui privilégient une pratique ludique et moins sportive, il est possible d'interrompre le parcours à ce niveau en regagnant Tende par un sentier balisé.

Une brève ascension mène à la grotte des Hérétiques. En sortir et s'élever par une très longue diagonale pour rejoindre la crête sommitale.

La remonter jusqu'au point culminant (1 338 m) avant de descendre une brève série d'échelons pour atteindre un petit col, point de jonction avec le sentier de retour.







La Ciappéa

6 - LA CIAPPÉA

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 59 km

De Menton, suivre l'A.8 vers l'Est jusqu'à Vintimille (Italie). Remonter la vallée de la Roya par la pénétrante, puis la N.204 en dépassant successivement Breil et Fontan.

A la sortie de Saint-Dalmas-de-Tende, bifurquer à droite pour rejoindre La Brigue par la D.43.

Orienté plein Sud, face au village de La Brigue, cet itinéraire à vocation sportive, traverse les larges falaises tourmentées issues du mont Chaberta. Un minimum de condition physique est requis pour apprécier ce joli parcours qui évolue sur de belles dalles grises au profil vertical, en bordure de zones surplombantes de couleur ocre parsemées de nombreuses grottes.

La grande tyrolienne située à mi-parcours fut la première en France à être installée sur une via ferrata. Depuis, cet agrès particulièrement ludique qui nécessite une technique adéquate s'est rapidement développé et se retrouve aujourd'hui sur bon nombre d'itinéraires.

En pied de falaise, bien abrité, on peut encore observer l'ancien vignoble brigasque dominant les jardins fertiles situés en bordure de la Lévensa. Sur l'autre rive, le village médiéval s'offre au regard durant toute l'ascension. Toitures de lauze, église, ruelles, ancien château et ruchers constituent les éléments les plus visibles d'un riche patrimoine.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche : calcaire

Exposition générale : sud

Longueur de l'itinéraire : 600 m

Dénivelée positive : + 160 m

Altitude maximale : 1000 m

Cotation : très difficile

CARTOGRAPHIE

"Vallée de la Roya"
TOP 25 n° 3841 OT
1 : 25 000e

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 20

De la place (770 m), franchir le portail, traverser le vallon de la Lévensa sur une passerelle et s'élever par un sentier pentu entre les vignes pour atteindre le départ de l'itinéraire (840 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 15

Descendre par un sentier balisé en respectant les parcelles privées jusqu'à la route qui longe la Lévensa pour regagner le centre du village.



CARACTÉRISTIQUES DE L'ITINÉRAIRE

Verticalité :
+++

Passages athlétiques :
++++

Engagement :
+++

Longueur :
++

Difficulté :
++++

Conditions d'accès :
redevance d'accès
obligatoire.
Tickets en vente
à l'office de tourisme
ou à la mairie
de La Brigue.
Location de matériel
possible sur place.

Période conseillée :
du printemps
à l'automne.

Équipement
personnel :
casque, baudrier,
longes avec absorbeur
d'énergie, poulie,
gants.



Au départ de La Brigue, place du village (770 m)

6 - LA CIAPPÉA

PARCOURS DE LA VIA FERRATA : 2 h 30

Dès le départ, l'itinéraire s'élève d'une façon un peu athlétique à droite d'une zone surplombante avant de traverser sur la gauche une dalle toujours aussi raide et aérienne.

La progression verticale continue pour arriver au premier pont de singe qui enjambe un des nombreux couloirs qui rayent la paroi.

