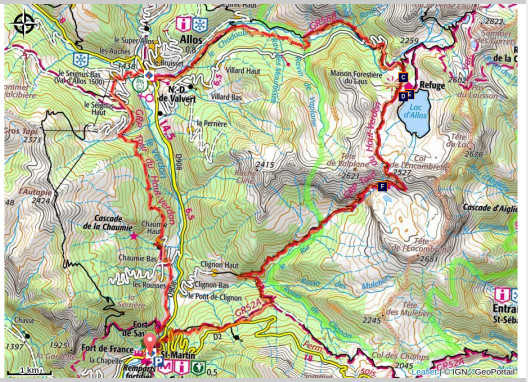
Tours du Haut Verdon en 3 jours (GRP® THV) : les Lacs du Mercantour

Colmars



Lac d'Allos (Teddy Verneuil - AD04)

La Haute Vallée du Verdon, en amont du célèbre grand canyon, appartient sans conteste au domaine alpin. Elle est bordée à l'ouest par les sommets de la Haute-Bléone, au nord, elle communique avec la vallée de l'Ubaye. A l'est, enfin, on découvre le Lac d'Allos et le Mont Pelat, joyaux du Parc national du Mercantour.

Le GRP® les Tours du Haut Verdon est composé d'un maillage d'itinéraires, de 2 à 6 jours, qui vous guident pour découvrir la Haute Vallée du Verdon et ses richesses.

Cette fiche décrit les Lacs du Mercantour sur 3 jours.

Informations pratiques

Pratique : Randonnée itinérante

Durée : 3 jours

Longueur : 37.1 km

Dénivelé positif : 1930 m

Difficulté : Difficile

Type : Itinérance

Thèmes : A voir : les incontournables du 04, Espace naturel protégé, Histoire et patrimoine, Lac, cascade et rivière, Randonnée en montagne

Itinéraire

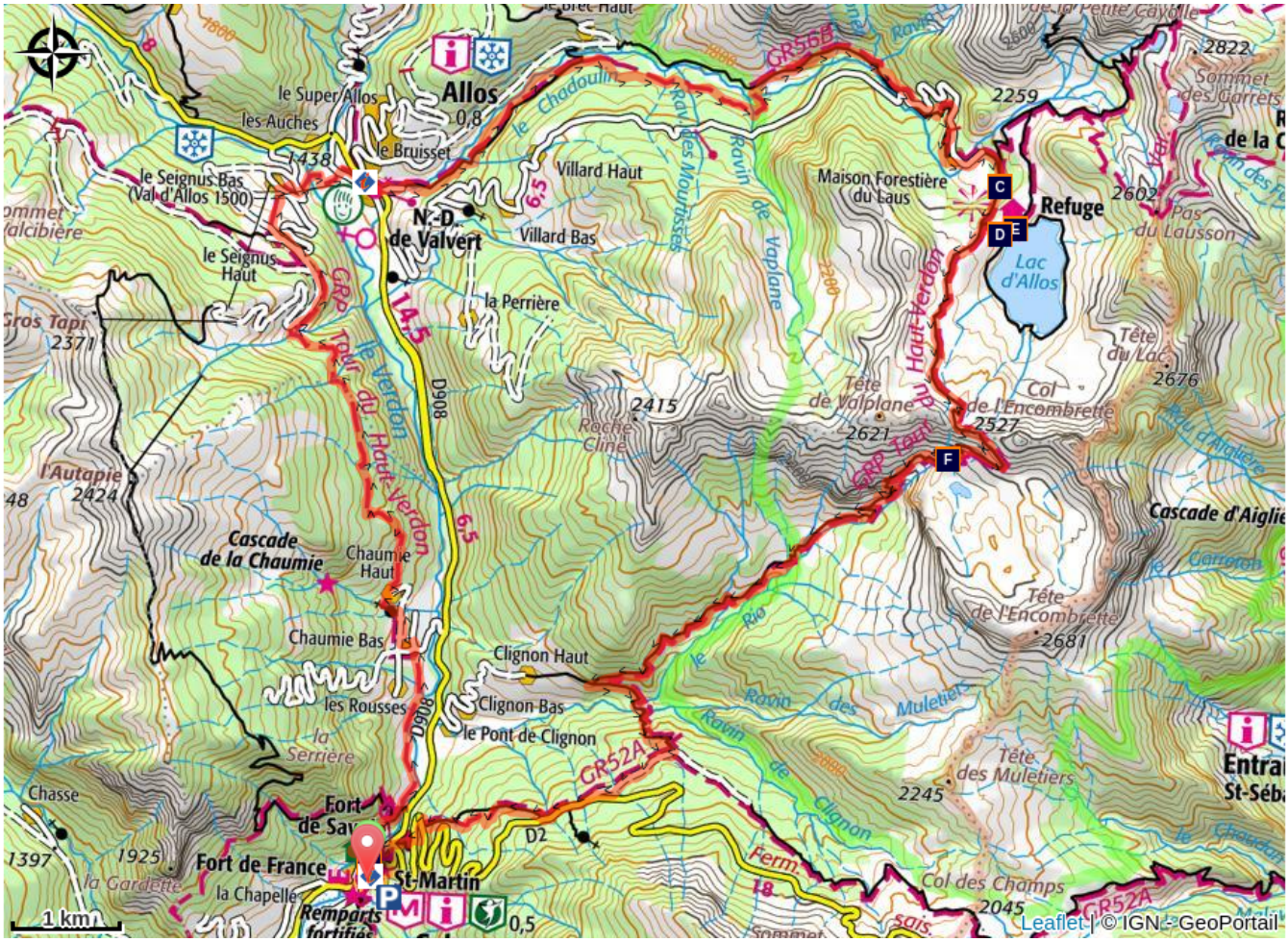
Départ : Colmars-les-Alpes
Arrivée : Colmars-les-Alpes
Balisage : GRP® GR®

