

# Lac des adus randonnée

Difficulté : ★

Cœur : ♥♥

Vallée : Vallée de la Vésubie

Parc : Parc National du Mercantour

Village/Station : St Martin Vésubie village



## Présentation



le départ se trouve au niveau de la balise 434, près du parking du vallon de Salèse. De là, continuez tout droit en direction du col de Salèse ou du lac Nègre, indiqués par les panneaux. La traversée s'effectue dans une forêt agréable et abondante. Au col, vous aurez une vue intéressante sur la pointe de Colombrons. En montant, sur votre gauche, vous pourrez également observer le col de la Vallette des Adus. C'est justement par la gauche, en prenant un petit chemin, que vous vous dirigerez en direction du lac des Adus. Vous allez monter de nouveau le long du ravin des Roubinettes qui ne comporte aucune difficulté. Vous remarquerez sûrement, au bord de ce ravin, d'encombrantes souches d'arbres qui apportent un côté impressionnant et un peu effrayant à cette montée. Vous allez arriver ensuite balise 437, face au col de la Vallette des Adus, avant d'entamer la descente vers le lac. Lors de la descente, simple et agréable, vous passerez devant une ancienne bergerie en démolition, avant de découvrir le petit lac des Adus. Il pourra être gelé ou non, selon la saison.



Un peu plus loin, vous trouverez l'agréable refuge des Adus qui a été construit en plein milieu de la forêt. Vous passerez ensuite devant la balise 396 pour vous diriger vers la vacherie. La fin de la descente se fait en pleine forêt, avec un dénivelé plus important et sur une courte distance. Arrivés en bas, prenez à droite pour retrouver le parking du vallon. Cette randonnée est plus intéressante à faire en été pour voir le lac des Adus dans de meilleures conditions.

Cette randonnée, peu compliquée, prend toute sa valeur face au col de la vallette des Adus. Les énormes arbres qui longent le ravin de la dernière montée, ne vous laisseront pas non plus indifférents. Il sera aussi agréable de s'arrêter devant l'authentique refuge des Adus.

## Détails



**Période :** de mars à novembre

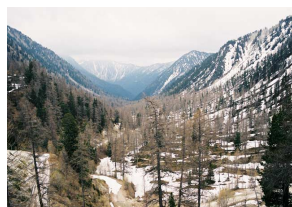
**Navette :** Non

**Temps :** 03:00:00

**Longueur :** 7 m ou km

**Dénivelé-plus :** 554 m

**Dénivelé-moins :** 554 m



Depuis la N202 en venant de Nice, vous prendrez à droite pour vous retrouver sur la D2565 en direction de la vallée de la Vésubie. Allez jusqu'au village de St Martin Vésubie et traversez le village. Plus loin, vous serez sur la D89, en direction du lac du Boréon. Arrivés au lac, continuez tout droit et prenez à gauche en arrivant au niveau de la bifurcation. A ce niveau, vous allez entrer dans le vallon de Salèse. Allez jusqu'au bout et garez vous non loin de la balise 434.

Référence carte IGN : 3741 OT

## Géolocalisation

Géolocalisation : 44° 04' 12.00" N 7° 15' 36.00" E



## Carte IGN

