

LA RANDO DU MOIS

Pointe de Clamia

Randonnée pédestre - Au départ de Marie (600 m)



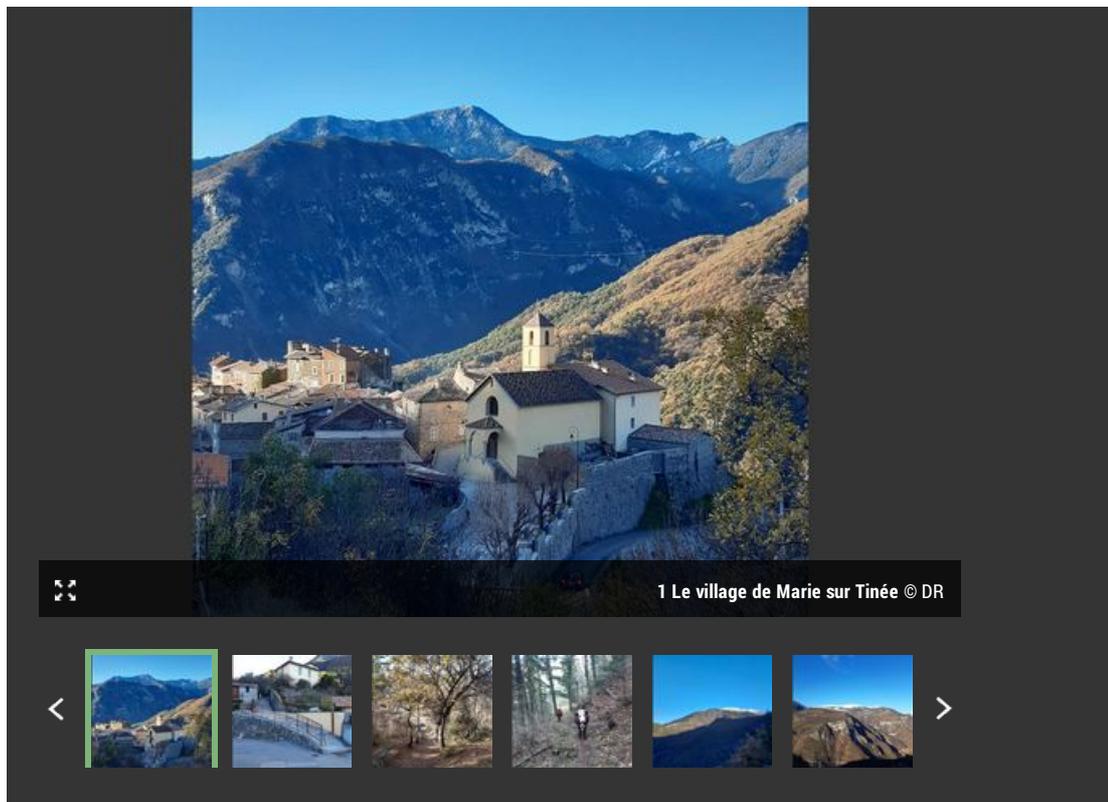
© iStock - epantha - filo

Liste des tronçons fermés



Actuellement il n'y a pas de tronçon fermé dans cet itinéraire

La rando "Pointe de Clamia" en images



Caractéristiques de la randonnée



Type : Pédestre
 Commune : Marie
 Dénivelée : +430 mètres / -430 mètres
 Durée : 3 heures
 Période conseillée : Toute l'année
 Cartographie spécifique : "Moyenne Tinée" TOP 25 n° 3641 ET

Niveau de difficulté

Randonnée moyenne



Carte de la randonnée





Consulter la légende de la carte



Occupation du sol	Voies de circulation	Bâti	Parcours de la randonnée
<ul style="list-style-type: none"> Zone boisées, forêts Zone urbaine discontinue Zone urbaine continue Zone industrielle, portuaire ou aéroportuaire Autre 	<ul style="list-style-type: none"> Sentier Sentier sur GR Chemin, piste, route non revêtue Route Route Secondaire Route Principale Autoroute Tunnel routier Secondaire Tunnel routier Principal Tunnel autoroutier Parking Direction de la route Tunnel ferroviaire Voie ferrée Gare, arrêt Remontées mécaniques 	<ul style="list-style-type: none"> Village Hameau Bâtiments groupés Bâtiment isolé Chapelle Oratoire Cimetière Observatoire Refuge Petite ruine Grande ruine Limites Limite d'État Limite départementale Limite de parc national et de parc naturel 	<ul style="list-style-type: none"> Tracé du parcours Tracé du parcours hors sentier Tracé d'une variante du parcours Balise Numéro de balise Départ/ Arrivée Départ Arrivée Sens du parcours Point remarquable Château, fort Point de vue
Orographie <ul style="list-style-type: none"> Courbes de niveaux à 100 m Sommet Col, point côté 			
Hydrographie <ul style="list-style-type: none"> Cours d'eau intermittent Cours d'eau permanent Cours d'eau nommé Surface en eau permanente Surface en eau intermittente Mer Méditerranée 			

Présentation de la randonnée

Perché sur un éperon dominant la Tinée, Marie se situe à la limite des influences méditerranéennes et alpines comme en témoignent ses toits mêlés de lauzes et de tuiles.