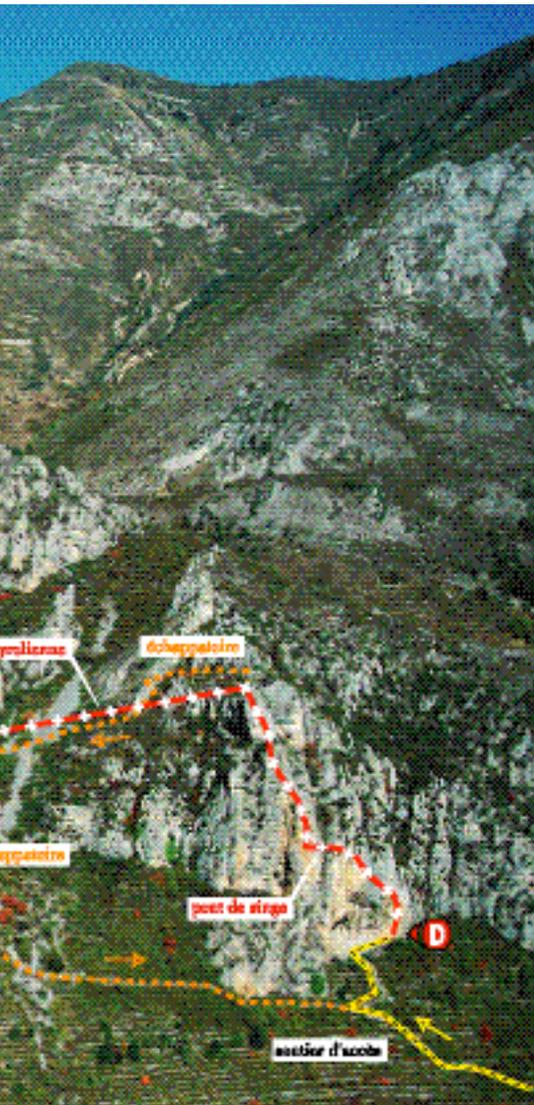
Toujours dans la continuité, le tracé se redresse fortement pour gravir un bel éperon vertical qui, sans être athlétique, est continuellement physique. On atteint une large vire avant de franchir un dernier ressaut sur le fil pour sortir à la plate-forme de départ de la tyrolienne de 120 m.

Possibilité d'éviter la tyrolienne par une sente ou de quitter l'itinéraire en rejoignant le pied de la falaise.



Négocier la tyrolienne pour prendre pied sur le secteur suivant. Poursuivre par une longue traversée à gauche qui coupe une belle dalle ocre et grise aux sculptures acérées. Continuer par une succession de ponts de singe (6 au total) qui permettent de franchir des couloirs encaissés et offrent aux ferratistes des longueurs et des ambiances variées. Le dernier, le plus long et le plus spectaculaire (30 m), se franchit à l'inverse des précédents, tout

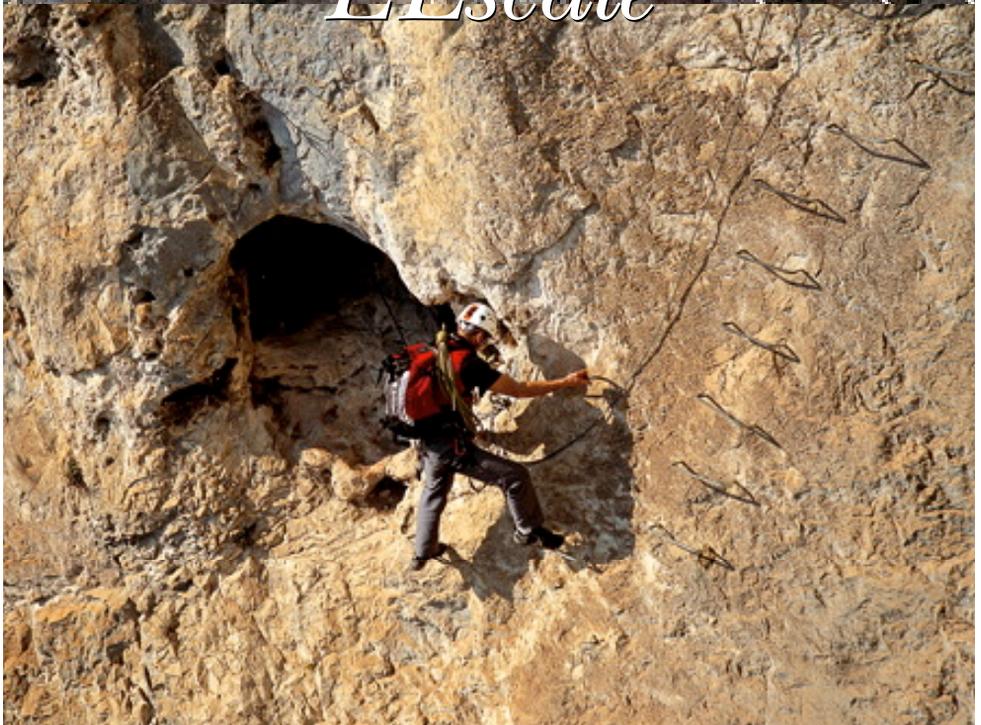
simplement face au vide pour atteindre une large terrasse. Une courte marche, qu'il faudra négocier toujours longé au câble, mène à une dépression. Commencer à descendre jusqu'à rejoindre une deuxième baume, aux couleurs orangées, qui marque la fin du parcours. Longer le pied de falaise et prendre le sentier de retour qui ramène sur la route.







