

## LE MAS - Montagne de Charamel

Le Mas



Vue sur Aiglun (©Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur)



### ***Prenez de la hauteur avec cette randonnée à l'ambiance forestière au coeur de la vallée de l'Estéron.***

<<Cette randonnée se détache de celles que l'on peut retrouver sur le Parc car l'itinéraire est en forêt sur la quasi-totalité du parcours. On est plongé dans une ambiance particulière qui fait de cette randonnée un parcours très agréable et ombragé.>> Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur

#### Infos pratiques

Pratique : À pied

Durée : 5 h 30

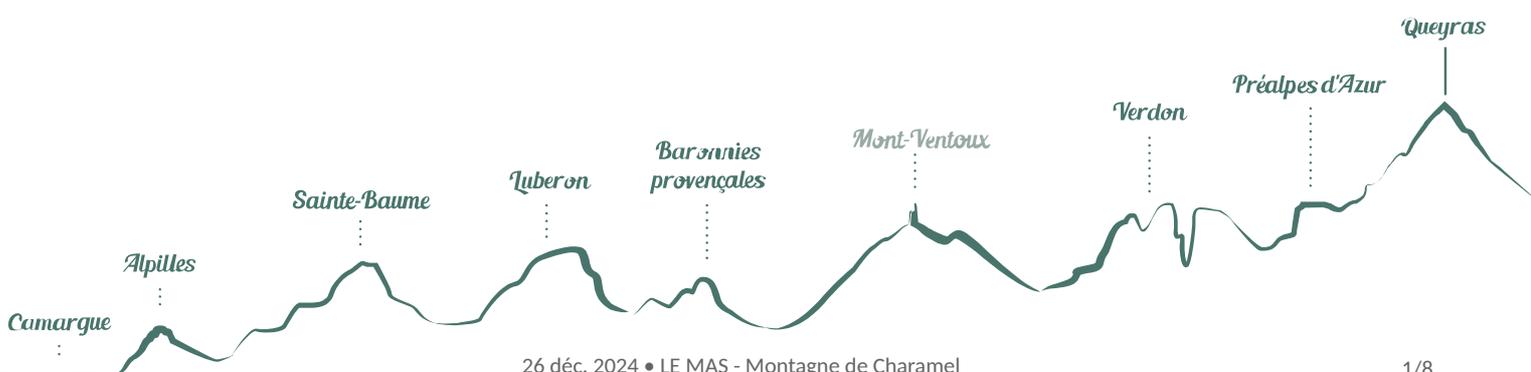
Longueur : 12.4 km

Dénivelé positif : 935 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : Flore



# Itinéraire

Départ : Le Mas

Arrivée : Le Mas

Balisage :  GR®  PR

Du centre du village balise 99, monter les escaliers et sortir du village pour atteindre la balise 98.

1-De cette balise, prendre à droite sur le sentier qui longe la vallée. Garder ce sentier unique pour atteindre après quelques kilomètres, la balise 97.

2-Prendre le GR4 à droite en direction Les Tardons. Le sentier remontra légèrement et vous permettra ensuite de redescendre progressivement la vallée avec la vue sur le village d'Aiglun.

3-Garder ce GR jusqu'au Hameau Les Tardons puis prendre à droite au niveau de la balise 95 direction Le Mas par la Gironde.

