

| LA LONDE LES MAURES
| BORMES LES MIMOSAS
| LE LAVANDOU
| COLLOBRIERES
| PIERREFEU DU VAR
| CUERS



RANDONNER

en Méditerranée
Porte des Maures





Sommaire

La Charte du randonneur

Gestes essentiels et prévention - P.4

À La Londe les Maures

Le Gaoutabry - 7,2 km - P.6

Le Rouay de la Cabre - 9,2 km - P.8

Entre terre et mer - 10 km - P.10

Les sentiers du littoral - P.16

À Bormes les Mimosas

Notre Dame de Constance - 3,9 km - P.11

Autour du lac du Trapan - 5,8 km - P.12

Les hauts de Bormes - 13,5 km - P.13

Les trois cols - 15,6 km - P.14

Fôret du Dom - 16,5 km - P.15

Les sentiers du littoral - P.16

Au Lavandou

Les sentiers du littoral - P.16

Sur les îles d'Or - P.18

À Collobrières

Sentier botanique - 4 km - P.19

Sentier découverte - 6,3 km - P.20

Chartreuse de la Verne - 27,9 km - P.22

À Pierrefeu du Var

Baisse du Castellas - 17,3 km - P.24

À Cuers

Col de la Bigue - L'Allamande - 8,3 km - P.25

Les Tournels - 10,1 km - P.26

Bienvenue en MÉDITERRANÉE

Porte des Maures

● Randonner entre mer, vignes et collines

Les six communes vous invitent à la découverte d'une nature préservée qui entoure ces villages de Provence.

Ici, la randonnée se décline selon vos envies : balades en bord de mer, sentiers en balcon avec vue panoramique, chemins serpentant entre vignes et chênes liège.

Que vous soyez marcheur occasionnel ou randonneur passionné, vous trouverez des itinéraires adaptés pour explorer la richesse naturelle et patrimoniale de ce beau territoire méditerranéen.

Légende :



Boucle



Durée



Dénivelé



Niveau
estimé



Balisage



Balade en
famille

La Charte du Randonneur



LA CHARTE DU RANDONNEUR :

- ① En rando, je ne laisse rien derrière moi. ② Avec les troupeaux, je ne m'approche pas trop. ③ Bien randonner, c'est aussi partager le sentier. ④ S'informer, c'est déjà protéger. ⑤ Le bon chemin, c'est celui qu'on respecte. ⑥ Passer incognito pour respecter les animaux. ⑦ L'étincelle c'est dans les yeux, pas dans les feux. ⑧ Le plus beau trésor, c'est celui qu'on admire encore. ⑨ Dans le calme, la nature se dévoile.

Découvrez la charte du randonneur



Si vous souhaitez nous soutenir, faites un don sur dons.eclat-monde.fr/donateur/le-fir/firfrance créé par la FF Randonnée afin de soutenir des projets liés à l'environnement, l'aménagement, le sport et l'éducation.

La Fédération Française de la Randonnée Pédestre (FF Randonnée) œuvre pour le développement de la randonnée pédestre en France, tant pour sa pratique sportive, le sauvegarde de l'environnement, la promotion et les loisirs. Reconnue d'utilité publique et rattachée au ministère de l'Équipement, elle dispose de 20 000 bénévoles (guides, animateurs et bénévoles collectifs), la FF Randonnée soutient trois fédérations régionales : la fédération de la randonnée, l'aménagement des itinéraires (FAR), le GRS de Pays et PPS ainsi que la réalisation des Itinéraires.

REPUBLIQUE FRANÇAISE

AGENCE NATIONALE DU SPORT

ATOUT FRANCE

ATN Tourisme

FF Randonnée www.ffrandonnee.fr

GESTES ESSENTIELS

1. En rando, je ne laisse rien derrière moi

Pas de déchets, je laisse toujours l'endroit aussi beau que je l'ai trouvé. Je ramène tous mes déchets, même les biodégradables. J'utilise des contenants réutilisables et je trie plus tard.

2. Avec les troupeaux je ne m'approche pas trop

Pour faciliter le travail des éleveurs, je referme les barrières, je garde mes distances avec les animaux, et je reste tranquille si un chien de protection s'approche.

3. Bien randonner c'est aussi partager le sentier

Randonneurs, cyclistes, chasseurs, éleveurs, agriculteurs ou riverains... Les sentiers se partagent avec respect. Je circule sur les voies autorisées, je me gare sur les parkings prévus, et je fais de la place à chacun.

4. S'informer c'est déjà protéger

Avant de partir en rando, je fais le plein d'infos pour être réglo. Pour bien randonner, je me renseigne sur la réglementation en vigueur avant d'enfiler mes chaussures.

5. Le bon chemin, c'est celui qu'on respecte

Sortir du sentier, c'est risqué pour moi et ça dégrade la nature. Ça abîme le sol, favorise l'érosion, détruit la végétation, et perturbe la quiétude des animaux. En restant sur les sentiers, je participe à la protection de la nature. Je permets aux fleurs de pousser, aux paysages de conserver leur beauté, et aux animaux de vivre en paix.

6. Passer incognito pour respecter les animaux

Les animaux sauvages ou d'élevages ont leurs habitudes. Je les admire de loin sans les nourrir ni les toucher, surtout les petits. En les laissant tranquilles, je fais le bon geste pour leur bien-être...et pour ma sécurité.

7. L'étincelle c'est dans les yeux, pas dans les feux

En évitant tout feu (cigarette, feu de camp, papier brûlé), je protège les forêts, les animaux et les paysages. Le climat est plus sec, le risque d'incendie plus fort : chaque geste compte.

8. Le plus beau trésor c'est celui qu'on admire encore

Fleurs, cailloux, bois mort, insectes : tout ce qui est là a un rôle à jouer. Pour le préserver, je le laisse là où je l'ai trouvé.