L'Escale



Via Ferrata

7 - L'ESCALE

ACCÈS ROUTIER
DEPUIS LA CÔTE : 35 km
De Nice (aéroport), suivre l'A.8 vers l'Est jusqu'à la Turbie. Quitter l'autoroute pour rejoindre le centre de la Turbie où l'on prend à gauche la D.53 par laquelle on rejoint Peille. A l'entrée du village, sous l'église, prendre à droite une petite route (virage en épingle) pour se garer sur le parking du cimetière.

Parcours particulièrement sportif se déroulant dans les premiers contreforts des Alpes. Très varié, le tracé évolue d'une falaise à l'autre pour offrir des points de vue remarquables sur le village médiéval de Peille et ses toits de tuiles provençales. Des passages étonnants ponctuent ce parcours méditerranéen comme le franchissement de la route par l'extérieur du tunnel, la traversée d'une grotte pour ressortir par une lucarne ou la remontée d'un surplomb face au vide à l'aide d'un grand filet métallique. Une bonne condition physique est indispensable pour effectuer ce parcours en sécurité, car le franchissement de plusieurs passages surplombants est obligatoire.

De nombreux témoignages d'époques révolues sont encore identifiables sur l'itinéraire comme la grotte murée, ancien abri-refuge dont la première occupation remonte à l'époque néolithique ou, en crête au dessus du surplomb de la justice, les vestiges d'un gibet utilisé pour pendre les condamnés face au tribunal.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche : calcaire

Exposition générale : sud

Longueur de l'itinéraire : 600 m

Dénivelée positive : + 230 m

Altitude maximale : 750 m

Cotation : très difficile

CARTOGRAPHIE

"Nice-Menton"
TOP 25 n° 3742 OT
1 : 25 000e

ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 10

Du parking du cimetière (650 m), revenir par la petite route utilisée à l'aller et couper la départementale pour rejoindre la rue centrale au cœur du village. Gagner le bas du village par des ruelles et continuer par un sentier qui franchit le vallon de Faquin par un bel ouvrage. Traverser sous la grande passerelle et descendre par un chemin escarpé jusqu'au départ de l'itinéraire (520 m).

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 15

Remonter l'éboulis de sortie sur une cinquantaine de mètres pour rejoindre un sentier balisé qui ramène directement au parking du cimetière.



CARACTÉRISTIQUES DE L'ITINÉRAIRE

Verticalité :

+++

Passages athlétiques :

+++++

Engagement :

++

Longueur :

++

Difficulté :

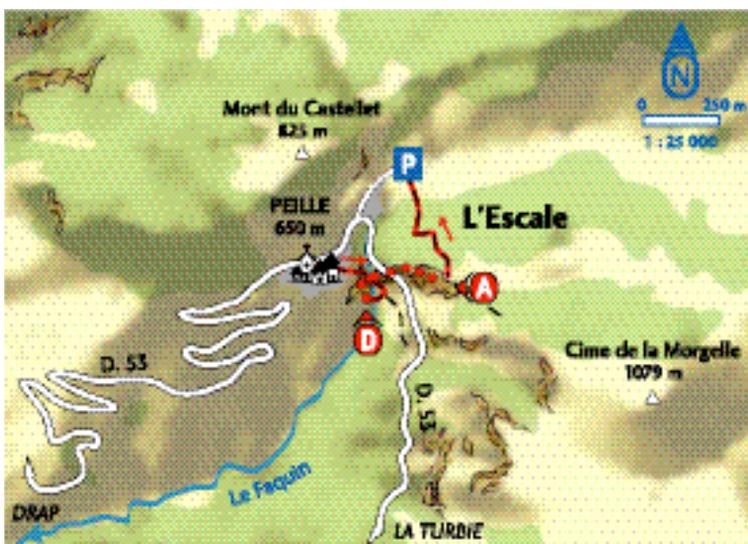
++++

Conditions d'accès :
redevance d'accès
obligatoire.

Tickets en vente
dans les commerces
(bars) de la rue
centrale du village.
Location de matériel
possible sur place.

Période conseillée :
toute l'année.

Équipement
personnel :
casque, baudrier,
longes avec absorbeur
d'énergie, poulie,
gants.



Au départ de Peille, parking du cimetière (650 m)

Via Ferrata

7- L'ESCALE

PARCOURS DE LA VIA FERRATA : 2 h 30

Le parcours débute par une passerelle de 30 m au-dessus du vallon de Faquin. Quelques ressauts mènent ensuite à un mur en dévers peu commode suivi d'une belle dalle. Une longue traversée aérienne sur la droite conduit à la grande passerelle (35 m) sous laquelle passe le chemin d'accès.

Echappatoire possible vers le haut pour rejoindre le village.

