



11 Du col de l'Espaul au Mont Mounier (Valberg)

Randoxygène correspondante sur le site
<https://randoxygene.departement06.fr/>

Secteur Haut Pays, région Haut Cians,
randonnée n°16 Mont Mounier

Accès

Depuis la station de Valberg emprunter la
petite route passant devant le golf et menant
au col de l'Espaul.

Coordonnées géographiques / GPS

Point de départ col de l'Espaul :
44.110674° de latitude
6.957993° de longitude

Numéro de la carte IGN

Haut Cians, Valberg, Mercantour 3640OT



Niveau gypaète (alpin)



6h00 de marche aller-retour
hors temps d'observation



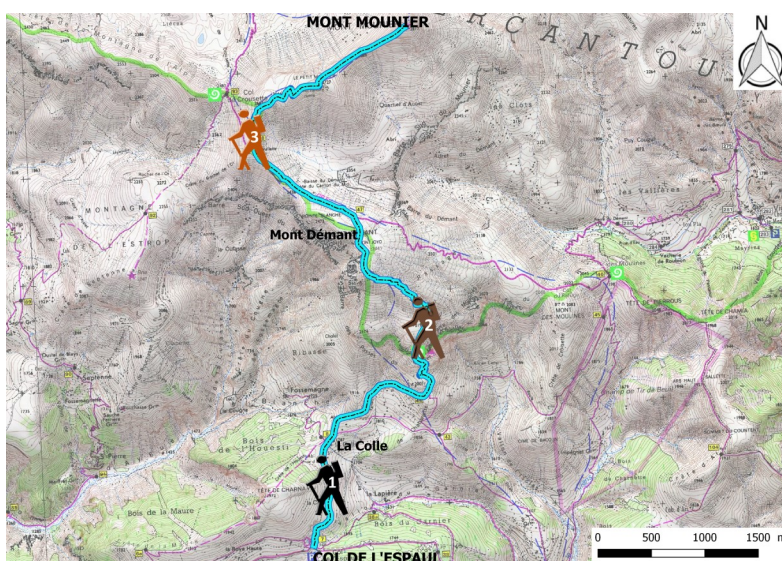
16,5 km



+/- 1100 mètres



Balisage PR jusqu'à la borne 47,
GR jusqu'au col de Crousette
(borne 93), puis à nouveau PR
jusqu'aux sommets
Aller-retour



©IGN — 2005

Gravir les 2817m du Mont Mounier pour vous offrir un panorama superbe sur le Mercantour et les environs. En partant du col de l'Espaul, vous traverserez des milieux variés : alpages, lisières de mélèzin et pierriers d'altitude. Une randonnée de choix pour découvrir l'avifaune alpine.

Espèces emblématiques pouvant être rencontrées :

Bruant ortolan, Caille des blés, Moineau soulcie, Faucon hobereau, Tarier des prés, Tétraz lyre, Huppe fasciée, Torcol fourmilier, Perdrix bartavelle, Pipit rousseline, Monticole de roche, Gypaète barbu, Lagopède alpin, Pluvier guignard, ...

Attention, voir ces espèces n'est pas garanti ! Vous pourrez néanmoins profiter de beaux paysages et vous aurez la possibilité d'apercevoir d'autres espèces (papillons, lézards, mammifères, etc.).

Cette randonnée se situe en cœur du Parc national du Mercantour. Aidez-nous à protéger cet espace en respectant sa réglementation. Toutes les informations utiles sur www.mercantour-parcnational.fr

Des hébergements labellisés « Refuge LPO » sont disponibles à proximité.

Plus d'informations sur notre site : <https://paca.lpo.fr/sorties-nature/espaces-valleens>

Descriptif des points d'intérêts



Du col de l'Espaul au hameau de la Colle

- Cette mise en jambe sur terrain plat offre déjà une belle vue sur les falaises du Mercantour. Vous longerez les forêts de mélèzes et traverserez des prairies d'altitude où oiseaux et marmottes cohabitent.
- La lisière forestière est favorable à la belle saison à la **Fauvette babillarde** et au **Pipit des arbres**. Le **Tétras lyre** est présent à l'année mais difficile à observer. Les alpages abritent la nidification des **Bruants jaune et or-tolan**, du **Tarier des prés**, de la **Fauvette grisette**, de la **Pie-grièche écorcheur**, de la **Caille des blés**, de la **Huppe fasciée** ou encore du **Torcol fourmilier**.

De La Colle au Mont Démant



- L'ascension commence par le passage de la barre des Passes du Cloutet. La **Perdrix bartavelle** y est souvent observée. Le chemin slalome entre éboulis et zones enherbées jusqu'à proximité du Mont Démant où l'on peut observer le **Monticole de roche**, le **Pipit rousseline** et même le **Tichodrome échelette** sur les parois abruptes.
- En reprenant votre souffle, n'hésitez pas à lever les yeux : **Vautour fauve**, **Aigle royal** ou le rare **Gypaète barbu** survolent possiblement le secteur. Les corvidés de montagne sont moins discrets et se font entendre : **Chocard à bec jaune**, **Crave à bec rouge** et **Grand Corbeau**.

Du Mont Démant au Mont Mounier



- La baisse du Démant est une zone plus plane avant d'attaquer la dernière montée vers le Mont Mounier. L'herbe y est assez rase mais profite à quelques **Traquet motteux**, **Linotte mélodieuse**, **Alouette des champs**.
- Au fur et à mesure de l'ascension, le paysage devient de plus en plus minéral. Dans ces milieux paraissant pourtant hostiles, quelques espèces sont remarquables : le **Lagopède alpin** court entre les rochers, le **Pluvier guignard**, nicheur nordique, fait parfois une halte migratoire à la fin août, et des groupes de **Niverolles alpines** peuvent s'envoler à l'approche d'un promeneur. Au sommet, vous serez probablement accompagné des peu farouches **Accenteurs alpins**.

Périodes conseillées

Ce secteur est enneigé une grande partie de l'année et il est recommandé de prendre les précautions nécessaires à la randonnée en montagne en toute saison.

Les mois de juin et juillet sont les plus propices à l'observation des oiseaux nicheurs en haute altitude. La partie basse de la randonnée, du col de l'Espaul au hameau de la Colle, est fréquentable sur une plus longue période.

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D



Tichodrome échelette © Grégory DELAUNAY



Petit Mounier © Pierre-Antoine GRAPELOUP



Fauvette grisette © Aurélien AUDEVARD



Mont Mounier © Pierre-Antoine GRAPELOUP