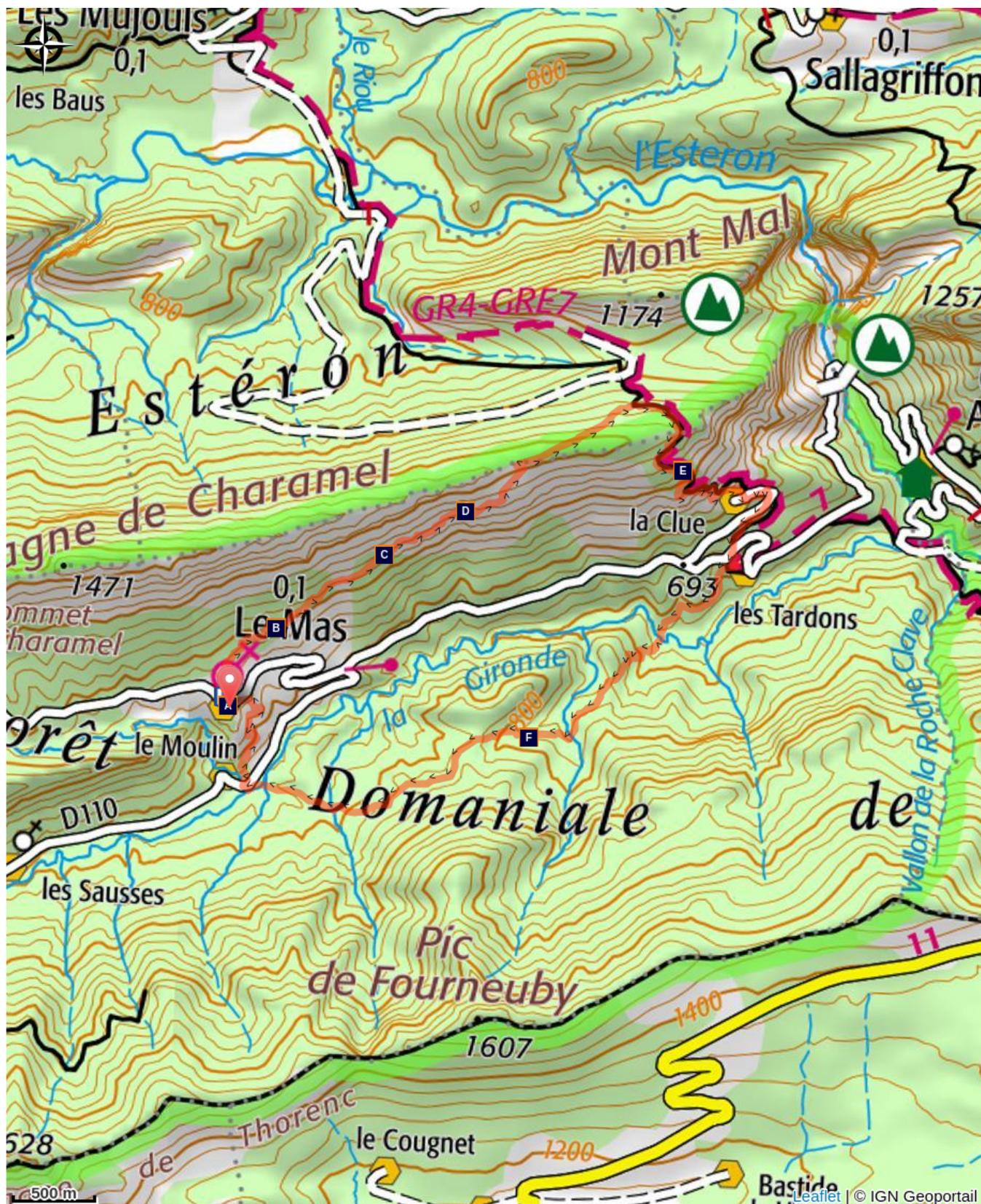
4-Longer le versant forestier, opposé à celui emprunté juste avant (plusieurs ponts vous permettront de franchir les différents cours d'eau).

5-Balise 102, passer le pont et franchir la départementale 110 (prudence) pour remonter lentement jusqu'au village du Mas.

*Le Département des Alpes-Maritimes, dans le cadre de la gestion des itinéraires inscrits au Plan Départemental des Itinéraires de Promenade et de Randonnée (PDIPR), assure l'entretien de cet itinéraire ainsi que celui de sa signalétique et de son balisage.*

Vous trouverez les informations actualisées sur les ouvertures-fermetures de l'itinéraire en consultant le lien : [Montagne de Charamel - Randoxygène](#)

# Sur votre chemin...



-  Village Le Mas (A)
-  Lis de Pompone (C)
-  Catananche bleue (E)

-  Papillons (B)
-  Bau de Mouton (D)
-  Le Lierre (F)

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

-Prudence lors du franchissement de la départementale 110

## **Profil altimétrique**



Altitude min 530 m  
Altitude max 1226 m

## **Accès routier**

De Nice aéroport (70km), suivre la RM6202 le long du Var jusqu'au pont Charles Albert ; tournez à gauche pour franchir le fleuve, puis gagnez Gilette et Roquestéron par la RD17. Bifurquez à gauche trois kilomètres après pour emprunter la très sinueuse RD10 qui mène à Aiglun, puis à Le Mas.

## **Parking conseillé**

Parking au sommet du village (coordonnées GPS : 43°50'37.3"N 6°51'30.1"E) ou à gauche à la sortie du village

## **Source**



Département des Alpes-Maritimes - Randoxygène

## **Lieux de renseignements**

Parc naturel régional des Préalpes d'Azur



[contact@pnr-prealpesdazur.fr](mailto:contact@pnr-prealpesdazur.fr)

Tel : (+33) 4 92 42 08 63

<https://www.parc-prealpesdazur.fr/>

# Sur votre chemin...

---



## Village Le Mas (A)

Le Mas fait partie des petites communes du Parc naturel régional. Forte de sa localisation quelque peu isolée, la commune dispose d'une épicerie proposant de l'artisanat local sur la place centrale du village, d'une auberge/chambre d'hôtes et de gîtes. Tout au long de l'année, des festivités sont organisées pour faire vivre le village. C'est aussi le point de départ pour la randonnée. En arrivant, prenez le temps de visiter l'église paroissiale romane et, à la fin de la rando, passez par la balise 100 et la chapelle Saint-Sébastien, entièrement décorée et peinte par l'artiste niçois Patrick Moya, en 2018. Chaque détail vaut le détour !