Emprunter la passerelle et remonter sur la droite un système de dalles pour arriver au niveau de la route. Un passage surplombant pour franchir le tunnel par l'extérieur nécessite résistance et détermination. A la sortie de ce mur très raide, on débouche sur une belle esplanade propice à une halte.

Echappatoire possible sur la gauche par une sente qui mène directement au parking du cimetière.



Remonter une arête jusqu'à un court pont de singe, le franchir et continuer par une traversée descendante qui permet de prendre pied dans une grotte. La traversée pour ressortir par une lucarne et rejoindre une deuxième grotte au pied du filet métallique.

Possibilité d'éviter le passage du filet par une variante à droite moins raide et plus classique.

S'élever directement au-dessus de la grotte en grim pant sur le filet pour franchir le surplomb face au vide. Au sommet de celui-ci, prendre à droite l'itinéraire qui, par une traversée très aérienne, rejoint la variante précédemment citée.

Une option très sportive et technique permet de franchir le grand surplomb situé au dessus du filet.

Celui-ci, particulièrement athlétique, s'adresse à des spécialistes bien entraînés. La progression encordée y est vivement recommandée, car une chute en ces lieux pourrait rapidement devenir dramatique à la moindre défaillance de l'équipement de l'usager.

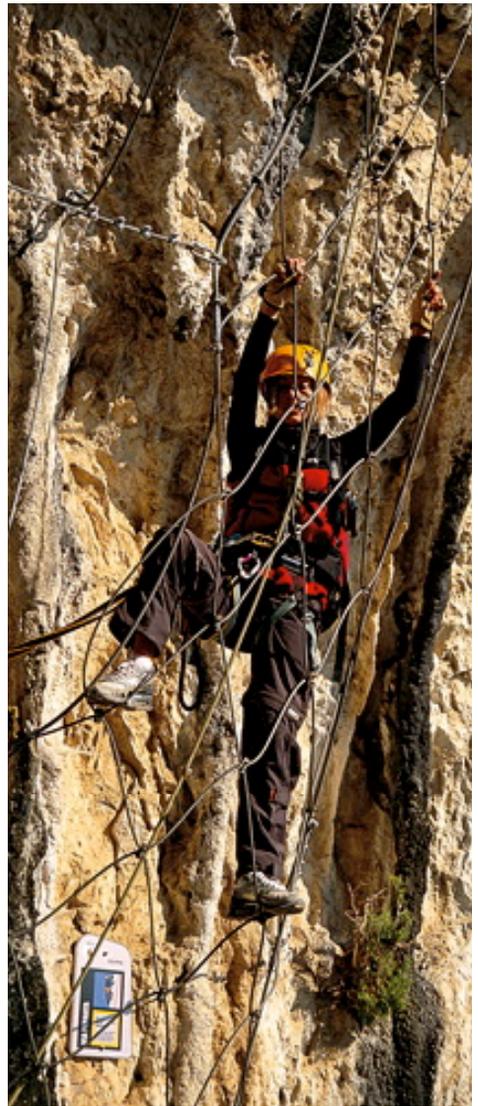
Après la traversée, ressauts et petits murs conduisent à un nouveau pont de singe qui se franchit face au village.

Une courte ascension mène au départ de la grande tyrolienne de 85 m.

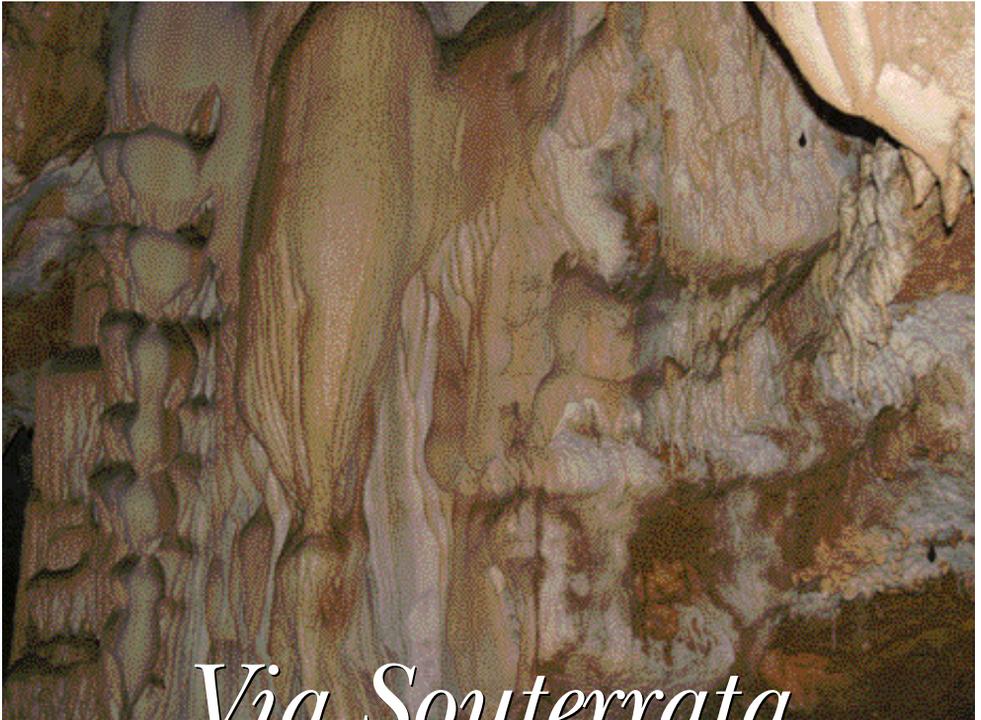
Sortie possible et aisée pour rejoindre le chemin de retour.