Très bien restauré et doté d'une auberge réputée, le village mérite une visite avec ses ruelles étroites en escaliers, ses passages voûtés ainsi que ses différents édifices rappelant le mode de vie ancestral : lavoir, moulin à huile, four à pain, alambic, granges...

La tradition rapporte que les habitants de Clans, dont les propriétés se trouvaient sur le territoire actuel de Marie, construisirent un oratoire dédié à la Sainte Vierge.

Quelques habitations commencèrent à surgir autour de l'oratoire de Marie, d'où le nom symbolique de ce village attachant.

Ce petit circuit de découverte autour de la pointe de Clamia alterne les bois de pins, chênes ou châtaigniers et d'anciennes zones de culture colonisées par une végétation arbustive.



Itinéraire

Du parking du village (600 m - b.63), remonter une ruelle cimentée menant sur les hauteurs de Marie (b.64).

Bifurquer à gauche et suivre le sentier qui passe successivement plusieurs zones ravinées. Après la balise 65, franchir un vallon et s'élever parmi les pins de la forêt de la Lauzetta vers la pointe de Clamia ; atteindre bientôt la crête qui en est issue au niveau d'un collet (860m) pour redescendre versant Nord en direction des campagnes abandonnées du Seuil (b.71).

On rejoint à travers une chênaie le chemin reliant la Tinée à Valdeblore (670 m - b.72). Prendre ce dernier sur la gauche et descendre vers le hameau de La Bollinette qu'on domine au niveau de la balise 73, à la cote 500 m.

Continuer plein Sud en traversée jusqu'à la route d'accès à Marie (b.74), la suivre un moment sur la gauche et, par un raccourci coupant les lacets, rejoindre rapidement le village.

Variante : départ possible du hameau de La Bollinette. Garer son véhicule sur le parking et se rendre à pied à la balise 156 par le bord de la route.

Accès routier

52 km

De Nice (aéroport), suivre la vallée du Var par la RM 6202 jusqu'à la Mescla. Prendre à droite la vallée de la Tinée (RM 2205) jusqu'à l'embranchement de Marie. Tourner à droite et remonter la RM 58 jusqu'au village, point de départ de l'itinéraire.

Avant tout départ, nous vous recommandons de vérifier l'accessibilité des routes et d'adapter vos déplacements en fonction de l'état de la voirie.

[> Retrouvez toutes les informations routières sur www.inforoutes06.fr](http://www.inforoutes06.fr) 

Consignes de sécurité

Avant de partir en randonnée, prenez connaissance des consignes de sécurité.

Affichez les consignes de sécurité

L'orientation

Savoir s'orienter, se repérer, constitue en montagne l'exigence première. Lire une carte 1:25 000e, se diriger à la boussole, utiliser un altimètre doivent paraître aussi naturel et évident que de marcher. La complexité du relief du Moyen Pays avec son entrelacs de vallons et de crêtes y rend l'orientation parfois malaisée, inconvenient que la signalétique départementale numérotée contribue à pallier au mieux. Mais le système de balisage a des limites (densité) et des imperfections (dégradations) qu'il faut pouvoir dépasser grâce à sa propre autonomie d'interprétation.

Les intempéries

Parfois violents et imprévisibles, les orages méditerranéens s'abattent sans sommation sur nos massifs. Leur caractère subit et dévastateur doit être prévenu par un respect de l'horaire (partir le matin) et une consultation préalable de la météo. Surveiller l'évolution météorologique, agir en fonction de la dégradation du temps, telle doit être la préoccupation permanente du randonneur. Le brouillard n'épargne pas la moyenne montagne et certains reliefs pourront être sérieusement accrochés selon les vallées et les saisons.

La chasse

Activité ancestrale très prisée des autochtones, la chasse concerne essentiellement la saison automnale et on veillera à observer de septembre à décembre les règles du plus élémentaire bon sens : revêtir des tenues voyantes, ne pas s'écarter des sentiers balisés que les chasseurs connaissent, se manifester de façon sonore au moindre doute... Des panneaux provisoires apposés par les sociétés de chasse concernées lors des battues (sanglier notamment) préviennent les randonneurs d'un danger particulier sur les itinéraires pédestres..

La météo

Avant toute sortie en montagne, il est conseillé de s'informer sur les prévisions météorologiques en appelant le répondeur départemental de Météo France. Cela permettra d'éviter certaines déconvenues et d'adapter ses déplacements et ses horaires en fonction de la situation climatique.

MÉTÉO MONTAGNE : 08.99.71.02.06

La cartographie

Illustration fidèle des itinéraires balisés et de la signalétique numérotée, la série TOP 25 (échelle 1:25 000e) coéditée par l'Institut Géographique National et le Département constitue l'outil le plus performant pour évoluer dans le milieu montagnard. La précision de ces cartes (1 cm = 250 m sur le terrain), leur degré de renseignement et leur personnalisation rendent leur usage incontournable. Huit d'entre elles (haute Siagne, haut Estéron, vallée de l'Estéron, moyen Var, moyenne Tinée, vallée de la Vésubie, vallée de la Bévéra, vallée de la Roya) concernent le moyen pays des Alpes-Maritimes.

