



6

## COL DE CROUS Au départ de Péone, hameau de la Baumette (1 470 m)

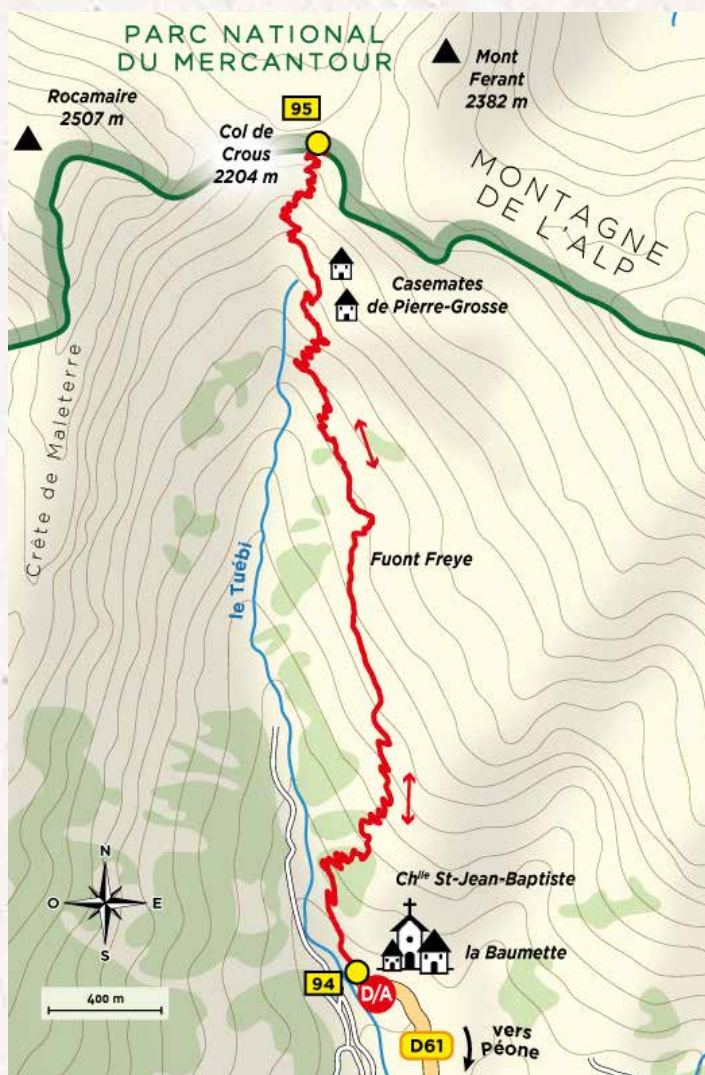


Sur la haute-vallée du Cians, le col de Crous constitue l'une des quatre entrées principales du Parc national du Mercantour avec le col de Crousette, le Démant et le col des Moulins. Important passage historique, il était emprunté pour les échanges et le commerce entre la Tinée et le Var. Les casemates présentes sur site témoignent de son passé militaire. Après la dure défaite de 1870, l'armée française soucieuse de tenir ses frontières, s'est installée dans les vallées transfrontalières et les a équipées d'ouvrages défensifs et de chemins stratégiques aux tracés amples particulièrement adaptés aux mules. But de promenade panoramique et typiquement montagnard, ce col permet le passage vers le hameau de Roya qui sera décrit dans le circuit « Tour de la Cime Nègre ».

### Itinéraire

De la Baumette (balise 94 - 1 470 m), terminus de la route, suivre le sentier qui s'élève lentement. Puis, par une série de lacets, prendre de l'altitude jusqu'à la côte 1 750 mètres et partir ensuite en écharpe jusqu'à Fuont Freye (littéralement « source fraîche »). Poursuivre sur le sentier dans une zone d'éboulis et passer à proximité des casemates de « Pierre Grosse ». Sur la fin, l'enchaînement de courtes épingles permet de gagner le col de Crous (2 204 m - b.95) et la limite de la zone cœur du Parc national du Mercantour.

Le retour s'effectue par le même itinéraire.



### Caractéristiques de la randonnée

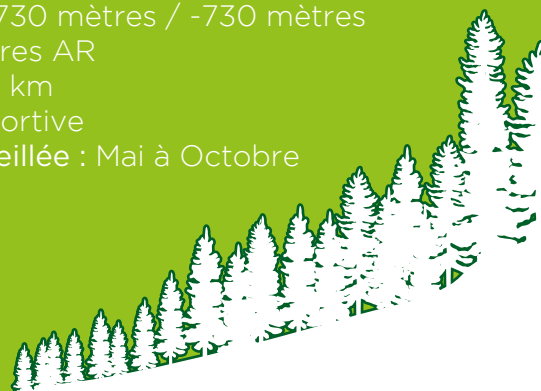
Dénivelée : +730 mètres / -730 mètres

Durée : 4 heures AR

Distance : 9,8 km

Difficulté : Sportive

Période conseillée : Mai à Octobre





# INFORMATIONS & AVERTISSEMENTS

## Signalétique, cartographie et balisage

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



reconnaissable, équipe 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.