Négocier la tyrolienne et traverser une courte zone d'éboulis pour gagner la jolie dalle de sortie.

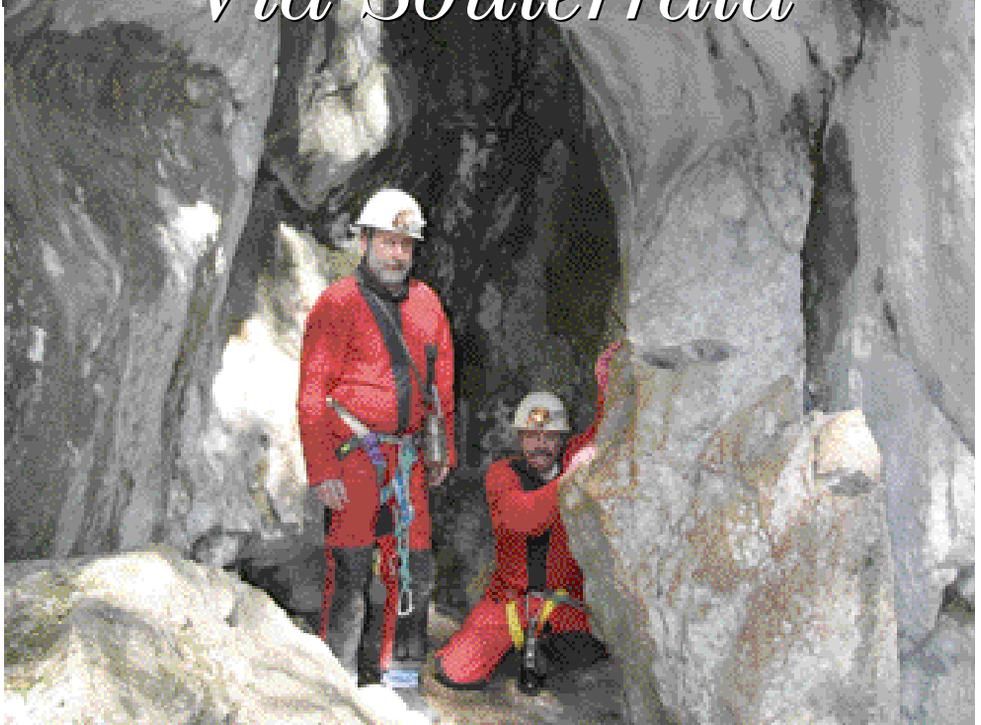
L'itinéraire se termine au sommet de celle-ci, au niveau d'un large pierrier.







Via Souterrata



8 - VIA SOUTERRATA

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS LA CÔTE : 62 km
De Cannes, se rendre à Grasse par la pénétrente et suivre la route Napoléon (N.85) en direction de Castellane pour dépasser Saint-Vallier-de-Thiery et Escagnolles. Environ 3 km après le col de Valferrière, bifurquer à droite (D.79) ; après 1 km, suivre la D.81 sur 5 km, puis la D.281 pour atteindre le parc de La Moulière.