9. Dans le calme, la nature se dévoile

Le bruit fait fuir les animaux et peut gêner les riverains. Cris, musique, discussions, drones...ça les stresse et les empêche de se nourrir, de se reposer ou de se reproduire. Plus je suis discret, plus j'ai de chances de les voir... et de vivre un moment magique sans les déranger.

PRÉVENTION INCENDIE

Tenez vous informé du niveau de risque incendie dans les massifs auprès des services de la préfecture du Var avant de partir (publication de l'information chaque jour, avant 19h, pour la journée du lendemain). Arrêté préfectoral réglementant l'accès aux massifs **du 15/06 au 01/10**.

Les massifs concernés en Méditerranée Porte des Maures :

- Corniche des Maures : La Londe les Maures, Bormes les Mimosas, Le Lavandou, Collobrières, Pierrefeu du Var, Cuers
- Maures : Collobrières, Pierrefeu du Var, Cuers
- Sainte-Baume : Cuers

En savoir plus : www.risque-prevention-incendie.fr/var/

En cas d'urgence, j'appelle le 18 ou le 112.





Le Gaoutabry

La Londe les Maures



7,2 km



2h35



+179 m



facile



Balisage



Balade en
famille





Stationnement : au pied de la piste de Notre Dame des Maures, route de Collobrières (D88)

Départ : piste de Notre Dame des Maures

PARCOURS

1. Emprunter la piste DFCI - Notre Dame Des Maures / Dolmen de Gaoutabry qui s'élève lentement à travers les vignobles.
2. Ignorer la piste à droite.
3. Suivre la direction du Dolmen, piste à droite
4. Continuer jusqu'au sommet de la colline pour atteindre une zone dégagée sur le site préhistorique. Prendre le 1er chemin sur la gauche perpendiculaire à la piste d'arrivée au niveau de la citerne LMS 12.
5. Par un petit sentier gravir la pente qui mène au site préhistorique.

 Le dolmen de Gaoutabry, plus vaste dolmen du Var, est une tombe collective néolithique orientée vers le coucher du soleil au solstice d'hiver, contenant les restes incinérés d'au moins 34 individus ainsi que des offrandes.

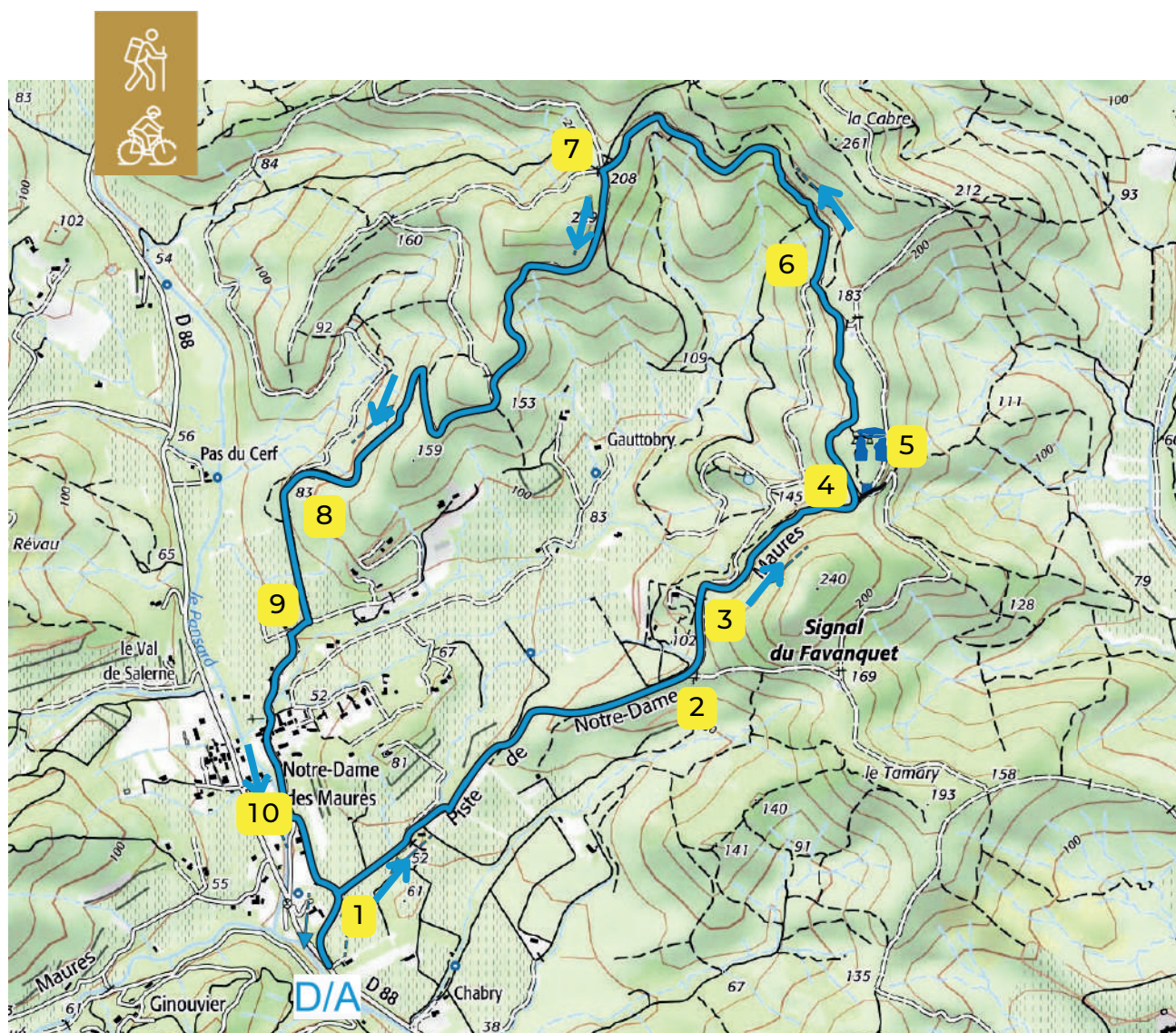
 Panorama sur le Massif des Maures, l'antenne relais au sommet de Notre Dame des Anges, le Coudon et le Mont Faron à Toulon.

