



## Au coeur du Mercantour

### PROVENCE - ALPES - CÔTE D'AZUR

Partez pour une **randonnée à cheval dans le Mercantour**, impression de haute montagne garantie, entre 1500 et 2800 m d'altitude, avec un ensoleillement presque annuel ! Découvrez **à cheval les pâturages des Alpes**, les villages perchés et les hauts sommets à la frontière avec l'Italie, au cœur du Mercantour. Tentez l'aventure d'une **randonnée équestre dans le Mercantour** en autonomie complète où les routes carrossables sont rares...

<b>Randonnée Équestre</b>	 <b>7 jours (5 à cheval)</b>	 <b>À partir de 1 400 €</b>		En famille à partir de 10 ans
---------------------------	---	--	---	----------------------------------



### ITINÉRAIRE

## Les points forts

- Un ensoleillement presque annuel
- Découverte du Parc national du Mercantour, sa faune et sa flore
- La Vallée des Merveilles, site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO
- Randonnée sportive avec beaucoup de dénivelés et passages techniques
- Totale autonomie, avec sacoches sur le cheval.

## Jour 1 — ARRIVEE

Rendez-vous des cavaliers à 16h00 à Nice (aéroport et gare) où un transfert est organisé vers le point de départ de la randonnée. Installation au gîte et rencontre avec toute l'équipe. Dîner et nuit en gîte.

## Jour 2 — SANCTUAIRE DE LA MADONE - 7h à cheval

Dès la première journée, le ton est donné : une montée matinale escarpée pour atteindre le vallon de la Cougourde et le Lac de Trécoulpas. Vous rejoignez ensuite, par le pas des ladres, le célèbre sanctuaire de la Madone de Fenestre. Le passage de la frontière italienne, au col de Fenestre, ouvre sur une grande vallée où une grande descente vous attend, d'abord à pieds, jusqu'au refuge Ellena Soria, puis à cheval, jusqu'à San Giacomo pour votre étape du soir. Dîner et nuit en refuge..

**ATTENTION** : Sur chaque étape, le guide vous demandera de mettre pied à terre en fonction du terrain - pour marcher à côté de votre cheval, principalement en descente. Cela nécessite d'avoir le pied assez sûr sur des chemins de haute montagne.

L'itinéraire peut également s'effectuer en sens inverse.

## Jour 3 — LES HAUTS SOMMETS - 7h30 à cheval

---

Après le petit-déjeuner, cette nouvelle journée vous dévoile les plus hauts et beaux sommets des Alpes du Sud, dont le mont Gelas, considéré comme le plus haut des Alpes Maritimes, le mont Malédie et le mont Clapier. La nature y est grandiose ! Ici, règnent des chamois et des bouquetins, pouvant peser jusqu'à 80 kg et aux cornes d'environ 1,5 mètres de long. Vous profitez ensuite de ce paysage de prairie et de lacs alpins en dégustant un agréable pique-nique, avec vue sur la vallée du Pô lointain. Le Col dei Sabbione marque la fin de la journée et votre arrivée à l'étape, une ancienne mine transformée en gîte d'étape.

## Jour 4 — VALLEE DES MERVEILLES - 2h à cheval

---

Cette troisième journée est une courte étape (jusqu'à 3 heures à cheval seulement), l'idéal pour récupérer à mi-parcours. Après une balade, vous mettez pied à terre pour découvrir le musée à ciel ouvert des pétroglyphes de la vallée des merveilles. Site de référence d'une culture originelle commune, les gravures permettent de découvrir les premiers indices de l'installation de l'homme dans la région. Ce paysage minéral sculpté par la fonte des glaciers recèle un trésor archéologique d'environ 40 000 gravures rupestres datant de 3300 ans avant JC, réparties sur 4000 roches gravées. Il constitue le plus grand site de gravures rupestres d'Europe ! (Visite guidée incluse) Vous découvrez également les nombreux troupeaux de moutons, et la fabrication du fromage local. Dîner et nuit au refuge des Merveilles.

