

Vous êtes  
ICI

## Au départ du Col de Tende

- 20** La Piste des Forts (15 km +200 m)
- 21** La Route du Sel (70 km +1500 m)  
Arrivée à Vintimille



Espace VTT  
HAUTE-ROYA

Vers Aimes - Turin

Col de Tende

Cime du  
Bec Fou  
2277 m

Pointe du  
Marguareis  
2650 m

Roche de  
l'Abbe  
2755 m

Mont Bertrand  
2482 m

Castérino

Mont Agnelino  
2207 m

## Au départ de Castérino Chalet d'Accueil

- 14** Le Plateau (3,5 km +150 m)
- 15** Le Lac (8 km +150 m)
- 16** Baisse d'Ourne (14 km +700 m)
- 17** Granges de Gauron (13 km +900 m)
- 18** Hameau de Speggi (15 km +900 m)
- 24** Vallon de Dente (20 km +1100 m)

Cime  
de La Margut  
2207m

Saint Dalmas  
de Tende

## Au départ de Tende - Espace VTT

- |  |   |
|--|---|
| <b>1</b> Chemin des Bois (11 km +450 m)  | <b>5</b> Les 3 villages (15 km +500 m)    |
| <b>2</b> Lamentargue (9 km +500 m)       | <b>9</b> Baisse d'Ugail (34km +1500 m)    |
| <b>3</b> Barun (5,5 km +100 m)           | <b>6</b> Marguareis (80km +2500 m)        |
| <b>7</b> Sainte Anne (8 km +200 m)       | <b>11</b> Rio Secco (6 km +70 m)          |
| <b>8</b> Baisse de Géréon (22 km +700 m) | <b>12</b> Pont du Coq (4 km +70 m)        |
| <b>10</b> Le Pinet (15 km +500 m)        | <b>13</b> St Dalmas Granile (9 km +250 m) |

## Au départ de La Brigue Mairie

- 7** Sainte Anne (8 km +200 m)
- 8** Baisse de Géréon (22 km +700 m)
- 10** Le Pinet (15 km +500 m)
- 11** Rio Secco (6 km +70 m)
- 12** Pont du Coq (4 km +70 m)
- 13** St Dalmas Granile (9 km +250 m)

Mont Saccarel  
2300 m

Granile

Névola

Morighale

Baisse d'Ugail

Tende

Saint Dalmas  
de Tende

## 1 - Le Chemin des Bois

11 km +400m ●

Une longue montée sur route suivie d'une descente de toute beauté où s'alternent des passages techniques trialisants et du sentier rapide.

## 10 - Le Pinet

15 km +500m ●

Parcours très roulant, avec une longue montée et une descente sur piste. Vous passerez à côté de la chapelle de Notre Dame des Fontaines. Une ballade courte et agréable.

## 18 - Hameau de Speggi

15 km +500m ●

Une superbe descente, très longue, rapide et très engagée, vous fera surplomber le vallon de la Bieugne. Un petit portage rempli d'histoire, vous attends avec les escaliers du blockhaus. Le paysage à l'arrivée est époustouflant. L'itinéraire se termine à Tende.

## 2 - Lamentargue

9 km +400m ●

Le parcours commence par une montée sur piste, un long passage en sentier très agréable, en sous bois, alternant montées et descentes. La partie finale est une magnifique descente technique sur le lac de la Pia.

## 11 - Rio Secco

4 km +70m ●

Idéal pour s'échauffer ou faire une balade en famille. Une boucle autour de La Brigue ombragée et peu technique.

## 24 - Vallon de Dente

15 km +1100m ●

Au départ de Castérino, vous allez monter jusqu'à la Baisse de Peirefique puis sur la Baisse d'Ourne. De là, une descente technique vous amènera au hameau de Viévola. Une fois en bas vous vous dirigerez vers Rocher de la Maïma, puis une descente sur Tende par un magnifique sentier.

## 3 - Barun

5,5 km +150m ●

Circuit familial dans le vallon de la Pia, idéal pour s'initier au VTT.

## 12 - Le Pont du Cog

4 km +70m ●

Pour petits et grands. Une ballade en famille très agréable. Après avoir atteint le village de Morignole par la route, au niveau du Four à Chaux vous prendrez un très joli sentier qui vous ramènera à La Brigue.

## 20 - Circuit des Baises

25 km +300m ●

Ce parcours descendant est certainement le plus agréable. Vous partirez du col de Tende (1986m), pour arriver à Tende (850m) en passant par la Baisse de Peirefique, Baisse d'Ourne et Speggi. L'itinéraire idéal pour se balader en famille.

## 5 - Les 3 villages

15 km +500m ●

Au départ de Tende, vous emprunterez la piste qui monte au col de Boselia. De là vous attend une belle descente avec un beau panorama sur le village de la Brigue. Après avoir traversé ce village, vous emprunterez le sentier des oratoires : quelques petites montées alternent avec des descentes de plus en plus techniques jusqu'à l'arrivée à St Dalmas de Tende.

## 13 - St Dalmas

8 km +200m ●

Départ de La Brigue en direction de St Dalmas de Tende. Vous vous dirigerez ensuite vers Granile jusqu'à la borne 41b, pour enchaîner par une descente très agréable et très sauvage sur un petit sentier avec des séries d'épingles, puis reviendrez sur le village de La Brigue par la route.