Redescendre par le même sentier et poursuivre sur le même chemin.

6. Ce chemin débouche sur une piste élargie, la prendre à gauche.
7. Atteindre une zone dégagée où aboutissent plusieurs pistes, continuer légèrement à gauche sur la piste élargie. Progresser en descente.
8. Noter une intersection avec une piste à droite ; continuer à descendre vers la plaine sur la piste élargie. Après avoir traversé des vignobles et longé une plantation d'oliviers, à gauche, atteindre l'extrémité de la piste.
9. Prendre à droite et traverser le village de Notre Dame Des Maures sur une route goudronnée.
10. A la sortie du village, quitter la route et emprunter, sur la gauche, un chemin qui longe une clôture et atteint un premier champ de vigne. Poursuivre jusqu'à la piste du départ que l'on prend à droite et rejoindre le point de départ.

La tortue d'Hermann

La tortue d'Hermann est la seule tortue terrestre présente en France, dans le Var, principalement dans le massif des Maures et en Corse. Elle est considérée en voie d'extinction. Son espérance de vie avoisine les 40 ans. Animal à sang froid, elle hiberne de novembre à mars. Elle est très attachée à son lieu de vie, c'est pourquoi, elle essaiera d'y retourner si on la déplace. Les prélèvements dans la nature sont interdits.





Le Rouay de la Cabre

La Londe les Maures



9,2 km



3h15



+208 m



moyen




Balisage



Stationnement et départ : Parking à l'entrée du Vallon de Tamary, Route de Valcros

PARCOURS

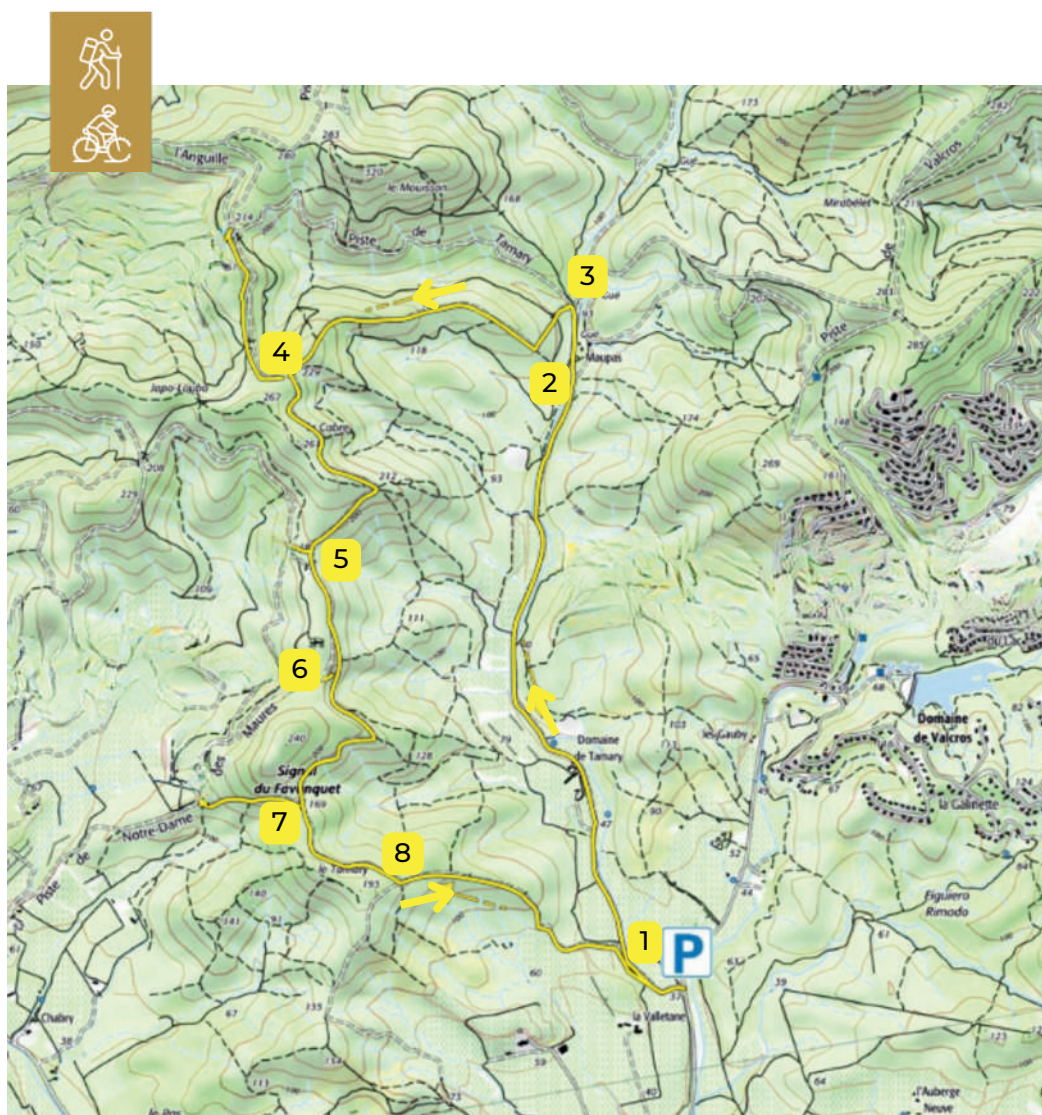
1. Franchir un portail, suivre la piste B98, laisser sur la gauche la piste B104 (piste de retour). Longer le ruisseau qui se trouve à droite près du domaine viticole de Tamary, passage canadien. Passer sur un pont avec le ruisseau maintenant sur la gauche jusqu'à atteindre une intersection.
2. En face une bâtisse et un panneau Tamary B98. Ignorer la piste à droite, suivre la piste légèrement à gauche, noter la barrière rouge et blanche qui doit être levée (en cas de fermeture faire demi tour car massif interdit). Poursuivre jusqu'à traverser à nouveau le ruisseau et entamer une côte sur une piste élargie.
3. Dans un virage à gauche prononcé, noter une citerne LMS11 sur la droite. Au prochain virage à droite, 40 m plus loin, quitter la large piste et prendre le chemin caillouteux en face. Au premier croisement ignorer le chemin de traverse et poursuivre la montée tout droit, jusqu'à atteindre une intersection au sommet de la côte. La pente est raide.
 Observer au passage les bruyères arborescentes, cistes, romarins et asphodèles.
4. Sur une aire dégagée, prendre à gauche la piste Notre Dame des Maures B51.
5. Bassin sur la droite.
6. A cette intersection, noter sur la droite le panneau « Dolmen de Gaoutabry » (pour visiter ce site, emprunter un petit sentier sur la droite, qui monte en quelques minutes vers le lieu). Observer aussi sur la droite une citerne LMS12 ; en face laisser la piste B51. Prendre sur la gauche en épingle et en pente raide, la piste La Valletane B104. Cette piste contourne par la gauche le sommet « Signal du Favauquet » dont on aperçoit les rochers.
7. A cette intersection, ignorer la piste à droite ; longer un bassin situé sur la droite et continuer en face.
8. Arrivée près de la citerne LMS03 sur la gauche. Prendre la piste à gauche qui descend vers la route de Valcros et le parking de départ. On longe sur la gauche une forêt plantée par les enfants des écoles de La Londe en 1986 (stèle).