FICHE SIGNALÉTIQUE

Nature de la roche : calcaire

Exposition générale : souterraine

Longueur de l'itinéraire : 380 m

Dénivelée négative : - 40 m

Altitude maximale : 1 390 m

Cotation : assez difficile

CARTOGRAPHIE

"Haut Estéron"
TOP 25 n° 3542 ET
1 : 25 000e

Premier itinéraire de via ferrata sous terre, ce parcours permet d'aborder l'univers de la spéléologie à travers deux avens aménagés du parc de La Moulière. Situé au pied de la montagne de l'Audibegue, bastion calcaire méridional des Préalpes, le site recèle un groupe important de cavités et présente un relief typique du karst. C'est dans ces gouffres que le spéléologue niçois Michel Siffre a mené en 1964 et 1969 ses expériences "hors du temps" et ce n'est qu'en 1997 qu'une équipe du Club méditerranéen de spéléologie de Nice a réussi à établir, sous ce vaste lapiaz plus ou moins arboré, la jonction entre l'aven Yvon et celui des Jurassiens, rendant possible l'une des rares traversées souterraines des Alpes-Maritimes. L'aménagement de la via ferrata reste classique (échelons, échelles, passerelles, câbles), mais la progression s'effectue sous la surveillance du personnel gestionnaire du site. L'équipement individuel sera, pour l'occasion, complété d'une combinaison de protection et d'un éclairage spécifique.



ACCÈS PÉDESTRE : 0 h 15

Du parking (1340 m), suivre la route goudronnée (b.168) qui se transforme rapidement en piste (barrière - b.167). Prendre à droite (Nord) le sentier aménagé qui remonte un petit talweg ombragé, passer devant l'aven des Jurassiens et atteindre juste au-dessus l'entrée de l'aven Yvon.

RETOUR PÉDESTRE : 0 h 10

De la sortie de l'aven des Jurassiens, rejoindre le chemin emprunté à l'aller qui ramène à la route goudronnée par laquelle on regagne le parking de départ.



CARACTÉRISTIQUES DE L'ITINÉRAIRE

Verticalité :

+

Passages athlétiques :

+

Engagement :

++

Longueur :

++

Difficulté :

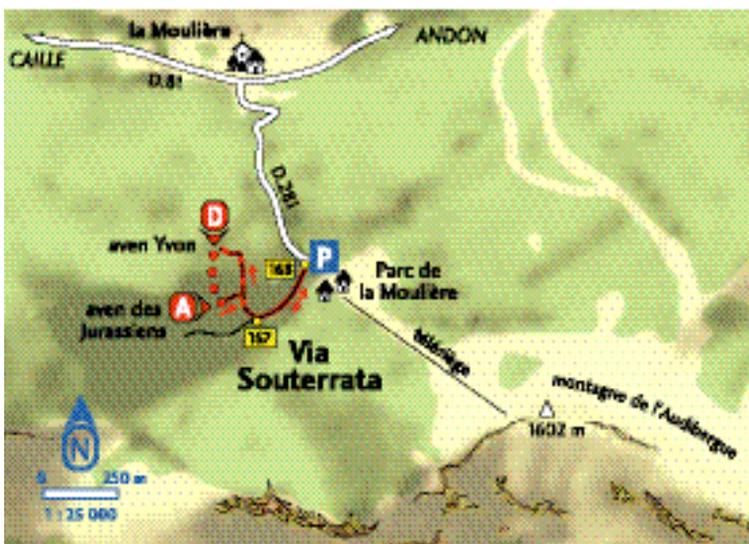
++

Conditions d'accès :
redevance d'accès
obligatoire.

Tickets en vente au
départ de l'itinéraire.
Location de matériel
possible sur place.

Période conseillée :
juillet et août,
tous les jours
de 10 h 00 à 17 h 00.
Juin et septembre :
samedi et dimanche
même horaire.
Toute l'année sur
réservation sauf
l'hiver si les chutes
de neige sont trop
abondantes.

Équipement
personnel :
casque avec
éclairage, baudrier,
longes avec
absorbant d'énergie,
gants, combinaison
de protection.



