

Sentieri di Provenza
(La Costa Azzurra)

Da Eze Village a Nizza

Dal village perché alla città



Sviluppo: Eze – Mont Bastide – Plateau de la Justice – Col de Villefranche – Mt. Alban – Mont Boron – Cap de Nice

Dislivello: 330 m in salita, 690 m in discesa

Difficoltà: T/E

Ore di marcia: 4.00

Periodo consigliati: tutto l'anno (escluse le giornate più calde)

Accesso: in treno si scende alla stazione di Monaco - Montecarlo (Linea Ventimiglia - Cannes - Les Arcs). Dall'accesso est della stazione si prende il bus (linea 112) per Nizza via Eze Village.

In auto si esce al casello di Monaco dell'autostrada A8 (Ventimiglia – Marsiglia), e si prosegue sulla Moyenne Corniche fino ad Eze Village.



Per chi proviene dal confine, questo itinerario rappresenta l'ultima tappa della traversata dei monti sovrastanti la costa tra Mentone e Nizza. Il Parc Departemental de la Grande Corniche e de la Justice avanza fino a Nizza con i contrafforti montuosi del Mont Gros (375 m), Mont Vinaigrier (371 m), Mont Alban (222 m) e del Mont Boron (191 m), per lasciar spazio all'ampia valle del fiume Var.

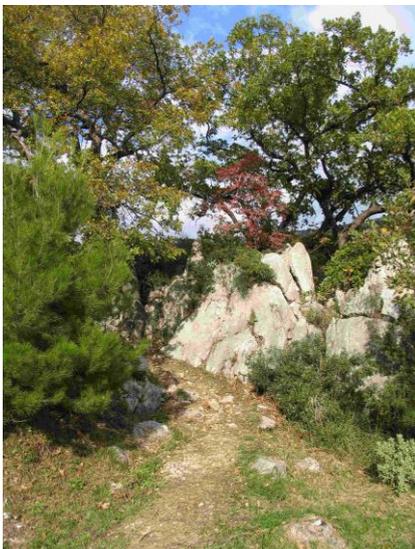
Quest'ultimo percorso riassume in sé tutte le caratteristiche viste durante l'itinerario balcone della Costa Azzurra: paesini arroccati, sentieri immersi nel verde e scavati sulla roccia calcarea, panorami mozzafiato sulla costa. Al termine giungiamo a Cap Nice come finale ideale di questa traversata, dove mare e montagna sono i due grandi protagonisti.



Eze Village (356 m – 427 metri d'altitudine nel punto più elevato del paese – foto 1-2), merita da sola una giornata di visita, con i suoi caratteristici vicoli, le botteghe artigianali, il castello, il giardino botanico con vista sulla costa, la chiesa e le case in pietra. Per iniziare il nostro itinerario ci spostiamo ad ovest del paese, attraversando il viadotto sospeso ad una cinquantina di metri sul Vallon de l'Ibac. Al termine del ponte prendiamo un sentierino

segnalato da un cartello in legno e segnavia giallo che sale immediatamente sul monte sovrastante.

Dopo una serie di piccoli tornanti la vista si apre velocemente su Eze e la costa sottostante in cui spicca la penisola di Cap Ferrat. Si passa tra le rocce calcaree e la macchia mediterranea composta dal cisto, il mirto, la lavanda, l'euforbia, il timo e altre essenze



arboree, oltre che a numerosi esemplari di pino, rovere e leccio (foto 4).

Alcuni tratti sono esposti verso la costa in maniera tale da essere protetti da alcune corde fissate alla roccia. Rientrati nel versante nord del rilievo si conquista la zona di crinale con alcuni tornanti. Ancora una breve salita e giungiamo in vetta al **Mont Bastide** (566 m – 45' di cammino da Eze), punto culminante di tutto l'itinerario. Da questo balcone panoramico la vista spazia su tutta la Costa Azzurra (foto 3) con tutti i promontori che si protendono verso mare.

Scendiamo ora sul crinale in direzione Nizza tra i massi e i cespugli della macchia. In breve arriviamo al **Col d'Eze** (495 m), dove si stacca il sentiero che porta alla costa. Noi proseguiamo sulla strada asfaltata fino ad arrivare ad un curvone. Qui un cartello indica l'inizio del Parc Departemental

de la Justice.

Prendiamo la strada asfaltata d'accesso al parco che ci accompagnerà per un lungo tratto, evitabile con un sentiero che affianca la strada per quasi tutto il suo sviluppo.

Alcune aree di sosta per le macchine e diverse aree pic-nic consentono anche ai più pigri di raggiungere questi luoghi, per passare un po' di tempo all'aria aperta.



Saliamo gradualmente fino ad arrivare all'inizio del percorso sportivo lungo 1,4 Km che si sviluppa interamente nel bosco che ricopre la parte più alta del **Plateau de la Justice** (567 m). Proseguiamo oltre, seguendo il segnavia giallo, lungo l'arteria principale del parco che nel frattempo è diventata stretta e sconnessa.

Dopo un tratto in piano arriviamo in una zona con diverse installazioni civili e militari che la strada evita accuratamente, per farci poi scendere in direzione di Nizza.