Liaison possible entre Le Rouay de la Cabre et Le Gaoutabry (700 m / 15 min / balisage jaune )

Le Rouay de la Cabre que l'on pourrait traduire par le vallon de la chèvre, ancien lieu de passage des caprins et ovins, décrivant une activité agricole ancienne. Au XIX^{ème} siècle, après des incendies dévastateurs, de riches bourgeois ont acheté ces terres fertilisées par les cendres et planté des vignes et des arbres fruitiers, principalement des pêchers. Chaque domaine viticole avait son berger qui surveillait les troupeaux de moutons et de chèvres, ces animaux étant appréciés pour leur lait, leur viande, leur laine et leur aptitude à débroussailler les champs.

Le rouge-gorge

Le rouge-gorge familier est aisément reconnaissable avec sa poitrine rouge orangé, contrastant avec les parties inférieures blanchâtres. Se nourrissant principalement d'insectes et de petits invertébrés, il défend fermement son territoire n'hésitant pas à se battre avec ses congénères pour le conserver.





Entre terre et mer

La Londe les Maures



10 km



2h55



+20 m



facile



Balisage



Balade en famille



Stationnement et départ : depuis le village, le port ou les plages indifféremment (tour complet ou aller-retour sur un des sentiers).

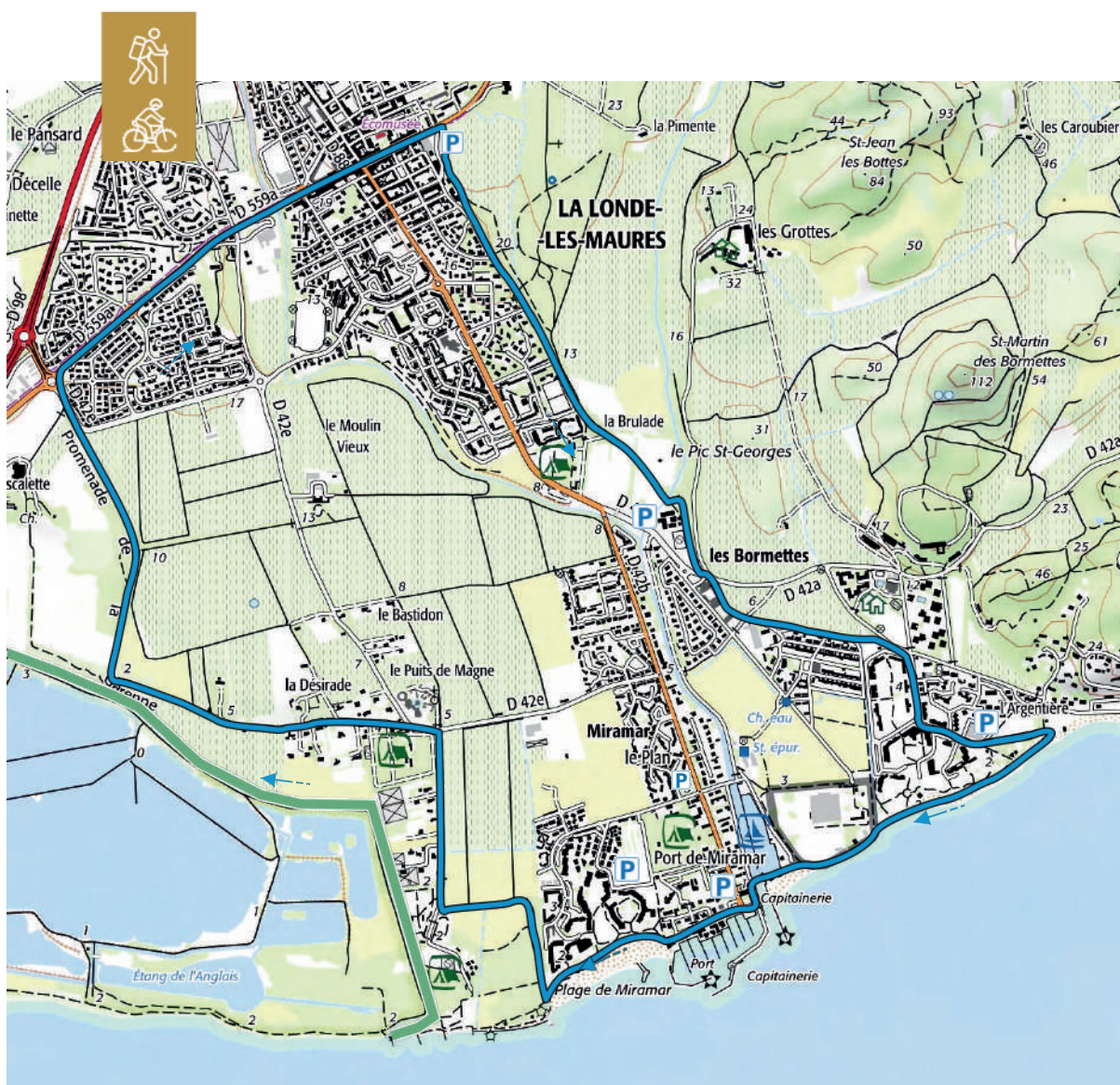


Cette randonnée, à pied ou à vélo, propose un itinéraire varié traversant des paysages mêlant vignobles, littoral, pinèdes et zones urbaines.

PARCOURS

La promenade des Annamites reliée à la promenade de la Garenne par la piste cyclable en centre-ville au nord et le sentier du littoral au sud, vous pourrez effectuer une boucle complète, quel que soit votre point de départ.

Cette balade accessible offre une belle occasion de découvrir la diversité des paysages de La Londe les Maures !





Notre Dame de Constance

Bormes les Mimosas



3,9 km



1h40



+190 m



facile



Balisage



Stationnement : Parking Saint-François

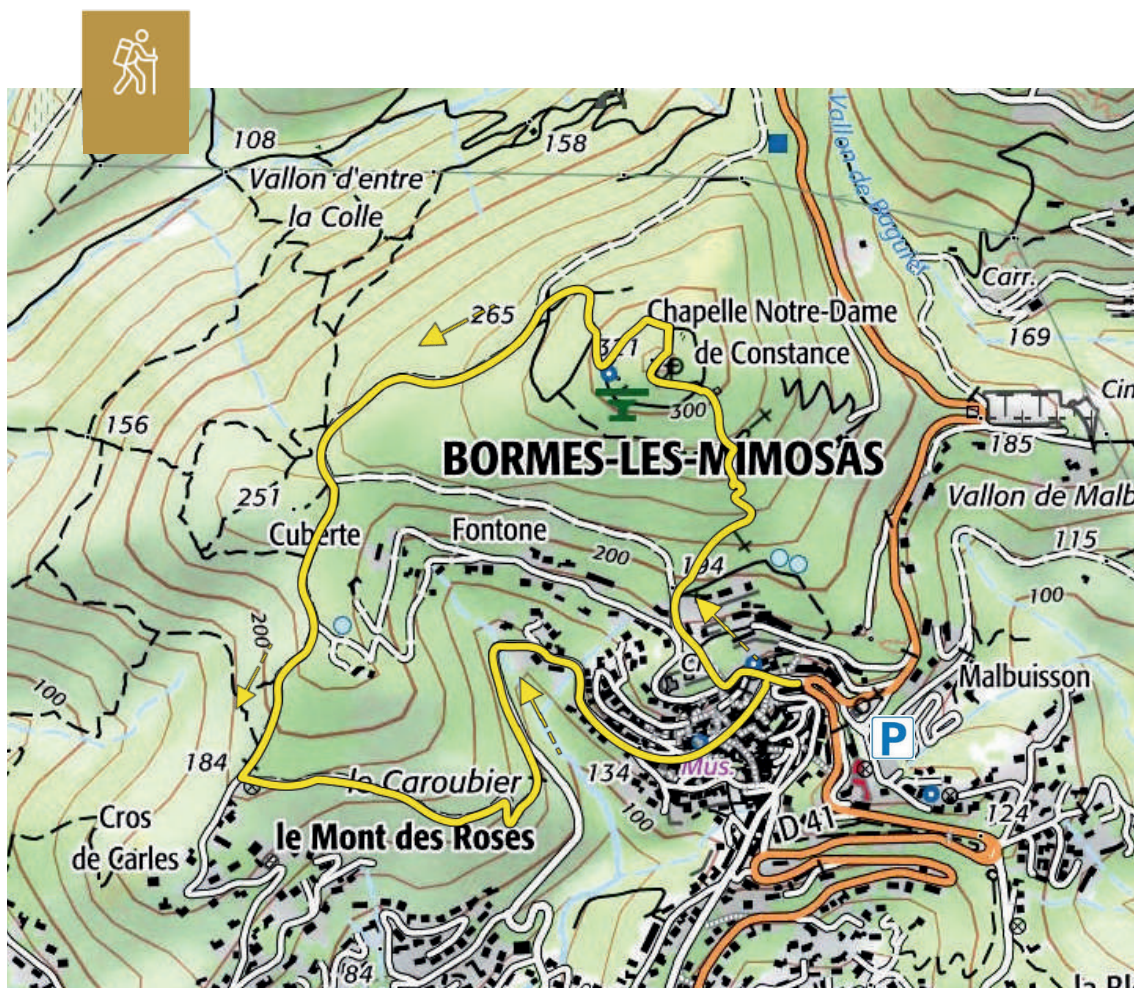
Départ : Office de tourisme du village

PARCOURS

Suivre le sentier GR 90 qui contourne l'Eglise St-Trophyme, passer devant le château, édifié au cours des XIII et XIV siècles classé monument historique. Suivre le chemin de Constance, tourner à droite, montée des oratoires, ancien lieu de pèlerinage, jusqu'à la chapelle Notre Dame de Constance.

