



Randonnées entre mer et montagne La Riviera - Roquebrune-Cap-Martin

Du 25 au 31 mai 2014

<http://www.rodaires.com>

Tél : 04 67 70 13 83 ou 04 67 70 27 15

Une semaine de randonnées, en pension complète, dans le village de vacances « AZUREVA »

Av Bellevue 06190 Roquebrune-Cap-Martin
Tél : 04 92 10 61 06

*Hébergement en chambre de 2 ou 3
Draps et linge de toilette fournis*

Itinéraire conduisant à Roquebrune-Cap-Martin

Distance : 342 km - 3h31 - Coût péage : 29,80€ x 2
Emprunter l'autoroute A9 vers Nîmes, l'A54 vers
Arles/Salon puis l'A7 vers Aix en Provence
puis l'A8 jusqu'à la sortie 57 « La Turbie/Roquebrune », située après Nice et Menton.
Suivre ensuite le Plan d'accès donné en annexe.



Un mot sur Roquebrune-Cap-Martin:



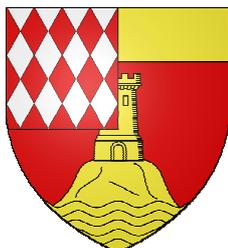
Le Village médiéval et son château sont fondés en 970 par le Comte de Vintimille pour renforcer la frontière occidentale sur la seule route romaine (Via Julia Augusta). Il doit son nom à la couleur brune des roches.

Au moyen âge, la forteresse comprend tout le village.

En 1355 Roquebrune devient possession des Grimaldi pour cinq siècles, période durant laquelle la puissance du donjon est augmentée.

En 1793 le village devient français, puis monégasque en 1814, puis ville libre en 1848 avec Menton, toutefois sous protection du Roi de Sardaigne.

En 1861, Roquebrune et Menton deviennent vraiment villes françaises car Napoléon III paye à la principauté de Monaco 4 millions de francs-Or en échange. Aujourd'hui c'est une ville de 12500 habitants.



Tabac Presse Loto
Castang - Jacou
06 67 59 20 69



Partenariat Centre Optique
CC Carrefour Market Le Crès
04 67 40 02 86

Déroulement du séjour et propositions de nos guides accompagnateurs :

❖ Dimanche 25 mai 2014 : **Prévoir le pique-nique**

- 9 h : Départ : Place Ch. De Gaulle, Le Crès après être passés au bureau de vote pour les élections européennes pour ceux qui le souhaitent...
- 12 h - 13h30 repas tiré du sac sur une aire d'autoroute.
- 14h 30 : arrivée au centre de vacances
- 15 h Installation dans les hébergements AZUREVA
- 16 h - 17h30 Visite de Roquebrune (château)
- 18h Accueil et présentation du séjour par l'accompagnateur référent du Pays Mentonnais.
- 20h - Repas

❖ Lundi 26 mai 2014 :

7h30- 8h petit déjeuner

Rando « **A saute frontières** » 5 h - 500m dénivelé

En voiture jusqu'au village de Castellar, ancienne place forte romaine, puis ascension entre falaises calcaires et terrasses abandonnées jusqu'à la crête marquant la frontière entre les rivieras italiennes et françaises.

❖ Mardi 27 mai 2014 :

7h30- 8h petit déjeuner

Visite libre de : Villefranche-sur-mer,
Monaco ou Menton ou.....,



❖ Mercredi 28 mai 2014 : Deux propositions :

7h30- 8h petit déjeuner

* Rando 1 « **La Principauté de Séborga** »

3h30 - 350m dénivelé + 1h de visite du village

Départ en voiture (0h45)

Une incursion en Italie pour cet itinéraire au départ de Séborga, village d'architecture médiévale aux ruelles chargées d'histoires pittoresques d'où nous rejoindrons les crêtes panoramiques avec vue sur les alpes Ligures et sur la riviera italienne.

* Rando 2 « **Villages perchés du Val Nervia** »

5h - 600m dénivelé

Départ en voiture (1 h)

Une incursion en Italie pour cet itinéraire au départ de Dolceacqua et son architecture médiévale d'où nous rejoindrons les villages perchés italiens entre terres agricoles et crêtes panoramiques avec vue sur les alpes Ligures et sur la riviera italienne

❖ Jeudi 29 mai 2014 :

7h30- 8h petit déjeuner

Rando « **Autour d'EZE** » 4h 30 - 250m dénivelé

En voiture (0h30)

Village perché face à la mer entre Nice et Menton.

EZE offre au pied du parc départemental de la Grande Corniche un bel aperçu de la variété de la végétation méditerranéenne sur des sentiers chargés d'histoire. Un sentier célèbre démarre de ses ruelles



afin de rejoindre les plages

« Le Sentier de Nietzsche ».

Traversée La Turbie - Eze via la Grande Corniche

Visite des parfumeries Gallimard Descente par le sentier de Nietzsche

❖ **Vendredi 30 mai 2014 :**

7h30- 8h petit déjeuner

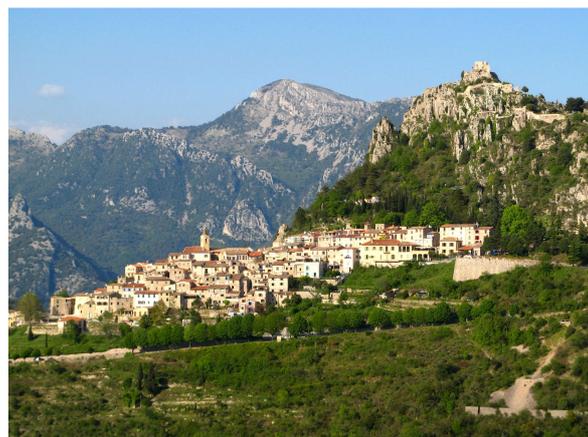
Rando « **Belvédères sur la Mer** »

Deux options : - Pointe Siricocca 4h - 600m dénivelé

- Cime de Baudon 5h30 - 750 m dénivelé

Départ en voiture vers St Agnès (0h28)

Les premiers contreforts calcaires des Alpes dominant le village de Saint Agnès, accroché à son piton rocheux. C'est donc le point de départ idéal pour gravir les belvédères que constituent les premiers sommets des Alpes avec vue « Mer et Mercantour » entre forts et châteaux, brebis et oliviers...



❖ **Samedi 31 mai 2014 :**

7h30- 8h petit déjeuner

Jour du retour.

