



Partage d'Émotions en terre authentique

Exemple d'escapade éco-responsable dans le Haut-Verdon

Une suggestion d'itinéraire inspirante pour votre futur séjour au cœur du Parc national du Mercantour.

Cette fiche vous propose une trame d'immersion de 3 jours à moduler selon vos envies. Vous pouvez réaliser ce parcours de manière totalement autonome en liberté, ou confier l'organisation et l'encadrement aux professionnels qualifiés de notre réseau (agences de voyages et accompagnateurs en montagne).

Deux façons de vivre cette expérience :

- **En étoile** : Posez vos valises dans l'un de nos hébergements labellisés et rayonnez chaque jour vers les plus beaux vallons.
- **En itinérance** : Optez pour l'expérience unique des randonnées avec nuitées en refuge de montagne au plus près des sommets.

💡 Idée d'itinéraire : 3 jours dans le Haut-Verdon

● Jour 1 : Les secrets de la Cité Fortifiée, géologie et fraîcheur forestière

- *Patrimoine et culture* : Suivez une visite commentée du village fortifié de **Colmars-les-Alpes** à la découverte de son passé lié à Vauban et poussez les portes de sa Maison Musée pour comprendre la vie d'autrefois dans la vallée.
- *Balade et géologie* : Randonnée douce vers la spectaculaire cascade de la Lance ou balade oxygénante à l'ombrage de la **forêt de Ratery**. Prenez le temps de découvrir la géologie fascinante de la haute vallée et marchez jusqu'aux **sources du Verdon** pour admirer la naissance de ce torrent emblématique.
- *Rencontre durable* : Halte chaleureuse chez nos hébergeurs et artisans pour un moment d'échange sur la vie de montagne.

● Jour 2 : L'émerveillement au Lac d'Allos et saveurs des chemins

- *Activité conseillée* : Randonnée d'altitude à la découverte du **lac d'Allos**, le plus grand lac naturel d'altitude d'Europe. Admirez ses reflets changeants cernés par les majestueuses "tours" de grès.
- *Douceurs locales* : En chemin sur la route qui mène au lac, offrez-vous une pause gourmande pour déguster des **fruits rouges locaux**, comme des framboises fraîches produites dans la vallée.

- *Option encadrée* : Faites appel à un accompagnateur en montagne du réseau pour l'ascension du mythique Mont Pelat (3 051 m) avec lecture des paysages géologiques et observation discrète de la faune alpine (chamois, bouquetins, marmottes).
- *Sensibilisation nocturne* : À la nuit tombée, profitez de la pureté du ciel dans cette zone protégée par la Réserve Internationale de Ciel Étoilé (RICE) pour vous initier à la préservation de la biodiversité nocturne.
- **Nomadisme et VTT** : Pour les amoureux de petite reine, profitez des options de location de **VTT à assistance électrique (VTTAE)** dans la vallée pour gravir le célèbre **Col d'Allos** ou parcourir les sentiers à travers champs en toute liberté.
- **Jour 3 : Les grands espaces de Lignin et le panier du terroir**
 - *Activité conseillée* : Randonnée thématique (*flore, palynologie, faune...*) à la découverte du vallon de Talon ou des immenses étendues sauvages et des tourbières des **Lacs de Lignin**, témoignages uniques de l'histoire glaciaire.
 - *Saveurs locales et partage* : Repas chez un restaurateur membre du réseau mettant à l'honneur les produits de nos fermes.
 - *Souvenirs gourmands* : Avant de repartir, faites escale dans les points de vente collectifs du réseau, comme à la **Maison de Pays de Beauvezer**, pour composer votre panier de produits locaux : charcuterie artisanale, macarons artisanaux et confitures paysannes de nos fermes locales (comme les productions traditionnelles de la ferme Lou Pastroum).

Préparez votre séjour avec nos membres :

Pour concrétiser cette escapade, composez votre programme sur-mesure en consultant la liste complète de nos professionnels engagés dans la vallée (Hébergements, Refuges, Accompagnateurs, Agences de voyages, Fermes, Producteurs et Artisans) directement sur notre site officiel :

www.mercantourecotourisme.eu

Note d'information juridique : Cet itinéraire est une suggestion d'inspiration proposée à titre purement indicatif par l'association Mercantour Écotourisme. L'association n'assure ni la réservation, ni la vente, ni la responsabilité technique de ce séjour. Pour construire votre voyage, nous vous invitons à planifier vos activités en liberté ou à contacter directement les professionnels et agences de voyages membres de notre réseau.

*Voyageurs dans notre belle vallée du Mercantour,
nous vous attendons pour passer des moments de convivialité,
d'émerveillement et de connaissances.*