 Table d'orientation en contrebas à gauche de la chapelle.

Reprendre l'itinéraire en laissant la chapelle à droite, descendre la piste. Quitter le GR 90 à droite et suivre le PR bleu à gauche suivre la piste A640. Continuer tout droit laisser la piste de Fontone à gauche avec sa citerne, jusqu'au pylône à antennes situé aux abords du rond-point du Mont des Roses. Tourner à gauche sur le chemin en terre, bordé de mimosas (parc du mimosa) et descendre jusqu'à la route balisée PR bleu. Tourner à gauche sur la route de la Verne pour remonter jusqu'au village.





Autour du lac du Trapan

Bormes les Mimosas



5,8 km



2h



+119 m



facile



Balilage



Stationnement et départ : Parking du Trapan (au bord de la RN 98)

PARCOURS

Au parking du barrage, prendre la route du barrage qui longe le lac de retenue d'eau, bordée de mimosas.

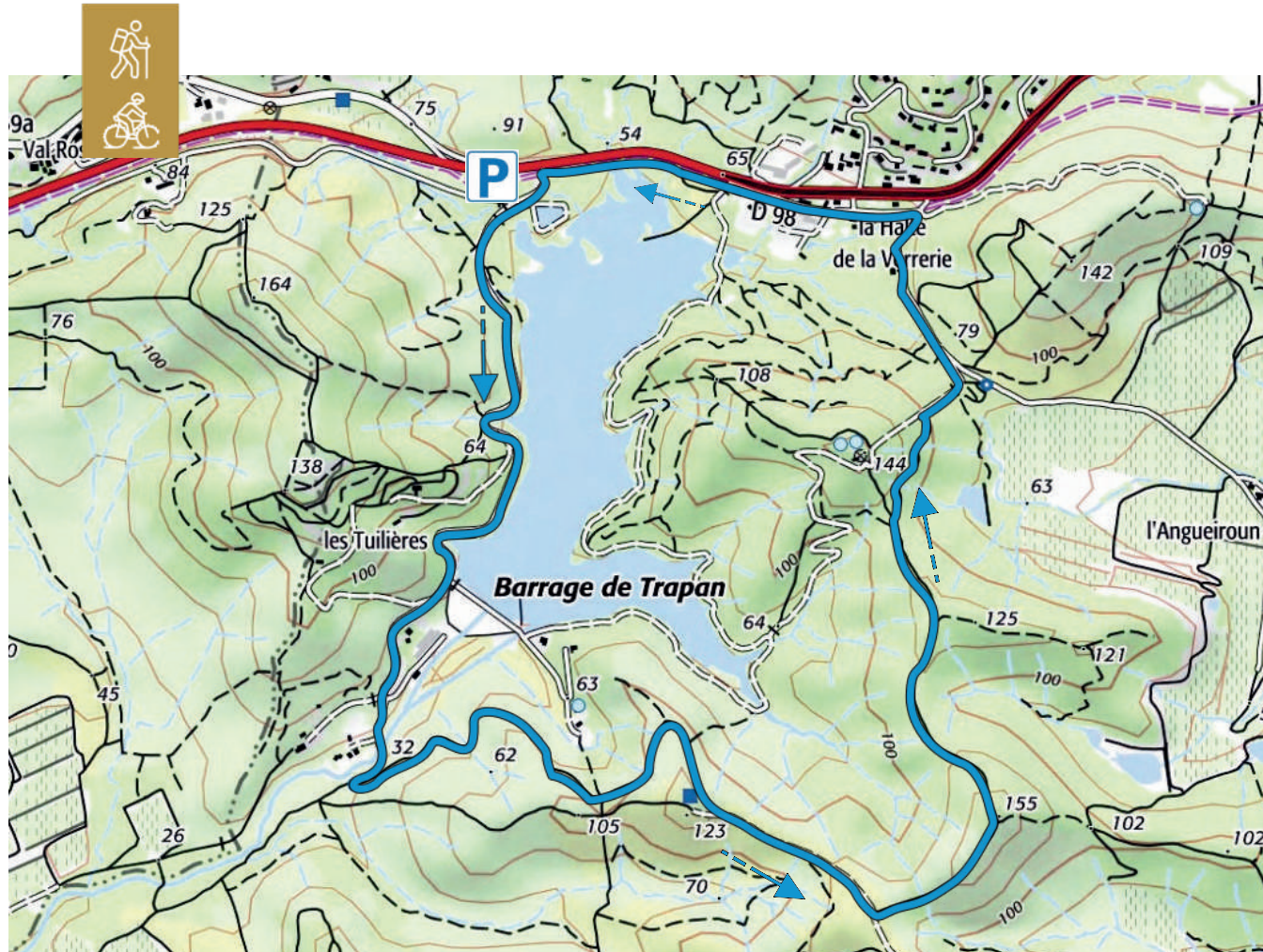
A la barrière DFCI, continuer sur la piste B86 (Brégançon) jusqu'à la "côte 137".

Descendre à gauche et remonter jusqu'au sommet le plus haut du circuit "côte 154".

 Panorama sur les îles d'Or, le Fort de Brégançon, la baie d'Hyères et la Presqu'île de Giens.