Dal bosco passiamo ad un ambiente sempre più antropizzato, con alcuni maneggi, molte villette e recinzioni, e la vista che si apre verso la città di Nizza.

Alcuni tornanti ci fanno perdere quota fino a raggiungere la Grande Corniche al **Col des Quatre Chemins** (315 m – 2h 15' di cammino da Eze), dove troviamo diverse strade per scendere verso Nizza e Villefranche (foto 5). Noi proseguiamo lungo la Chemin de Vinaigrier, che aggira il versante sud del monte omonimo per scendere successivamente sul crinale montuoso tra Nizza e Villefranche.



Diramazione Col d'Eze – Col des Quatre Chemins

Esiste una via sterrata che dal col d'Eze evita la salita fino al Plateau de la Justice, e con un giro piuttosto ampio arriva al Col des Quatre Chemins. Si tratta della Route Strategique, una strada meno panoramica sulla costa, che propone ampie visuali sul vallone di Nizza e le Alpi Provenzali.



Per imboccare questo tracciato occorre prendere la strada rotabile che si stacca al Col d'Eze, poco prima dell'ingresso al Parc Departemental de la Justice. La rotabile scende sul versante nord di questo parco e termina di fronte ad una sbarra in ferro che vieta il transito ai mezzi motorizzati. Inizia così una sterrata delimitata da un muretto sul versante nord, che termina dopo un lungo tragitto sul Col des Quatre Chemins (1h 15' di cammino dal Col d'Eze).

Diverse diramazioni lungo il percorso permettono di raggiungere il Plateau de la Justice.

Tornando al nostro itinerario, percorriamo ora una stradina poco trafficata, mentre il tratto finale viene tagliato in diversi punti utilizzando alcune scalette come scorciatoie.

Giunti all'incrocio del **Col de Villefranche** (150 m – 2h 40' di cammino da Eze), possiamo decidere se scendere in 30' di tempo alla stazione ferroviaria di Nice Riquier, oppure se continuare lungo il crinale in direzione di Cap Nice. Noi



proseguiamo verso **Mont Alban** (222 m), sovrastato dall'omonimo forte (foto 6). Un cartello indica la stradina in salita verso la località, che poi diventa cementata, e con diversi gradoni sale fino al piazzale antistante il forte.

Un piccolo sentierino permette di effettuare il periplo della struttura a quattro torrette e un ponte elevatoio, dove la vista spazia su Nizza e Villefranche con la sua baia.

Per godere una vista maggiore su Nizza, procediamo sul sentiero di crinale fino ad arrivare alla recinzione di un impianto ripetitore.

Scendiamo poi per labili tracce fino a raggiungere la strada asfaltata d'accesso al forte. Percorriamo un lungo tratto della stessa arteria in discesa evitando alcuni tornanti con scorciatoie che tagliano e accorciano la strada.

Passata una pineta, ed evitato il sentiero ad anello che riporta al Col de Villefranche, arriviamo al Parco comunale del Mont Buron, dove la strada asfaltata può essere evitata utilizzando alcune stradine cementate che passano in mezzo ai pini (segnalate con delle frecce rosa). Queste scorciatoie ci portano alla strada d'accesso al **Fort Boron** (191 m – 3h 30'), come segnalato da un grosso cartello. Qui evitiamo tutte le stradine per prendere il sentierino semi-asfaltato che scende verso Cap Nice (cartello indicatore).



Questo sentiero assieme ad altri fanno parte di un complesso di 11 Km di stradine che percorrono i 57 ettari del parco comunale, disseminato di panchine, tavoli e attrezzi ginnici (foto 7).

Quando le case di Nizza sono ormai vicine, eccoci arrivati alla fine del sentiero, dove prendiamo la Route Forestiere in direzione mare che scende gradualmente tra le villette (foto 8). La via termina sulla Boulevard Mont Buron, che percorriamo per un breve tratto fino a prendere una scalinata in direzione mare.

Dopo aver raggiunto la Basse Corniche eccoci alla sorpresa finale, un sentierino in pieno centro di **Nizza** che porta verso la passeggiata a mare, accessibile da un cancello in metallo.

In breve arriviamo al termine della nostra camminata, all'inizio della passeggiata a mare per **Cap Nice**, raggiungibile da qui in circa 15', caratterizzato da rocce calcaree bianche e un sentiero litoraneo a picco sul mare (foto 9), degna conclusione del lungo itinerario balcone da Ventimiglia al cuore della città nizzarda.

Un consiglio: per tornare verso Monaco o l'Italia si può utilizzare o il bus che passa dalla Basse Corniche per Mentone, oppure il treno per Ventimiglia dalla vicina stazione ferroviaria di Nice Riquier. Per raggiungere quest'ultima occorre procedere sulla via principale per il porto (Bd. Frank Pilatte), e da qui procedere per la stazione in direzione nord (Bd. Stalingrad – Bd. Walesa – Place Barel – Bd de Riquier). Il tutto in 30' di cammino circa.

Riferimento cartografico: carta IGN n° 3742 OT (Nice – Menton – Cote d'Azur) – scala 1:25.000 – carta VAL alla pagina successiva

Verifica itinerario: novembre 2005 – dicembre 2011