8 - VIA SOUTERRATA

PARCOURS DE LA VIA FERRATA : 1 h 30

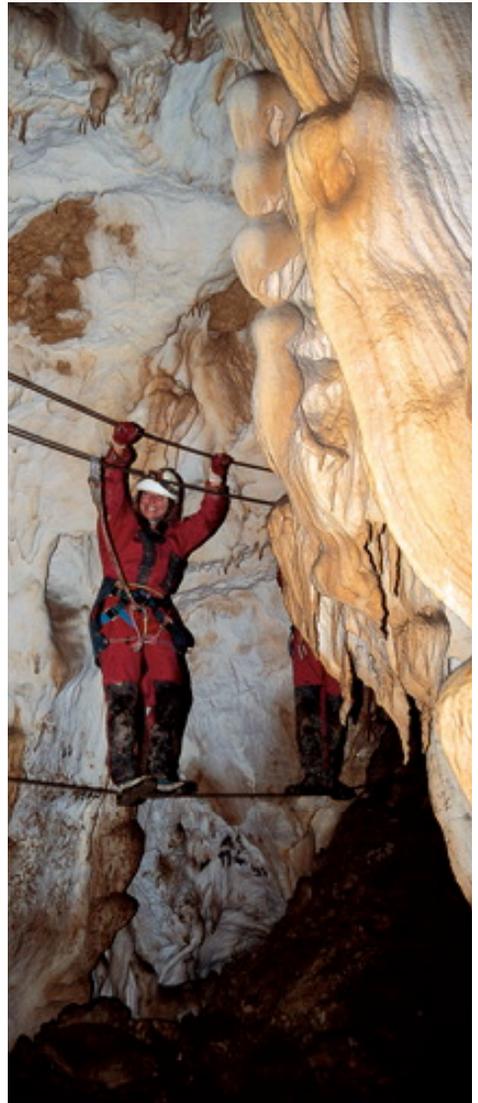
L'itinéraire commence par la descente à l'aide de barreaux métalliques du puits d'entrée de 25 m de l'aven Yvon ; un petit palier intermédiaire suivi d'une échelle en câble et en bois permet de franchir un dévers et d'atteindre le départ de la galerie du lac. Ce conduit horizontal de près de 5 m de haut est qualifié de fossile, car abandonné par l'eau pour devenir le siège d'un remplissage par l'argile et

la calcite. Le parcours en aller-retour de ce couloir spacieux va permettre d'observer, sur le plafond hérissé de concrétions de formes et de tailles variées, les stalactites, qui plongent du haut des voûtes jusqu'à parfois se souder aux stalagmites dressées du sol. Revenir sur ses pas pour continuer à gauche par une étroiture (ancienne chatière) et sortir dans une salle admirablement concrétionnée. La franchir en hauteur par un pont de singe pour trouver



au bout un nouveau resserrement à négocier par un toboggan glissant, la galerie du Jurassic Parc (lieu de jonction entre les deux avens), qui débouche en hauteur sur la grande salle. Située à quelque quarante mètres de profondeur et haute d'une quinzaine de mètres, cette salle jalonnée par de nombreuses concrétions se traverse sur une passerelle de 30 m. A la sortie, remonter quelques mètres pour trouver le passage supérieur

qui donne accès à deux petites salles. Une dernière étroite (le laminoir) va permettre de se glisser à la base du dernier puits (10 m) qu'il faudra cette fois-ci remonter à l'aide de barreaux métalliques pour regagner la surface. La remontée en traversée, difficile et athlétique suivant le niveau des pratiquants, peut être facilitée par l'utilisation d'une échelle qui permet d'accéder à une plate-forme et à la dernière section moins raide avant la sortie.





SÉCURITÉ - PRÉVENTION

ATTENTION !

Il faut avant tout parcours de via ferrata vérifier l'autonomie du groupe, s'assurer que chacun sait utiliser correctement le matériel et contrôler la fiabilité de l'équipement. Consultez impérativement le dernier bulletin météo du répondeur départemental (08 92 68 02 06) pour connaître les conditions météorologiques du moment.

ATTENTION !

S'assurer que tous les participants sont pourvus du matériel de sécurité individuel en bon état de fonctionnement.

ATTENTION !

La majorité des accidents a lieu dans des passages ludiques : tyrolienne par ex. Lors de ces passages, il est utile de garder à l'esprit que le moindre incident peut rapidement se transformer en une opération de secours longue et périlleuse en raison des difficultés d'accès aux sites.

ATTENTION !

Les itinéraires décrits dans ce guide doivent au besoin être interprétés ou modifiés en fonction des conditions climatiques et de la saison. Ces parcours évoluent en pleine nature avec des risques objectifs inhérents à ce type de milieu (orages, foudre, chute de pierres...).

ATTENTION !

Les dangers liés à la pratique de la via ferrata sont assez évidents pour rappeler que les parcours s'accomplissent sous la responsabilité de l'encadrement (guides et moniteurs diplômés d'État ou bénévoles fédéraux) qui conduit les groupes ou encore sous celle de la personne la plus qualifiée en l'absence de cadres brevetés.