Continuer jusqu'au deuxième sommet surplombant le domaine viticole Angueiroun. Descendre, remonter et contourner à droite le mamelon. Continuer à descendre à droite jusqu'au terre-plein. Prendre à gauche la route bitumée sur 200 m (chemin de l' Angueiroun), à l'intersection emprunter à gauche la piste cyclable (chemin des Renoncules) qui longe la RN 98 jusqu'au parking.

Attention : Une portion de 1,5 km de sentiers est caillouteuse avec un dénivelé important.





Les hauts de Bormes

Bormes les Mimosas



13,5 km



5h20



+518 m



difficile



Balise



Stationnement et départ : Col de Gratteloup

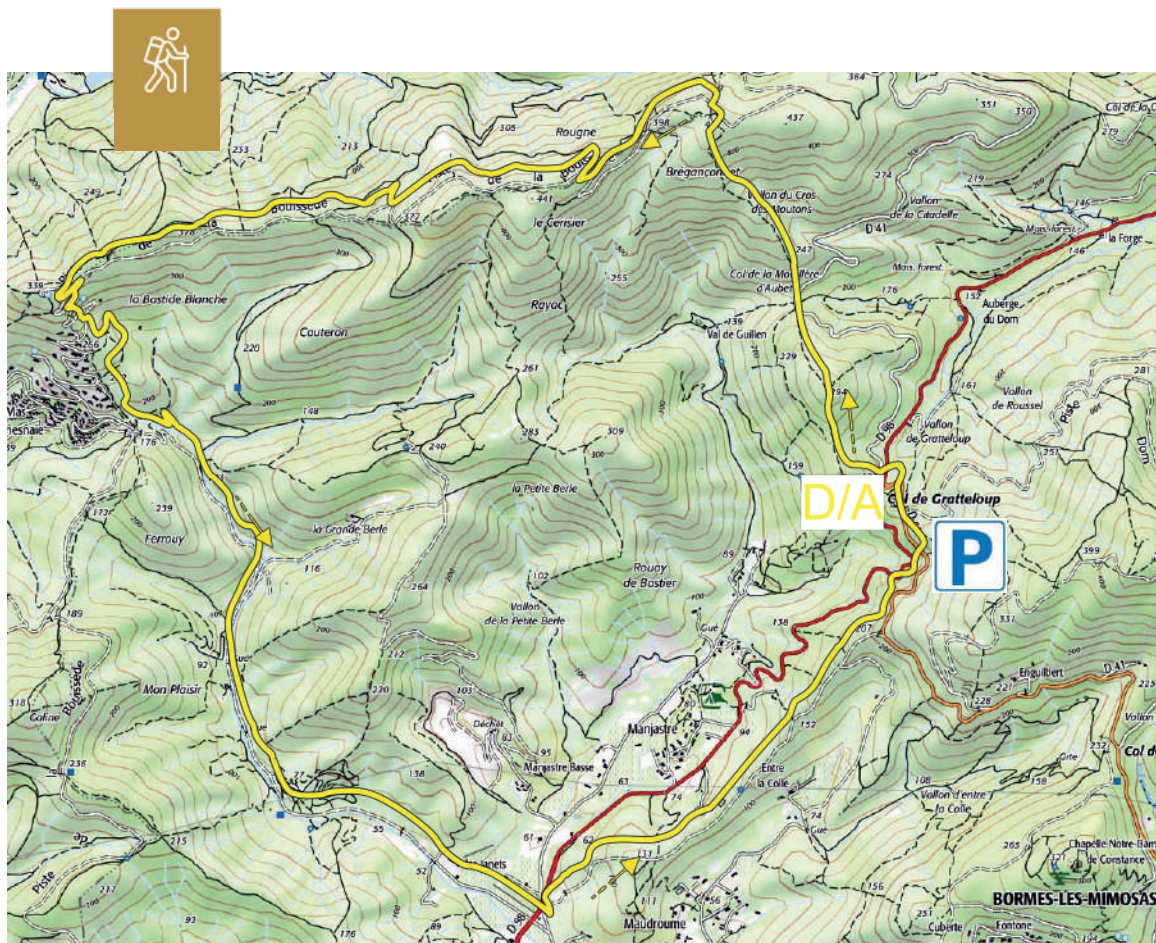
PARCOURS

A l'intersection de la D41 et de la N98, prendre derrière la balise SECURITE ROUTIERE "SOS" le chemin balisé (GR90-PR) qui monte. En haut, tourner à droite et monter jusqu'au petit promontoire.

 Panorama sur les îles d'Or, la côte, la Presqu'île de Giens.

Le sentier descend ensuite jusqu'à la route (D41), continuer sur celle-ci, jusqu'à la sortie de la courbe, la quitter pour monter à gauche (Col de la Mouillère) et déboucher sur un terre-plein (côte 432). L'itinéraire part à droite pour déboucher vingt mètres plus loin sur la large piste de la "Bouissède".

Quitter le GR et suivre le PR qui part à droite pour suivre à gauche la piste balisée qui descend à flanc de colline, surplombant la baie. Continuer sur la piste balisée qui tourne à gauche. Descendre à gauche la petite piste jusqu'à rencontrer un alignement de boxes. Tourner à gauche et s'engager sur la piste B74 de la Vernatelle. Cette piste descend et longe un ruisseau, à suivre tout droit. Passer le terrain de motocross, le restaurant continuer sur la route jusqu'à la N98. Tourner à gauche sur celle-ci, 100 mètres après, prendre à droite la traverse des Giroflées sur 30 m et prendre à gauche le chemin de terre qui monte derrière la barrière. Au sommet, passer sous la ligne moyenne tension et continuer à monter jusqu'à l'intersection avec le sentier. Prendre tout droit la piste balisée O-2. GR / PR qui monte jusqu'à la route (D 41), tourner à gauche sur celle-ci jusqu'au Col de Gratteloup.





