

VUEDERANDO



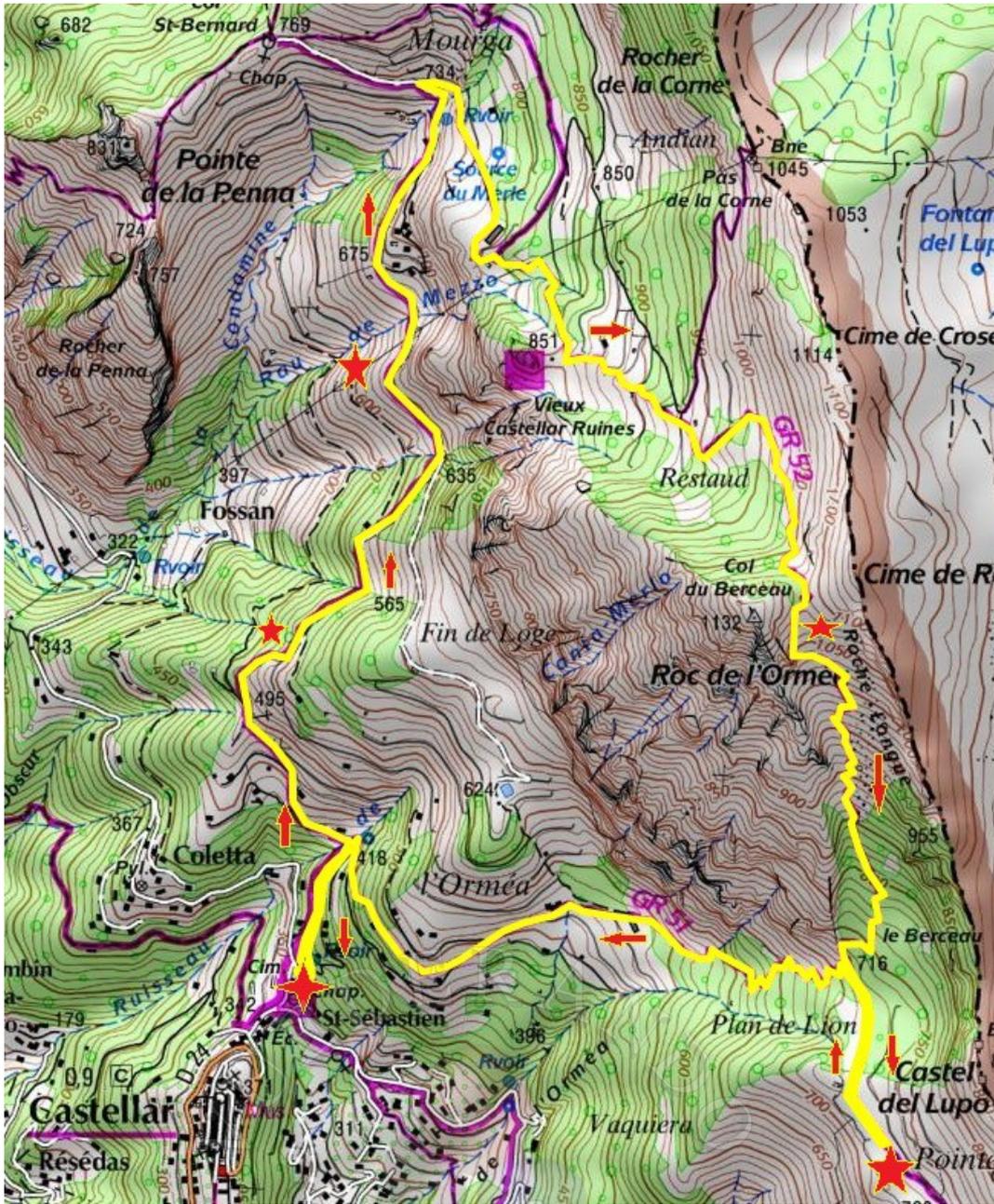
BALISES - POINTS

Castellar - Roc de l'Orméa - Castellar

Randonnée coté Est du département à la limite de la frontière Italienne, au dessus de la ville de Menton. 40 minutes de route et 32 kms plus tard vous serez au point de départ de votre randonnée au pied du village de Castellar

Distance : 7,8 Kms Durée : 4h30 / 5H00 Rando : Sportive D+: 900 m / D- : 900 m

Cette randonnée va vous permettre de découvrir les panoramas sur la vallée de Castillon et sur le littoral de menton à Roquebrune- Cap-Martin. Le point de départ de l'ascension se situe au niveau du cimetière du village au dessus de la chapelle St Sebastien un petit parking se situe juste au pied de la première balise (A noter que sur ce parcours les balises ne sont pas numérotées juste avec la mention conseil général dommage). Le tracé emprunte une route cimentée durant une bonne heure d'ascension avec un pourcentage de pente soutenue donc peu de répit pour souffler, au bout de 400 m vous croiserez l'intersection par laquelle vous redescendrez sur votre droite. Durant la montée plusieurs endroits vous permettront d'avoir de beaux points de vue sur la vallée et le mont Ours. Après 1 heure de montée bifurquer sur votre droite pour quitter la route cimentée et rejoindre une piste large passant devant un bâtiment agricole au bout de 600m une nouvelle balise se présentera à vous prendre sur la droite pour rentrer sur un vrai chemin de randonnée au milieu de la forêt à partir de ce point compter 1 heure de montée pour effectuer les 1.5 kms pour rejoindre le sommet du col du Berceau. Un petit plateau plat au col vous permettra éventuellement de pique-niquer, pour atteindre le sommet du Roc de l'Orméa, il faudra poursuivre l'ascension en visuel. (Pas de chemin vraiment tracé). Le village de Castellarurplombe la ville de menton et la baie de Garavan L'ascension est terminée reste la descente à faire (attention elle n'est pas si facile que ça à effectuer) il faudra compter 40 minutes pour atteindre une nouvelle balise vous permettant de partir vers le plan du Lion lieu à partir duquel vous pourrez admirer un superbe panorama sur le littoral Mentonnais (Un très vaste plateau vous permettra de faire une pause pour manger si la météo au sommet ne vous a pas permis de manger au sommet, comme ça était le cas pour moi !!). Il vous faudra revenir sur vos pas pour rejoindre la balise vous ayant menée jusqu'au plan et reprendre votre descente au milieu d'une végétation relativement invasive, le chemin aboutit sur une route cimentée avec quelques habitations poursuivre sur la route une centaine de mètres et plonger sur la droite derrière les maisons et poursuivre la descente pour rejoindre la route principale bifurquer sur la gauche et retour à votre véhicule. (Cette randonnée reste relativement sportive en effet le dénivelé est important sur une distance de parcours relativement courte donc le pourcentage moyen de montée et de descente reste élevé aux alentours de 18% donc balade conseillée pour des randonneurs entraînés) Menton, son climat et sa célèbre fête des citrons au mois de février /mars



BALADES - PHOTOS