Cet itinéraire fait partie des 1 500 km de GR® et GRP® du département des Alpes de Haute-Provence. Il est entretenu par les bénévoles du Comité Départemental de la Randonnée Pédestre (CDRP 04). Celui-ci a également participé au descriptif des étapes.

Étapes :

1. GRP® THV - Etape 1 : Colmars les Alpes - Allos
   10.3 km / 538 m D+ / 3 h 30
2. GRP® THV - Etape 2 : Allos - Refuge du lac d'Allos
   10.3 km / 867 m D+ / 5 h
3. GRP® THV - Etape 3 : refuge du lac d'Allos - Colmars-les-Alpes
   16.2 km / 520 m D+ / 6 h 15

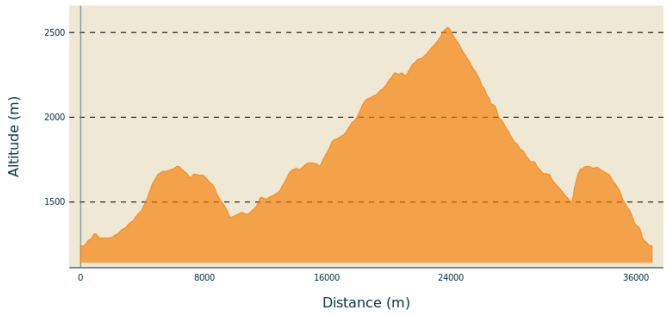
Sur votre chemin...



- Colmars-les-Alpes (A)
- Fortifications de Colmars (B)
- Les chrysomèles (C)
- Lac d'Allos (D)
- Refuge du lac d'Allos (E)
- Le glacier du Haut Verdon (F)

Toutes les informations pratiques

Profil altimétrique



Altitude min 1242 m
Altitude max 2529 m

Transports

Limitons les déplacements en voiture, pensons aux transports en commun et au covoiturage. Tous les transports en commun sur zou.maregionsud.fr

Service de navettes gratuites dans le Val d'Allos (Transports Haut-Verdon Voyages)

www.valdallos.com

Tél : +33 (0)4 92 83 95 81

Accès routier

Depuis Digne les Bains (71 km) suivre la N85 en direction de Nice jusqu'à Saint André les Alpes, puis D955 et la D908 en direction d'Allos jusqu'à Colmars-les-Alpes.

Parking conseillé

Parking de la Lance, Colmars-les-Alpes.