## Jour 5 — VALLEE DE LA GORDOLASQUE - 7h à cheval

---

Ce matin, vous prenez la direction du lac des Mesches à 1380 mètres d'altitude. Les forêts de mélèzes alternent avec un magnifique décor minéral en compagnie de chamois, situé au bord du lac Long Supérieur. Vous profitez d'une jolie vue pour savourer votre pique-nique. Vous quittez la vallée des Merveilles pour l'ancienne vallée glacière de la Gordolasque, l'une des vallées les plus sauvages des Alpes du Sud. Elle offre des paysages d'une rare beauté dans un cadre exceptionnel. Vous chevauchez les sentiers de "terres rouges", qui promettent de belles allures en fin de journée. Dîner et nuit au Relais des Merveilles.

## Jour 6 — CINQ LACS - 6h à cheval

---

Après le petit-déjeuner, vous prenez le chemin du retour vers le Boréon. Les lacs de Prals ou encore les "Cinq Lacs" constituent un véritable enchantement à travers les alpages fleuris traversés par un fougueux torrent. Vous profitez d'un pique nique au bord de l'eau. Après quatre jours de montagne, l'eau cristalline des lacs est une vraie récompense. Vous suivez les derniers sentiers, qui vous ramènent au centre équestre. Après vous être occupé de vos montures et de les avoir remercié pour cette expérience, il est temps de partager un dernier dîner. Nuit en gîte.

## Jour 7 — DEPART

---

Après le petit-déjeuner, transferts vers Nice pour récupérer votre véhicule ou prendre votre train/avion.

### DATES & PRIX

Nos dates et prix seront à jour prochainement. Si vous avez envie de partir sur ce voyage, n'hésitez pas à nous contacter.

## Remarques sur nos prix

---

Aucun départ prévu sur cette destination. Pour plus d'information contacter un de nos conseillers.

- Les tarifs indiqués sont HORS TRANSFERTS par personne, en dortoir.
- Le groupe est composé de 5 à 8 cavaliers internationaux. Le guide est francophone.
- Pas de chambre individuelle possible.
- Transferts collectif organisés depuis/vers l'aéroport et la gare de Nice (sans surcoût).  
Nous contacter avec toute réservation de vols/trains.
- Les enfants, accompagnés d'un adulte, sont les bienvenus à partir de 10 ans, et 16 ans non-accompagnés - à condition d'avoir le niveau équestre requis.
- Cette randonnée n'est pas accessible aux cavaliers de plus de 90 kg.  
Au delà de 90 kg, nous consulter.

### AVERTISSEMENT

Le parcours peut être modifié pour des raisons de sécurité, de météorologie ou d'imprévu. Des événements indépendants de notre volonté peuvent

modifier les parcours : routes coupées, fleuves en crue, sécheresse, grèves, fêtes locales... Cheval d'Aventure, ses partenaires, ses accompagnateurs, ainsi que ses guides locaux mettront toujours tout en œuvre pour apporter la meilleure solution, même en modifiant le parcours. Les noms des hébergements sont donnés à titre d'information. En fonction des disponibilités, ils pourront être modifiés et remplacés sans préavis par un autre hébergement de même catégorie.

## Notre prix comprend

---

### ACCOMPAGNEMENT

---

1 guide équestre francophone et anglophone

### EQUIPE LOGISTIQUE

---

1 cheval équipé par cavalier

### TRANSPORTS INTÉRIEURS

---

Transfert depuis l'aéroport de Nice

### MODE D'HÉBERGEMENT

---

4 nuits en refuges de montagnes en dortoirs collectifs

### REPAS

---

Pension complète du dîner du J1 au petit-déjeuner du J7

### MATÉRIEL DIVERS

---

Sacoques doubles a cheval

## Notre prix ne comprend pas

---

Assurance rapatriement et annulation "multirisques" sans risques épidémies : 3,8% du prix de votre voyage.

Assurance Annulation et interruption de séjour : 2,8% du prix de votre voyage.

Assurance complémentaire carte bancaire (gold, visa premier...) : 2,1% du prix de votre voyage.

Frais d'inscription obligatoires : 15 euros par personne

### REPAS

---

Boissons et extras personnels

### TRANSPORTS

---

Acheminement sur place pour les voyages en France

### DIVERS

---

Pourboires aux équipes locales (à votre discrétion)

Les entrées payantes dans les parcs, sites et musées

## En option

---

### DIVERS

---

Licence FFE 36 euros par adulte ou Carte vacances FFE 8 euros

## INFOS ÉQUESTRES

## Cavalerie

---

Petite cavalerie de 20 chevaux de races diverses : Arabes, PRE, Mérens, Quarter horse, Lusitaniens, Haflinger... pour tous les cavaliers, selon le niveau et les préférences de chacun. Ils sont parfaitement équilibrés, vivent en troupeau, connaissent la montagne, sont ferrés et ont le pied sur.