## 21 - La Route du Sel

70 km +1500m ●

Départ du col de Tende pour arriver à Tende avec possibilité de poursuivre jusqu'à Vintimille. La descente sur le village de Tende est d'une pure beauté, très engagée et très physique. Vous alternerez passages en épingle caillouteux, du sous bois très rapide, devenant de plus en plus technique sur la fin.

## 6 - Marguareis

80 km +2500m ●

Le départ se fait de Tende. Une rude montée en direction de la Baisse d'Ourne vous attend. Vous passerez par la Baisse de Peirefique, le col de Tende et le col de la Perle avant d'entrer dans le fameux massif du Marguareis et ses nombreux cols. La descente finale « des Fraches », très longue et très variée, où alternent sous bois, épingles, passages pierreux.

## 14 - Le Plateau

3,5 km +150m ●

L'itinéraire emprunte les pistes de ski de fond en hiver. Vous pourrez apprécier le calme et la beauté des paysages.

## 7 - Saint Anne

8 km +200m ●

Itinéraire court, qui commence par une descente. Même si le final sur St Dalmas de Tende est assez technique, ce parcours conviendra particulièrement bien à ceux qui veulent découvrir le site.

## 15 - Le Lac

8 km +150m ●

Vous traverserez le plateau de Casterino en empruntant le tracé des pistes de ski de fond, et si vous avez de la chance, vous apercevrez des marmottes. Parcours très agréable, pour petits et grands.

## 8 - Baisse de Céréon

25 km +700m ●

Très agréable, ce parcours vous amènera au travers des forêts du Pinet, du Pertus et de l'afel sur une large piste alternant montées et descentes. La longue montée du col du Pinet, passant par la Chapelle notre Dame, demandera une bonne condition physique.

## 16 - Baisse d'Ourne

14 km +700m ●

Une belle montée sur piste surplombant la vallée de Casterino, pour découvrir, en haut, une vue imprenable sur le Parc National du Mercantour et la frontière Italienne. Au départ de la descente très technique et physique, faites attention aux trous de marmotte dans les paturages

## 9 - Baisse d'Ugail

34 km +1500m ●

Cet itinéraire vous amènera au joli hameau de Morignole. Une longue montée sur piste aboutira à la Baisse d'Ugail d'où vous aurez une vue magnifique sur le vallon de Morignole. De là une belle descente, très rapide mais très fréquentée par les randonneurs, vous ramènera sur Tende.

## 17 - Granges de Gauron

13 km +300m ●

Ce parcours est destiné aux amateurs de descentes techniques et engagées. En effet, vous partirez de Castérino pour arriver sur St Dalmas de Tende, en passant par les Granges de Gauron et le joli hameau de Granile. Un parcours sauvage, et un panorama à vous couper le souffle.

## Numéros Utiles

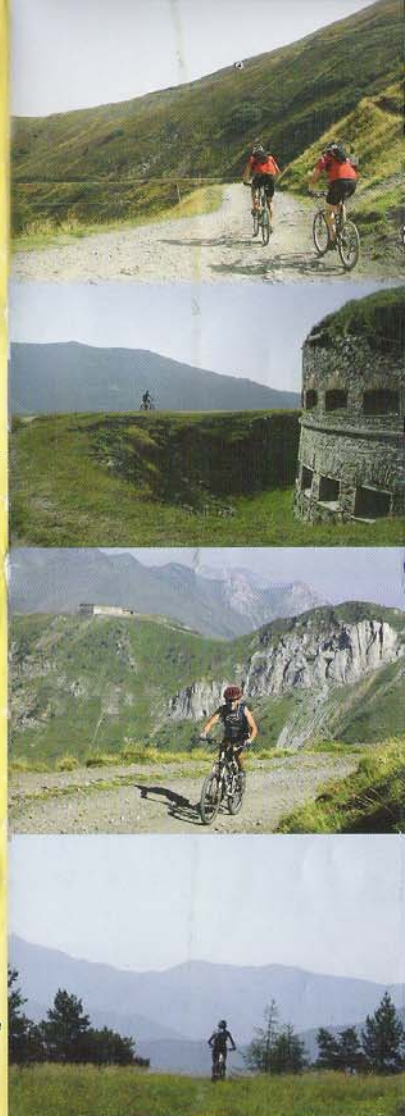
Gendarmerie de Tende	04 93 04 62 07
Secours	18 ou 112
Office du Tourisme (Tende)	04 93 04 73 71
Office de Tourisme (La Brigue)	
	04 93 79 09 34
Taxi Tende	06 16 07 52 72
Pharmacie	04 93 04 62 16
Anti-Poison (Marseille)	04 91 75 25 25
Roya Ambulances	06 85 94 24 41

contact@vtt-haute-roya.com  
www.vtt-haute-roya.com  
Tél : 06 07 63 63 89

Informations :

Espace VTT  
de la  
Haute-Roya

www.vtt-haute-roya.com



L'Espace VTT de la Haute-Roya c'est :

360 km de circuits balisés de tous niveaux, déposes en véhicules sur des points hauts jusqu'à 2000 m, journée Freeride avec plusieurs déposes, 30 vélos à louer, un point de lavage, ...

Carte des Itinéraires

VTT



Espace VTT  
HAUTE-ROYA

BIVOUAC

