



Ibac de Varégoules (©Philippe FORTINI)

14 Les marnes de la Mairola

Accès

RM et RD6202 depuis Nice jusqu'à la confluence du Cians, après Touët-sur-Var. Remonter alors la vallée du Cians (D28) jusqu'à après le Moulin de Rigaud ; monter enfin à gauche (D228) vers le village.

Coordonnées géographiques / GPS

Point de départ Rigaud :
43.990066° de latitude
6.991550° de longitude

Numéro de la carte IGN

Moyen Var 3541 OT



Niveau faucon (sportif)



4h30 de marche hors temps d'observation (+ 1h00 pour le sommet)



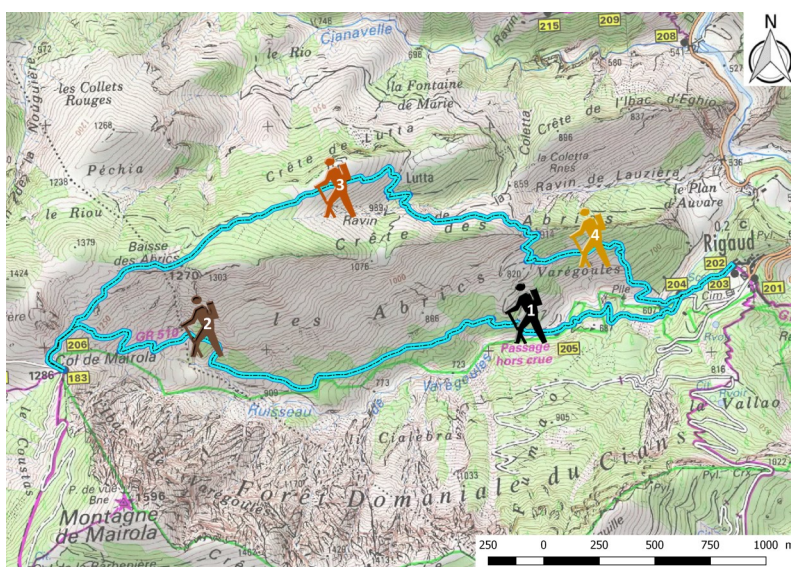
environ 9 kms jusqu'au col (+ 3 kms aller-retour jusqu'au sommet)



+/- 930 mètres (+/- 300 supplémentaires jusqu'au sommet)



Boucle depuis le village de Rigaud. Monter par le GR510 jusqu'au col de Mairola et redescendre par le PR menant à la baisse des Abrics et Lutta.



Spectaculaire randonnée au départ de Rigaud avec une belle montée face aux ravines marneuses de la montagne de Mairola, puis une descente au-travers des bucoliques friches agricoles de Lutta.

Espèces emblématiques pouvant être rencontrées :

Aigle royal, Alouette lulu, Bondrée apivore, Bruant fou, Chocard à bec jaune, Circaète Jean-le-Blanc, Fauvette grisette, Grand Corbeau, Hirondelle de rochers, Huppe fasciée, Martinet à ventre blanc, Rossignol philomèle, Rougequeue à front blanc, Vautour fauve

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.).

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

Montée au fond de vallon, sous les Abrics



- Dans le village de Rigaud nichent quelques jolies espèces migratrices telles que l'**Hirondelle de fenêtre**, le **Rossignol philomèle** ou le **Rougequeue à front blanc**. Estivants nicheurs, elles ne seront observables ou audibles que d'avril à septembre.
- En quittant Rigaud, nous sommes exposés au sud et la végétation est méditerranéenne (oliveraies). Les essences forestières sont essentiellement le pin et le chêne ; leurs racines prises dans la roche. Sous ce couvert peu dense qui permet quelques vues impressionnantes du versant nord de la Mairola, c'est bien sûr le cortège des oiseaux forestiers qui prédomine (**mésanges, pouillots, pics...**).

L'ascension finale vers la Mairola



- La végétation devient ensuite rase et arbustive jusqu'au col. Les fauvettes y lancent d'avril à juillet leur chant rapide et varié (**Fauvettes grise et passerinette**). L'**Alouette lulu** est quant à elle sédentaire. C'est un secteur de chasse pour les rapaces (**Aigle royal** toute l'année, **Circaète Jean-le-Blanc** d'avril à septembre).
- Le point de vue du sommet de la Montagne de Mairola est accessible grâce à un aller-retour en poursuivant sur le GR jusqu'au col de Barbenière, puis en PR jusqu'au sommet.
- Depuis le col ou bien au sommet, levez les yeux pour chercher les oiseaux rupestres, qu'ils soient sédentaires : **Grand Corbeau** ; nicheurs : **Hirondelle de rochers**, **Martinets à ventre blanc** ; ou de passage : **Chocard à bec jaune**, **Vautour fauve**, **Bondrée apivore**.



Fauvette passerinette © Aurélien AUDEVARD

De la Baisse jusqu'à la Crête des Abrics



- Le sentier s'étire au cœur d'une végétation rase et d'anciens secteurs agricoles parsemés de ruines nous rappelant l'histoire du lieu. La vue est dégagée sur les reliefs voisins. Les paysages lors de la descente dans la ravine sont esthétiquement plaisants. C'est un secteur où l'on peut observer le **Bruant fou** (toute l'année) et la **Huppe fasciée** (avril à septembre).

La dernière descente par Varégoules



- Ce sont encore des secteurs pentus de friches agricoles et de forêts de régénération (feuillus). C'est un beau surplomb qui est offert sur le village de Rigaud. On pourra retrouver les espèces mentionnées précédemment.

Périodes conseillées

L'été peut être très chaud et l'ascension à cette période n'est pas forcément appréciable.

On privilégiera le printemps pour les chants, ou le début d'automne pour les passages migratoires.

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



Alouette lulu © Andrej CHUDY CC BY 2.0



Montagne de la Mairola © Philippe FORTINI