# Guide & équipe locale

---

Denis et son fils Scott sont américains. Denis est moniteur d'équitation BEES, et Scott accompagnateur de tourisme équestre. Denis est un Cow-boy américain, un vrai, avec l'accent! Scott est plus calme, mais infatigable, il parle également espagnol et portugais.

## Niveau équestre & forme physique

---

### MINIMUM TECHNIQUE REQUIS

---

Cavaliers à l'aise aux trois allures: pas, trot enlevé et galop en équilibre. Pour les cavaliers de plus de 90kg, merci de nous le préciser à la réservation afin de trouver une monture adaptée. Poids maximum cavalier: 110 kg.

### ALLURES

---

Randonnée de montagne, beaucoup de dénivelés, passages escarpés et techniques. Trot et Galop tous les jours, en fonction du terrain et du dénivelé. Seulement 3h à cheval le J3.

### AUTONOMIE ET PARTICIPATION

---

Récupérer, panser et seller son cheval. Une aide à la préparation des repas est la bienvenue.

### NIVEAU ET EXPÉRIENCE REQUISE

---

Plus qu'être bon cavalier, il convient d'être en bonne forme physique, et être en mesure de faire de longues journées à cheval et à pied.

### EQUIPEMENT EQUESTRE

---

Randonné en autonomie, tout le matériel est transporté à cheval. Tapis à poches fournis, ainsi que les sacoches.

Sellerie d'armes portugaises. Embouchures utilisées : Hackamores.

Cette randonnée se déroule en haute-montagne, le terrain est assez minéral et nécessite, notamment pour les descentes, de marcher devant la cheval. Préférez des chaussures de montagnes aux chaussures d'équitation.

Vous aurez à votre disposition une banane (paquetage situé à l'arrière de la selle) d'environ 18 litres, vous pourrez y transporter vos effets personnels (affaires de toilette, tenue de rechange, et tenues de rechange pour la nuit). Il convient également de faire tenir dans cet espace à sac-à-viande et une serviette de toilette.

Le port du casque est fortement conseillé, voir obligatoire. Pour des raisons de sécurité et d'hygiène, munissez vous de votre matériel.

## INFOS PRATIQUES

### CONFORT

---

Étapes en refuges de Haute-Montagne. Vous dormez en dortoir, le plus souvent réservés aux cavaliers. Tous les refuges de cette randonnée disposent d'eau chaude et d'électricité. Couvertures à disposition. Repas communs et copieux a tout le refuge.

### REPAS

---

Formule pension complète

Petit déjeuner en refuge: Pain, confiture, thé, café, parfois jus d'orange.

Déjeuner: Pique-nique préparé par votre guide. Généralement une salade, fromage, charcuterie des montagnes, mets locaux (caviar d'aubergines, tapenade...). Fruits et biscuits en dessert.

Goûter (2 fois par jour): Fruits secs, biscuits, fruits et chocolat.

Dîner en refuge: Entrée-plat-dessert. Bien copieux, pensé pour les randonneurs. Pas de boissons incluses.

### CLIMAT

---

En raison de sa localisation à l'extrême sud des Alpes, le Mercantour présente un climat soumis à de multiples influences : influence alpine au nord, fort ensoleillement et incidence de la Méditerranée au sud. Leur confluence génère de multiples situations météorologiques. Randonnée en haute-montagne, aussi les orages sont courants. Les températures oscillent entre 15 et 25°C la journée et peuvent, en très haute-montagne (> 2400m) descendre à 5°C la nuit.

### TIPS

---

En France le pourboire est de coutume dans le domaine de la restauration et de l'hôtellerie notamment lors d'une demande particulière. Concernant les équipes d'encadrement équestre, les pourboires sont également appréciés mais ils restent à votre entière discrétion et ne sont pas obligatoires.

### LISTE EQUIPEMENT

—  
Les informations sont données à titre indicatif et doivent être adaptées à la saison.

