



Individuelle  
Wanderung  
Gepäck Transport  
per auto

Bergwandern im Nationalpark  
Mercantour

Frankreich





## **Wolf, wo bist du?**

### **Die Alpen des Mercantour, Sonne und blauer Himmel**

Das nahe Mittelmeer macht das Klima der See-Alpen milde und das Wandern zum Genuss. Durch den frischen Alpenwind wird auch der heisseste Sommertag erträglich.

### **Ein geschütztes Gebirge**

Dank dem unermüdlichen Einsatz der Mitarbeiter des Parc du Mercantour können in der Höhe von 1200 bis 3000 Metern Murmeltiere, Gamsen, Steinböcke und Mufflons ungestört leben. Wer Glück hat, wird auch den Steinadler kreisen sehen.

### **Die abwechslungsreiche und dramatische Landschaft des Mercantour:**

- Türkisfarbene Seen, die aus den Enzianwiesen wie Augen hervorleuchten
- Herrliche Farbsymphonie der Alpenblumen zwischen Felsen und Lärchenwäldern
- Imposante Gipfel mit seltenen Gesteinen
- Wildes Wasser des Var in schwindelnder Tiefe der roten Felsschlucht



## Ihre Reise kurz zusammengefasst :

**Reiseart :** individuelle Wanderung, mit täglichem Gepäcktransport per Auto.

**Reisedauer :** 6 Wandertage, 5 Nächte

### **Verlängerungsmöglichkeit :**

Eine 5- oder 7-Tagesvariante dieser Reise ist möglich (auf Anfrage).  
Übernachtungsmöglichkeit am Vorabend des Reisebeginns und/oder am Ende des letzten Wandertags, entweder in einer Jurte mit allem Komfort oder in unserer Écogîte in Villeplane: Zuschlag pro Nacht und Halbpension für Erwachsene 65€ und für Kinder bis zu 12 Jahren 55€.

**Leistungen und Preise 2025 :** für 6 Tage und 5 Nächte (alles inklusive) :  
Erwachsene: 695 Euros /Kinder (zwischen 5 u.12 Jahren) : 595 Euros.  
Extra kosten : 80 €per Erwachsene für Doppelzimmer.

**Reisezeit: von 15 Juni bis September Ende**

**Routen:** Je 500 bis 600 m An- und Abstieg pro Tag (bzw. 800 bis 1200 m, je nach gewählter Variante).

**Schwierigkeitsgrad :** leichte Wanderung bis sportive Wanderung (verschiedeneVarianten mit markierten Pfade)

**Zustand der Wanderwege:** Die Wanderwege sind durchweg gut begehbar und markiert. Trotzdem Vorsicht : Sie befinden sich in hochalpinem Gelände!



## Unterkunft: Vollpension:

- **Option A (gîte)** : Unterkunft entweder bei einheimischen Bergbewohnern, im Hotel oder in einer Refuge ( Berghütte) : 4 / 6 Personen pro Zimmer + Gemeinschaftsduschen und Toiletten. Leinenschlafsack und Handtücher müssen mitgebracht werden.

### - **Option B (Doppelzimmer):**

Bettlaken und Handtücher sind vorhanden.

Statt in einer Refuge oder Gîte werden Sie in einfachen Hotels übernachten.

Kosten für Erwachsene : 80 Euros mehr.

Diese Option ist zwar etwas bequemer, aber der Empfang im Hotel dafür weniger familiär und typisch.

**Voraussetzungen:** Kenntnis des Kartenlesens, um sich nicht auf unübersichtlichen oder ungangbaren Pfaden zu verlaufen. Erfahrung im Bergwandern ist erforderlich (Trittsicherheit, Schwindelfreiheit, Kenntnis der Wetterzeichen).

Wir haben die Tour so gestaltet, dass die Etappen für die leichte Variante nicht länger werden als 3 bis 5 h pro Tag.

**Zwei Wanderniveaus möglich** : Für durchschnittliche oder sportliche Wanderer :

Jeden Tag haben Sie die Wahl zwischen zwei Wegstrecken mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad.



## Wanderrouten .... Wanderrouten ....

### Tag 1 : rund um Villeplane

Kumulierter Aufstieg: 300 m - Kumulierter Abstieg: 300 m

Entfernung : 6 km - Gehzeit durchgehend : 2,5 Std

Empfang um 8.30 Uhr auf dem Bauernhof von Villeplane. Unser lokaler Guide wird dies beurteilen die verschiedenen Möglichkeiten gemeinsam unter Berücksichtigung des Wetters Prognose, Ihre körperlichen Fähigkeiten und zeigen Ihnen natürlich, wie es geht kümmere dich um deinen Esel.

#### **Option 1** : Rundgang um die 'collet de la cime'

Wir bieten Ihnen eine schöne, erholsame Halbtageswanderung, fernab von allem. Die Spitze von Der Collet-Gipfel bietet einen 360-Grad-Blick auf alle Gipfel des Tals.

#### **Option 2:** Die roten Schluchten von Daluis

Gesamter Aufstieg: 525 m - Gesamter Abstieg: 525 m

Entfernung: 10,5 km - Kontinuierliche Gehzeit: 4h30

Ihre Wanderung beginnt in den Redlands. Ein Spaziergang um den Balkon über aEinzigartiges Relief, das in Europa ist, und spektakuläre Schluchten mit Trüffeln Kupferminen!

Übernachtung in der Ecolodge von Villeplane.



## **Tag 2: Villeplane / Saint Martin d'Entraunes**

Durch Villetalle Basse : Diese ziemlich lange Wanderung leiht sich einen Ahnenpfadverbindende Dörfer zwischen ihnen. Es wird Sie mit dem imprägnieren Wildnischarme unserer Berge und ihrer 2500-Meter-Sommets schneidet durch das Blau des Himmels, unterbrochen von kleinen Weilern thront mit ihren Mauern aus Trockensteinen, schattigen Wäldern und lustige Pausen in den Pools erfrischender Wildbäche.