SECOURS - INTERVENTION

CONSIGNES EN CAS D'ACCIDENT

- quel que soit le type d'incident ou d'accident, rester calme, tenter d'analyser la situation et agir de façon coordonnée et efficace,
- dégager la victime, la mettre à l'abri (ne pas la laisser suspendue de façon prolongée et sans bouger) et l'installer si possible dans un endroit dégagé,
- assurer les premiers soins d'urgence en tenant la victime au chaud,
- éviter de laisser la victime seule,
- utiliser le téléphone portable, un autre groupe ou le plus expérimenté pour alerter les secours,
- donner l'alerte en précisant : l'état de la victime, le lieu précis et l'heure de l'accident,
- se tenir à disposition des sauveteurs pour d'éventuelles précisions,
- signaler l'emplacement de la victime de façon visible dans l'attente des secours spécialisés.

COMMENT DONNER L'ALERTE ?

Rappelons que la couverture GSM du moyen et haut pays reste très inégale et qu'en conséquence le recours au téléphone portable ne peut être systématique.

Prévenir les secours dès que possible grâce aux numéros suivants :

- le 112 : numéro d'urgence européen (24h/24h)

- le 15 : SAMU (appel gratuit)
- le 17 : Gendarmerie (appel gratuit)
- le 18 : Pompiers (appel gratuit)
- 04.97.22.22.22 : secours en montagne spécialisé (CR6 ou PGHM)
- 04.93.22.76.90 : CODIS 06

EN CAS DE SECOURS AÉRIEN

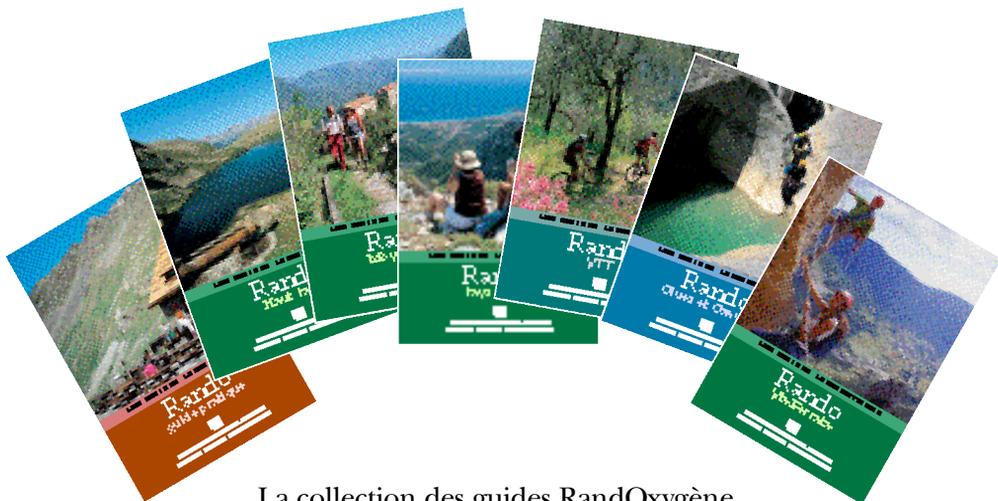
- à l'arrivée de l'hélicoptère, utiliser les signes conventionnels ci-dessous.
- protéger la victime des projections provoquées par l'hélicoptère,
- ne jamais approcher de l'appareil avant d'y être invité par l'équipage,
- surveiller la descente du sauveteur qui peut malencontreusement provoquer des chutes de pierre.

DEMANDE
DE SECOURS
YES



PAS
DE SECOURS
NO





La collection des guides RandOxygène

(Guide Pratique, Rando Pédestre Haut Pays, Moyen Pays, Pays Côtier, Rando VTT, Cluses et Canyons, Via Ferrata)

est diffusée gratuitement par le Conseil général,
dans les mairies, offices de tourisme, syndicats d'initiative,
maisons du Parc national du Mercantour, commerces spécialisés,
bureaux des guides, gîtes et refuges des Alpes-Maritimes
ou par courrier en dehors du département.

CONCEPTION ET ÉDITION : Conseil général des Alpes-Maritimes.

CRÉDIT PHOTOGRAPHIQUE : Georges Véran, Jacques Audibert, Christophe Magliano (Conseil général des Alpes-Maritimes), Pierre Tardieu.

CARTOGRAPHIE : Bureau d'étude ECO (Nice).

MAQUETTE : L'Atelier Typographique (Nice) - IMPRESSION : Trulli (Vence).

Achevé d'imprimer le 30 juillet 2005 - dépôt légal : 3^e trimestre. Imprimé en France.

Tous droits de traduction, reproduction et adaptation sur tout support, pour tout pays, réservés au Conseil général des Alpes-Maritimes.

Les guides RandOxygène
sont consultables sur www.cg06.fr



CONSEIL GENERAL DES ALPES-MARITIMES
L'ÉNERGIE AU CŒUR DU DÉPARTEMENT