#### Tête

- Un casque d'équitation : Il est fortement recommandé et souvent obligatoire. Les fabricants (GPA, HKM, LAS Helmets, Lamicell, Troxel, Equithème...) proposent aujourd'hui des casques d'équitation ventilés, solides et légers, agréables sous toutes les latitudes. Il existe également des coques de protection à mettre sous votre chapeau (Ranch & Rider, Lexington Safety Products) ou des chapeaux casques western (Troxel).
- Casquette ou chapeau pour le soleil (indispensable)
- Un bandana, une écharpe ou foulard ou chèche pour protéger le cou ou le visage de la poussière et du soleil
- Une paire de lunettes de soleil haute protection

#### Buste

- Tee-shirts en coton + chemises à manche longue (pour protection contre le soleil) ou T-shirt en matières techniques à séchage rapide.
- 1 polaire légère ou pull équivalent ou 1 polaire chaude ou équivalent
- 1 veste imperméable/ciré. Le poncho est à éviter absolument !

#### Jambes

- 1 ou 2 culotte(s) d'équitation ou jean, ou pantalon en toile épaisse.
- 1 pantalon de rechange (randonnée ou jean ou équivalent)
- 1 sur-pantalon imperméable et respirant en cas de pluie
- 1 maillot de bain peut-être utile
- Sous-vêtements en coton ou en synthétique non irritant

#### Pieds et Mains

- 1 paire de chaussures de marche légères de préférence imperméable, avec chaps ou boots avec des mini-chaps spécifique pour l'équitation  
Préférez des chaussures de montagnes aux chaussures d'équitation. (Chaps fournies).
- Plusieurs paires de chaussettes
- 1 paire de gants pour se protéger du soleil, du froid et des frottements

#### Petits trucs à cheval

- Crème apaisante bien utile aux recoins de votre intimité irrités par de longues heures à cheval.
- Rien sur le dos, tout dans une veste multi-poches ou une banane ventrale: stick à lèvres, crème solaire, passeport, petit appareil photo ou mini caméra (étanche), cordelettes, lunettes... plus accessible que les fontes.
- Le sac à dos à cheval n'est pas autorisé

#### Dormir

- un sac à viande en soie ou en polaire.

#### Divers

- 1 gourde de 1,5 litres ou 2 équivalentes
- Lampe frontale, piles et ampoules de rechange
- Nécessaire de toilette
- Des boules 'quies' peuvent être utiles
- Couteau suisse ou équivalent
- Appareil photo (avec une batterie de rechange)

#### Pharmacie

Par précaution, indiquez vos allergies aux médicaments dans votre pharmacie.

Ceci est une pharmacie type, à adapter selon vos habitudes de voyage

- Médicaments personnels
- Aspirine ou doliprane
- Anti diarrhéiques
- Vitamine C
- Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
- Collyre
- Crème hydratante
- Un rouleau de sparadrap
- Une bande élastique adhésive de 10 cm de large
- Une boîte de pansements adhésifs
- Pochettes de désinfectants prêtes à l'emploi
- Une crème et un spray anti moustique
- Des Compeed pour les ampoules.

Ce voyage est accessible en train, une option plus respectueuse de l'environnement qui génère des émissions plus faibles de CO2.

Voici nos 6 conseils pour un voyage responsable :

1. **Voyagez léger** : Le poids des valises impacte négativement les émissions de CO2 du kérosène et de l'essence.
2. **Supprimez le plastique** : Emmenez votre gourde réutilisable préférée. Un mug et des couverts durables pour les nuits en tente ou pendant votre vol.
3. **Préservez la nature** : Prévoyez une "poubelle de voyage" pour vos déchets pendant la randonnée. Laissez les plantes à leur place, elles sont plus belles ainsi, observez la faune à distance pour ne pas les déranger. Utilisez des produits cosmétiques biodégradables, afin de protéger votre peau et l'environnement.
4. **Faites du tourisme éthique** : refusez de prendre part à toute activité exploitant les animaux sauvages (spectacles, caresses avec touristes, etc.) .
5. **Soutenez les populations locales** : découvrez leur culture, respectez leurs coutumes, achetez des souvenirs locaux.
6. **Partagez !** sensibilisez votre entourage au tourisme responsable

Pour plus d'informations, retrouvez notre article détaillé sur [le Mag](#) .