Kumulierter Aufstieg: 680 m - Kumulierter Abstieg: 880 m

Entfernung : 14,5 km - Gehzeit durchgehend : 6 Std

## **Tag 3: Saint Martin d'Enttraunes/Enttraunes**

### **Option 1 : Durch die Ubac**

Diese Route verläuft entlang breiter Waldwege und Kreuze vollständig im Schatten mehrere schöne Bäche zum Baden geeignet. Durch Antike Landschaft, denken wir an die Generationen von Berg Bewohner, die die Landschaft zu ihrem Vorteil gestaltet haben.

Diese Route bietet erfrischenden Wasserspaß im Bach Chastelonnette.

Kumulierter Aufstieg: 870 m - Kumulierter Abstieg: 660 m

Entfernung : 10 km - Gehzeit durchgehend : 5h30



## **Option 2 : Über den Postbotenweg und Serre d’Au**

Gesamter Aufstieg: 970 m - Gesamter Abstieg: 750 m

Entfernung : 12,5 km - Gehzeit durchgehend : 6h30

Der Aufstieg des Tals geht weiter mit der schönen Wanderung der Postbotenweg. Dieser Weg mit einem eindrucksvollen Namen erinnert an die Zeit (nicht vor so langer Zeit), als der öffentliche Dienst das einzige Material hatte, das er zur Verfügung stellen konnte Agenten mit einem guten Paar Schuhe, um die Postverteilung zu gewährleisten...

### **4. Tag: Entraunes Estenc**

Aufstieg 530m (Gehzeit 3 Std./ 7 km)

Der hübsche Weg zieht sich nun gemächlich hin. Schmale Stege führen über die Wildbäche von Garréton und d’Aiglière, die aus schwindelnder Höhe hinabstürzen. Unmittelbar bevor man die Straße überquert, gibt es am Fuß der Kletterschule Gelegenheit für ein schönes, schattiges Picknick (mit Tisch).

### **5. Tag: Estenc-Col de la Cayolle**

Anstieg: 990 m / Abstieg: 440 m > (6 St – 13 km)

Mitten in der Zentralzone des Mercantour Nationalparks werden Sie an diesem Wandertag die Schätze des Hochgebirges genießen können: Aussichtsreiche Pässe, mineralreiche Täler, wo Gamsen und Murmeltiere in der Sonne faulenzten. Dieser Wandertag enthält den größten Anstieg.



## **6. Tag: Estenc-Col de la Cayolle**

Anstieg: 990 m / Abstieg: 440 m > (6 St – 13 km)

Mitten in der Zentralzone des Mercantour Nationalparks werden Sie an diesem Wandertag die Schätze des Hochgebirges genießen können: Aussichtsreiche Pässe, mineralreiche Täler, wo Gemen und Murmeltiere in der Sonne faulenzten. Dieser Wandertag enthält den größten Anstieg.

Variante: Gipfel von La Boucharde (2639m) oder Gipfel von L'échillon (2709m)

## **7. Tag: Zurück nach Estenc über den Lac d'Allos**

Anstieg: 410 m / Abstieg: 970 m > (Gehzeit: 5 ½ Std / 13 km)

Mit den Eiszeitgebirgsseen von Allos, Les Garrets und La Petite Cayole erreicht die Tour ihren Höhepunkt. Sie werden eine auch ästhetisch genussreiche Wanderung machen, bei der Sie die Widerspiegelung des Himmelblaus im reinen Wasser der Seen bewundern können. Eine herrliche Flora bedeckt die Alpenwiesen: Enziane, Stiefmütterchen, Astern, Orchideen...

Diese einem geologischen Schlachtfeld ähnliche Landschaft, wo das Herauswachsen der Berge das Meer hat zurückfließen lassen, ist von Steingletschern und Gebirgsseen übersät, mit der weiten blauen Fläche des lac d'Allos als wunderschönem Mittelpunkt.



## **An- und Abreise :**

### **Mit dem Auto :**

Bitte informieren Sie sich auf den folgenden Seiten über Ihre Reisstrecke.

[www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

[www.mappy.fr](http://www.mappy.fr)

Vor Ort bieten wir Ihnen einen kostenlosen Parkplatz. Er ist unbewacht, aber Ihr Auto befindet sich hier dennoch in absoluter Sicherheit.

### **Mit dem Zug oder Flugzeug :**

Ankunftsort jeweils Nizza.

Bitte informieren Sie sich auf der Seite der SNCF [www.sncf.fr](http://www.sncf.fr) für Verbindungen zum Bahnhof (SNCF) Nizza.

Flüge von Paris nach Nizza gehen stündlich.

Anschluss mit dem Überlandbus 790 von Nizza nach Guillaumes;

Abfahrt Nizza, Haltestelle Wilson, Tel: 0800 06 01 06.

Oder mit dem Schienenbus Train des Pignes von Nizza, ab Bahnhof Chemin de Fer de Provence bis nach Entrevaux, Tel : 04 97 03 80 80

Wir können Sie in Guillaumes (Zuschlag 30€) oder in Entrevaux (Zuschlag 60€) abholen.

Rufen Sie uns an, wir helfen Ihnen, die für Sie beste Variante zu wählen.



## KONTACT

Itinérance Trekking  
"I-Trek"  
Villeplane  
06470 Guillaumes  
FRANKREICH

[info@itinerance.net](mailto:info@itinerance.net)  
[www.itinerance.net](http://www.itinerance.net)

tel : 00 33 (0) 4 93 05 56 01

ITINERANCE

TREKKING