Le pastoralisme

- ▶ Respectez les pâturages qui traditionnellement ne sont pas clôturés dans les Alpes.
- ▶ Ne dérangez pas les troupeaux, arrêtez-vous pour les croiser ou contournez-les sans les effrayer.
- ▶ **Attention !** Depuis le retour du loup dans le Mercantour, un certain nombre de troupeaux d'ovins sont gardés par des chiens bergers des Pyrénées (gros chiens blancs) surnommés "patous". Ces chiens attaquent tout animal ou individu qui approche du troupeau. Si le berger n'est pas présent sur les lieux, la plus grande prudence s'impose. Gardez vos distances.

Les chenilles processionnaires

En cas de présence de nids ou de processions, particulièrement entre l'automne et l'hiver, éviter de cheminer sur les itinéraires infestés. Dans tous les cas, ne toucher ni les nids, ni les chenilles dont les soies urticantes peuvent être dangereuses et causer des problèmes sanitaires.

Avertissement

Les guides randoxygène vous proposent une grande variété d'itinéraires à parcourir dans le cadre des différentes activités de pleine nature. Ces activités se déroulent dans un milieu naturel parfois difficile et soumis aux aléas climatiques. Chaque usager évolue en fonction de ses capacités dans ce milieu sous sa propre responsabilité en connaissance des dangers encourus liés au milieu ou à l'activité et doit prendre les précautions nécessaires pour une pratique en toute sécurité.

Les renseignements fournis dans ce guide sont donnés à titre d'information ; ils ne dispensent pas de faire preuve de vigilance et de bon sens et d'adapter votre comportement aux circonstances effectivement rencontrées sur le terrain. Une vigilance particulière devra être portée lors des franchissements des passages à gué. De même, les itinéraires peuvent emprunter ponctuellement des portions de route ou les traverser. Soyez prudent et respectez les règles de sécurité s'agissant notamment de la visibilité des véhicules circulant sur ces portions de voies.

Compte tenu de leur intérêt, certains des itinéraires proposés se développent en partie en Italie. Il conviendra de s'assurer auprès des gestionnaires de ces itinéraires de leur praticabilité.

LIRE AUSSI...



Randoxygène Moyen Pays

> TOUS LES GUIDES RANDOXYGÈNE [➔](#)

CETTE RANDONNÉE VOUS PLAÎT ?



A l'aide de la barre d'outils ci-dessus :

- ▶ sauvegardez vos randonnées favorites dans l'espace "[MES FAVORIS](#)" de [departement06.fr](#) et retrouvez-les facilement ;
- ▶ ou créez un PDF ou imprimez la fiche détaillée de cette randonnée.

Cette page est conçue pour s'afficher sur un terminal mobile sous réserve d'un accès à Internet disponible dans la zone géographique de consultation.

IMPORTANT

Les guides RandOxygène vous proposent une grande variété d'itinéraires à parcourir dans le cadre des différentes activités de pleine nature. Ces activités se déroulent dans un milieu naturel parfois difficile et soumis aux aléas climatiques. **Chaque usager évolue en fonction de ses capacités dans ce milieu sous sa propre responsabilité et doit prendre les précautions nécessaires pour une pratique en toute sécurité.**

BESOIN D'AIDE POUR CHOISIR VOTRE RANDONNÉE PÉDESTRE ?

Nous vous proposons un classement des randonnées par critère :

- ▶ Soit selon leur zone géographique : [haut pays](#) , [moyen pays](#) , [pays côtier](#)
- ▶ Soit selon leur difficulté : [facile](#) , [moyenne](#) , [sportive](#) , [alpine](#)
- ▶ Soit selon leur durée :
 - [entre 30 minutes et 2 heures](#)
 - [entre 2 et 3 heures](#)
 - [entre 3 et 5 heures](#)
 - [entre 5 et 7 heures](#)
 - [plus de 7 heures](#)

Pour choisir une autre activité de pleine nature, [rendez-vous à l'accueil du site RandOxygène](#).

EN CAS D'ACCIDENT

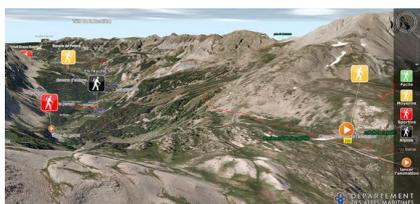




[Prenez connaissance des bonnes attitudes](#)
à suivre en cas d'accident.

Attention : rappelons que la couverture GSM des moyennes et hautes vallées reste très inégale et qu'en conséquence le recours au téléphone portable ne peut être systématique

RANDONNÉE EN 3D



Pour préparer votre départ, visualisez les parcours des randonnées RandOxygène en 3D.

Rendez-vous sur le [portail cartographique du Département](#) .

VOUS VOULEZ SIGNALER UNE DIFFICULTÉ...



© Phovoir - Département06

Signalez toute difficulté rencontrée sur le parcours : signalisation endommagée, sentier abimé...