Lieux de renseignement

Agence de Développement des Alpes de Haute-Provence
8 rue Bad-Mergentheim, 04005 Digne-les-Bains Cedex
https://www.tourisme-alpes-haute-provence.com/

Office de tourisme de Colmars-les-Alpes
Ancienne auberge fleurie, 04370 Colmars-les-Alpes
contact@verdontourisme.com
Tel : +33 (0)4 92 83 41 92
http://www.verdontourisme.com

Office municipal de tourisme du Val d'Allos
Place de la coopérative, 04260 Allos
Tel : +33 (0)4 92 83 02 81
http://www.valdallos.com/

Sur votre chemin...

Colmars-les-Alpes (A)

Village de montagne bordé par les eaux tumultueuses du Verdon, Colmars-les-Alpes se caractérise surtout par sa belle architecture militaire classique. Il la doit à son rôle de clef de voûte du système défensif français à l'époque où la frontière était à deux pas du village. Au Moyen-Âge, Colmars-les-Alpes est une communauté prospère qui jouit d'un statut de franchise communale. L'industrie drapière qui fera la renommée de la haute vallée du Verdon jusqu'à la fin du XIXème siècle est florissante. La laine est fournie par les nombreux troupeaux ovins qui fréquentent les pâturages venant de Basse Provence par les « drailles » de transhumance.
Crédit photo : OT Colmars

Fortifications de Colmars (B)

En 1388, Allos et Barcelonnette passent à la Savoie et Colmars-les-Alpes devient ville frontière. Elle est alors protégée par une première enceinte médiévale dont François 1er, lors de ses guerres contre Charles Quint, améliorera le système défensif. C'est surtout à la fin du XIVème siècle que le village sera doté d'un ensemble de fortifications plus développé qui lui donnera son aspect actuel. L'époque est alors troublée. Avec l'adhésion Victor-Amédée à la ligue d'Augsbourg en 1690, c'est la guerre entre la France et la Savoie. Louis XIV charge Vauban d'étudier un système de défense pour renforcer la frontière. Priorité est donnée aux deux redoutes destinées à surveiller les ponts : au sud une simple redoute de plan carré le Fort de France et au nord le Fort de Savoie beaucoup plus vaste.
Crédit photo : ADT 04

Les chrysomèles (C)

En été , vous pourrez remarquer de drôles de petits insectes aux reflets métalliques en vous penchant sur les feuilles des plantes des sous-bois Ce sont les chrysomèles. Il en existe plus de 37 000 espèces dans le monde entier dont 650 en France. Leur brillance est un signe de toxicité. En cas d'attaque, les chrysomèles expulsent un produit chimique irritant ou toxique.

Crédit photo : SA - CD Alpes de Haute-Provence

Lac d'Allos (D)

D'une superficie de 54 ha et d'une profondeur de 48 m, le lac d'Allos est le plus grand lac naturel d'altitude d'Europe (2 248 m). Alimentées essentiellement par la fonte des neiges, les eaux de ce lac sont retenues par un verrou, roche dure que les glaciers n'ont pu arraser lors de leur lent écoulement. Dans le lac d'Allos, la truite fario cohabite avec l'omble chevalier. Leur population était d'une certaine importance puisqu'au XVIIIe siècle la pèche y était exercée professionnellement et le poisson vendu.

Crédit photo : ADT 04

Refuge du lac d'Allos (E)

Face au spectaculaire lac d'Allos, le refuge est un endroit idéal pour se restaurer en journée, mais surtout à découvrir en soirée au coucher de soleil avant une nuité sur place. Situé sur plusieurs chemins de Grande Randonnée, il permet également aux randonneurs itinérants de faire étape.

Le refuge compte 40 places. Possibilité de manger et de se restaurer (bar, restaurant). Le refuge est gardé de juin à septembre. La salle hors-sac, située juste au-dessus du refuge reste ouverte toute l'année.

Tél : +33 (0)4 92 83 00 24
www.refugedulacdallos.com

Crédit photo : ADT 04

Le glacier du Haut Verdon (F)

Au cours des derniers 100 000 ans, les glaciers sculptent les reliefs des Alpes. Il y a 15 000 ans, un glacier atteignant 600 m d'épaisseur occupe la vallée du Haut Verdon jusqu'au Pont de la Fleur. Il creuse des vallées suspendues comme celle de la Lance et des cirques glaciaires comme celui de l'Encombrette. Il abandonne derrière lui des blocs erratiques, des moraines et des lacs qui sont en voie de comblement.