Crédit photo : ©Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur

---



## Papillons (B)

Les papillons font partie de l'ordre des lépidoptères. On en distingue deux types : les papillons de jour, les rhopalocères et les papillons de nuit, les hétérogènes. Cependant, aujourd'hui, ces termes sont devenus obsolètes (même si on continue de les employer) car certains papillons de jour vivent aussi la nuit et inversement. C'est au printemps que vous en observerez le plus : ils viennent butiner les fleurs, ce sont d'incroyables insectes pollinisateurs. En effet, ils permettent la reproduction sexuée des plantes à fleurs.

Crédit photo : ©Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur

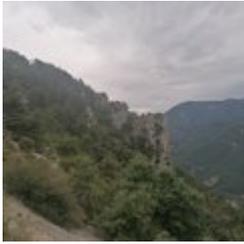
---



## Lis de Pompone (C)

Le lis de Pompone est une espèce endémique des Alpes du sud. Il s'agit d'une espèce protégée inscrite sur les listes européennes du réseau Natura 2000. Sa cueillette est réglementée dans les Alpes Maritimes et les Alpes de Haute-Provence. Avec ses fleurs d'une couleur rouge-orangé éclatant, le lis de Pompone est facilement reconnaissable sur la période juin-août, voire dès le mois de mai dans les endroits les plus précoces. Il se plaît sur sol calcaire, pelouses sèches ou rocailleuses et sur vos photos mais pas dans les mains.

Crédit photo : ©Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur



## Bau de Mouton (D)

Le terme "bau" provient du provençal et signifie rocher ou falaise. Leur formation provient de l'érosion et des mouvements tectoniques. Les baous sont caractéristiques des paysages méditerranéens. La plupart, du fait de leur côté abrupt, sont très prisés pour la randonnée et l'escalade. Historiquement, les baous permettaient à la population de surveiller les environs et donc de se protéger. Vous ne pourrez pas louper le Bau de Mouton qui ressort du versant.

Crédit photo : ©Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur

---



## Catananche bleue (E)

La catananche bleue, autrement appelée cupidone, fleurit de juin à septembre. Elle affectionne les bords de chemins, les prairies sèches et la garrigue. C'est une espèce plutôt commune, présente dans la moitié sud de la France. Sa couleur bleue/violet en fait une fleur très jolie à observer. Vous remarquerez peut-être certains insectes venant la butiner comme celui présent sur la photo : la zygène de la spirée, insecte de la famille des papillons. Sa couleur noire et rouge repousse les prédateurs en les avertissant de sa toxicité (son corps contient du cyanure).

Crédit photo : ©Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur

---



## Le Lierre (F)

Vous pensiez que le lierre était un parasite ? Et bien non, au contraire ! Il fonctionne en symbiose avec les plantes sur lesquelles il se développe : c'est une plante épiphyte. C'est également une plante héliophile, c'est-à-dire qu'elle a besoin de lumière pour fleurir et se reproduire, d'où son besoin de grimper aux arbres pour atteindre la lumière (croissance d'un mètre par an !). Non seulement le lierre ne gêne pas l'arbre dans son développement, mais il est également un haut lieu de biodiversité notamment pour les micro-organismes et les oiseaux qui y trouvent refuge et y construisent leur nid. Le lierre est donc bénéfique à bien des égards.

Crédit photo : ©Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur

---



- En aucun cas les auteurs des contenus de ce site ne sauraient être tenus pour responsables de problèmes ou d'accidents sur les itinéraires cités.
- Cependant, nous comptons sur vous pour signaler toutes contradictions importantes entre cette fiche et le terrain.
- Pensez également à signaler les éventuels problèmes rencontrés pendant votre balade sur <http://sentinelles.sportsdenature.fr> (erreur de balisage, panneau défectueux, pollution, conflit d'usages...).
- La vente de cette fiche est autorisée au coût d'impression.
- Ne pas jeter dans la nature.

L'outil Geotrek a été financé par l'Union européenne, le Parc national des Ecrins et le Parc national du Mercantour.

Le projet Chemins des Parcs est financé par la Région Provence-Alpes-Côte-d'Azur et les Parcs naturels régionaux des Alpilles, de Camargue, du Luberon, du Queyras et du Verdon.

Ce projet partenarial rassemble également le Comité Régional du Tourisme, les agences départementales de développement touristique, les offices de tourisme et les syndicats d'initiative.

- The authors of this website will in no case be held responsible for problems or accidents on the routes mentioned.
- We count on you to point out any inconsistency between this content and the field itineraries
- Please report any problems encountered on the routes (route marking problems, defective panels, pollution, conflict of uses ...) on <http://sentinelles.sportsdenature.fr>
- The sale of this sheet is authorized at the cost of printing
- Please don't litter

The Geotrek tool was funded by the European Union, the Ecrins National Park and the Mercantour National Park.

The Chemins des Parcs project is funded by the Provence-Alpes-Côte-d'Azur Region and the regional nature parks of Alpilles, Camargue, Luberon, Queyras and the Verdon.

This project was developed in partnership with the Regional Tourism Committee, the departmental tourist development agencies, and tourist offices.

Avec le soutien de



Avec l'aide technique de :

- Département des Alpes-Maritimes - Randoxygène