



1

## BOUCLE DE LA ROCHE DE REY

Au départ de Guillaumes (800 m)

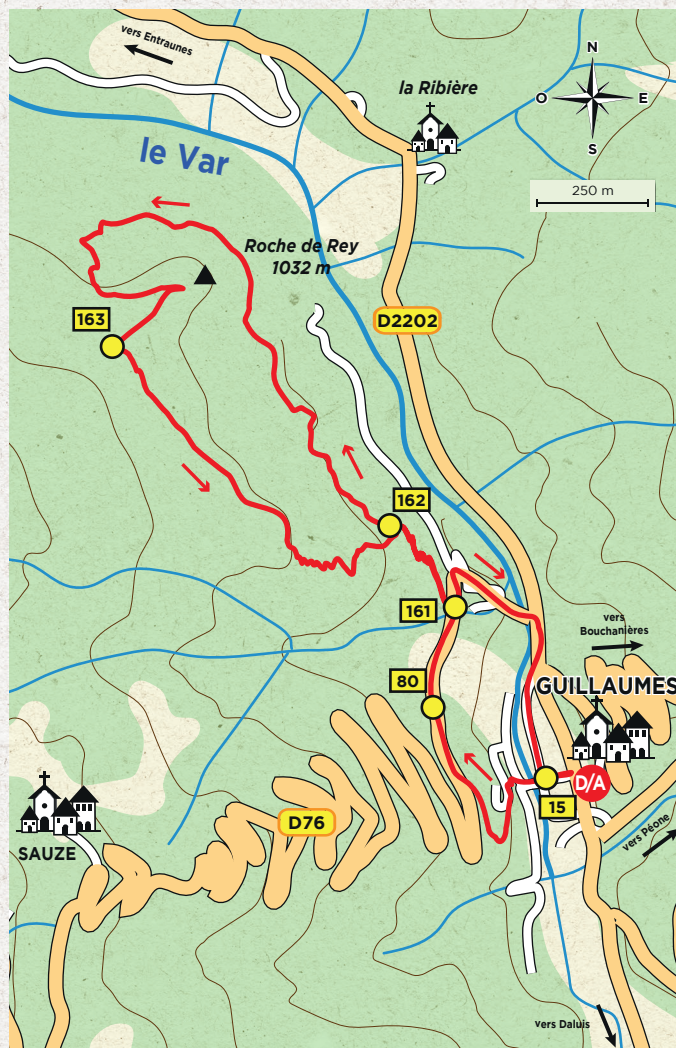


*Agréable promenade à la demi-journée, dans les bois qui flanquent la rive droite du Var. A noter le panorama plongeant sur le village de Guillaumes qui récompensera des efforts de la montée. Le château en cours de restauration, par le mimétisme de ses vieilles pierres, se fond harmonieusement au loin dans les éperons calcaires, qui l'entourent et assurent un rôle de sentinelles naturelles.*

*La Roche de Rey restera toutefois peu visible durant le parcours, et on devinera sa présence sous la petite crête qui marque le début du retour.*

### Itinéraire

Du centre de Guillaumes, passer le pont sur le Var (b.15), suivre le sentier qui rejoint le centre de vacances. Contourner les bâtiments en suivant le balisage et sortir sur la route de Sauze. Suivre celle-ci à la descente sur 300 m, passer à la balise 17 et continuer jusqu'au quartier « Delà le Var » (b.161) pour ensuite s'élever par un chemin bordé de chênes en direction des Loubières (b.162). L'arrivée sur les hauteurs permet une échappée impressionnante sur la vallée avant de continuer sur le chemin quasiment à plat jusqu'à la balise 163. Se diriger ensuite vers la Roche de Rey (1032 m) et descendre par un sentier en forêt qui suit puis longe ensuite un ancien canal d'irrigation jusqu'au carrefour de la balise 162. Reprendre le sentier emprunté à l'aller pour retrouver la balise 161. Tournez à gauche sur la route de Sauze pour traverser le Var et rentrer rapidement vers le village en longeant le fleuve.



### Caractéristiques de la randonnée

Dénivelée : +300 mètres / -300 mètres

Durée : 2 h 30

Distance : 5,5 km

Difficulté : Facile

Période conseillée : Avril à Novembre





# INFORMATIONS & AVERTISSEMENTS

## Signalétique, cartographie et balisage

Présente aux départs des itinéraires, aux bifurcations et aux cols, la signalétique départementale en bois gravé, facilement



reconnaissable, équipé l'ensemble des itinéraires pédestres inscrits au PDIPR. Chaque poteau porte un numéro de référence que l'on pourra aisément retrouver sur la carte IGN TOP 25 du secteur, complément indispensable du descriptif de chaque itinéraire, qui permet une orientation de terrain précise, l'analyse des principaux paramètres du circuit (pente, dénivelée, abris...) et en cas de

problème, de trouver le chemin ou la route à emprunter pour gagner le village le plus proche.

Les rectangles de peinture jaune (chemin de petite randonnée) ou blanche et rouge (chemin de grande randonnée) balisent les itinéraires entre les poteaux indicateurs.



## Pastoralisme

Pour protéger leurs troupeaux contre les attaques de prédateurs, les éleveurs et bergers sont amenés à utiliser des chiens de protection pour dissuader tout intrus de s'approcher du troupeau.

Vous pouvez être amené à rencontrer un ou plusieurs chiens de protection : contournez largement le troupeau, évitez de le traverser, face au chien arrêtez-vous, restez calme, ne le menacez pas, ne le caressez pas, et si vous avez votre chien de compagnie, ne le prenez jamais dans les bras.

**Dans tous les cas, quand vous voyez un troupeau, gardez vos distances !**



## Parc national du Mercantour

En zone cœur du Parc national du Mercantour, une signalétique directionnelle sur panneaux jaunes remplace le fléchage en bois gravé. Prenez soin de vous renseigner sur la réglementation spécifique appliquée dans cet espace protégé.

## Consignes de sécurité

Les randonnées qui vous sont proposées se déroulent dans un milieu naturel de montagne soumis aux aléas climatiques. Chaque usager évolue dans cet environnement en fonction de ses capacités, sous sa propre responsabilité, en connaissance des risques encourus liés au milieu ou à l'activité et doit prendre les précautions nécessaires pour une pratique en toute sécurité. Les descriptifs donnés à titre d'information et ne dispensent pas de faire preuve de vigilance et de bon sens et d'adapter votre comportement aux circonstances effectivement rencontrées sur le terrain.

**Encadrement :** n'hésitez pas à faire appel à un professionnel qui saura vous guider, vous former et vous faire découvrir les joies de la rando en toute sécurité. Accédez aux coordonnées des professionnels de l'activité en vous adressant à la mairie ou à l'Office de Tourisme le plus proche.

**Recommandations de pratique :** un équipement adapté au parcours, des conditions météorologiques vérifiées avant le départ, constituent des facteurs importants de confort et de sécurité.

**Pour alerter les secours, composez le 112.**

**Attention !** En fonction de la couverture GSM, le recours au téléphone portable ne peut être systématique.