Les trois cols

Bormes les Mimosas



15,6 km



6h20



+668 m



difficile



Balaise



Stationnement : Parking Saint-François

Départ : Office de tourisme du village

PARCOURS

Suivre le sentier GR 90 qui contourne l'Eglise St-Trophyme, passer devant le château, édifié au cours des XIII et XIV siècles classé monument historique, suivre le chemin de Constance, tourner à droite, montée des oratoires jusqu'à la chapelle Notre Dame de Constance.

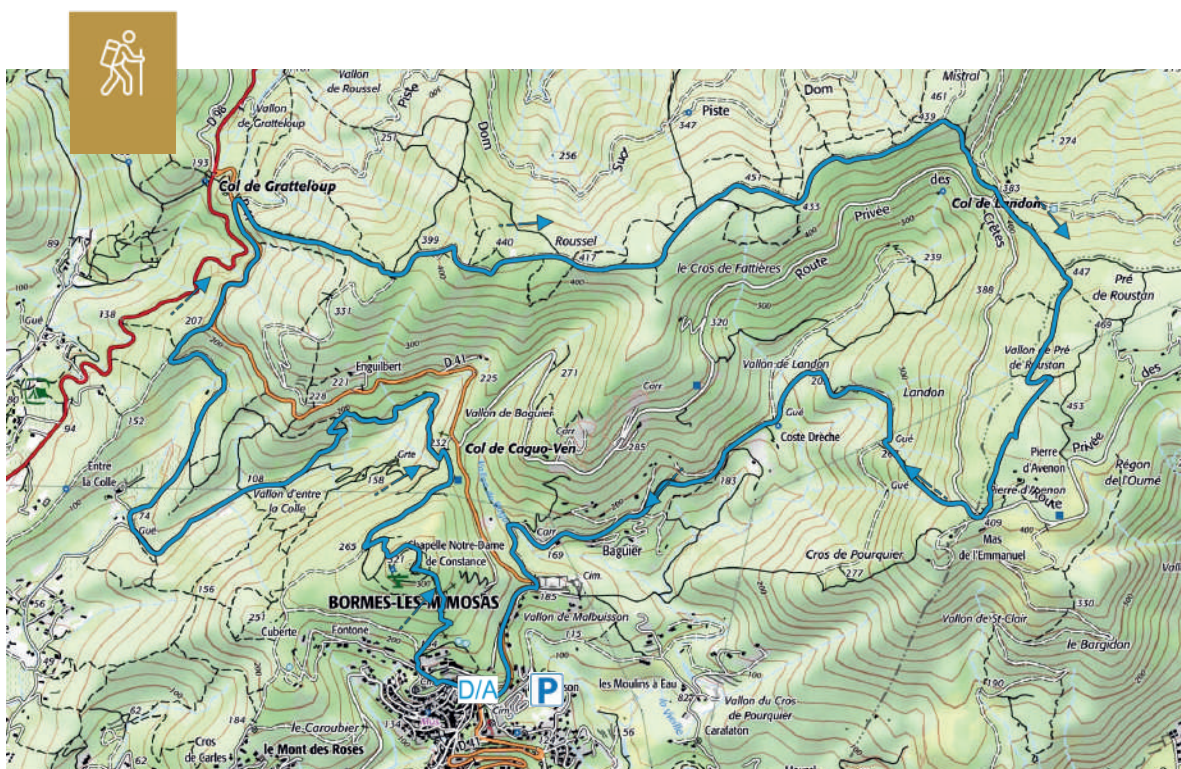
 Table d'orientation en contrebas à gauche de la chapelle.

Reprendre l'itinéraire en laissant la chapelle à droite, descendre la piste. A l'intersection, bifurquer à droite, passer sous la ligne HT et arriver au Col de Caguo-Ven.

Après la barrière, descendre à gauche puis à droite, suivre le sentier. Poursuivre jusqu'à l'entre colle et suivre la piste à droite le long d'un élevage de chien et d'un centre équestre jusqu'à la piste goudronnée. 20 mètres plus loin, emprunter le chemin à droite jusqu'à la D41 et la suivre jusqu'au Col de Gratteloup. Peu avant le col, quitter la route et laisser à gauche la piste Dom Sud A57. Prendre à droite la sente caillouteuse qui monte rudement sur 800 m. Le sentier débouche sur un surplomb, emprunter la piste droit devant qui arrive au col du Landon.

Quitter le GR 90, emprunter le sentier (entre la piste et la barrière) qui monte raide sur près de 400 m. Aller à droite et passer la ligne HT. Après un court virage à gauche, prendre à droite et arriver à l'intersection de la Pierre d'Avenon, point culminant de la région des Maures. Atteindre la route des crêtes. La longer à droite sur 100 m, bifurquer à gauche et descendre la sente en pente raide.

Aboutir à une piste, l'emprunter à droite, franchir un gué et passer une ruine. Laisser à gauche la citerne BLM 18, longer d'anciennes carrières, passer la ligne HT et arriver à la D41 (cimetière). La descendre par la gauche jusqu'au parking St-François.





La forêt du Dom

Bormes les Mimosas



16,5 km



5h40



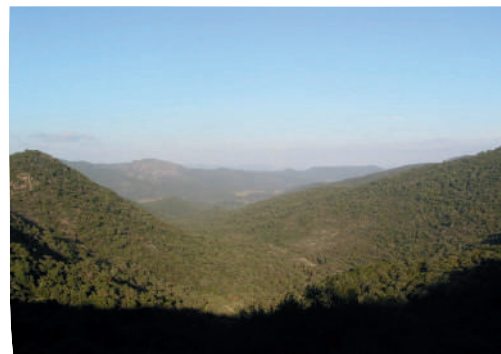
+340 m



difficile



Balisage



Stationnement et départ : Parking Bargean / Les Caunes

PARCOURS

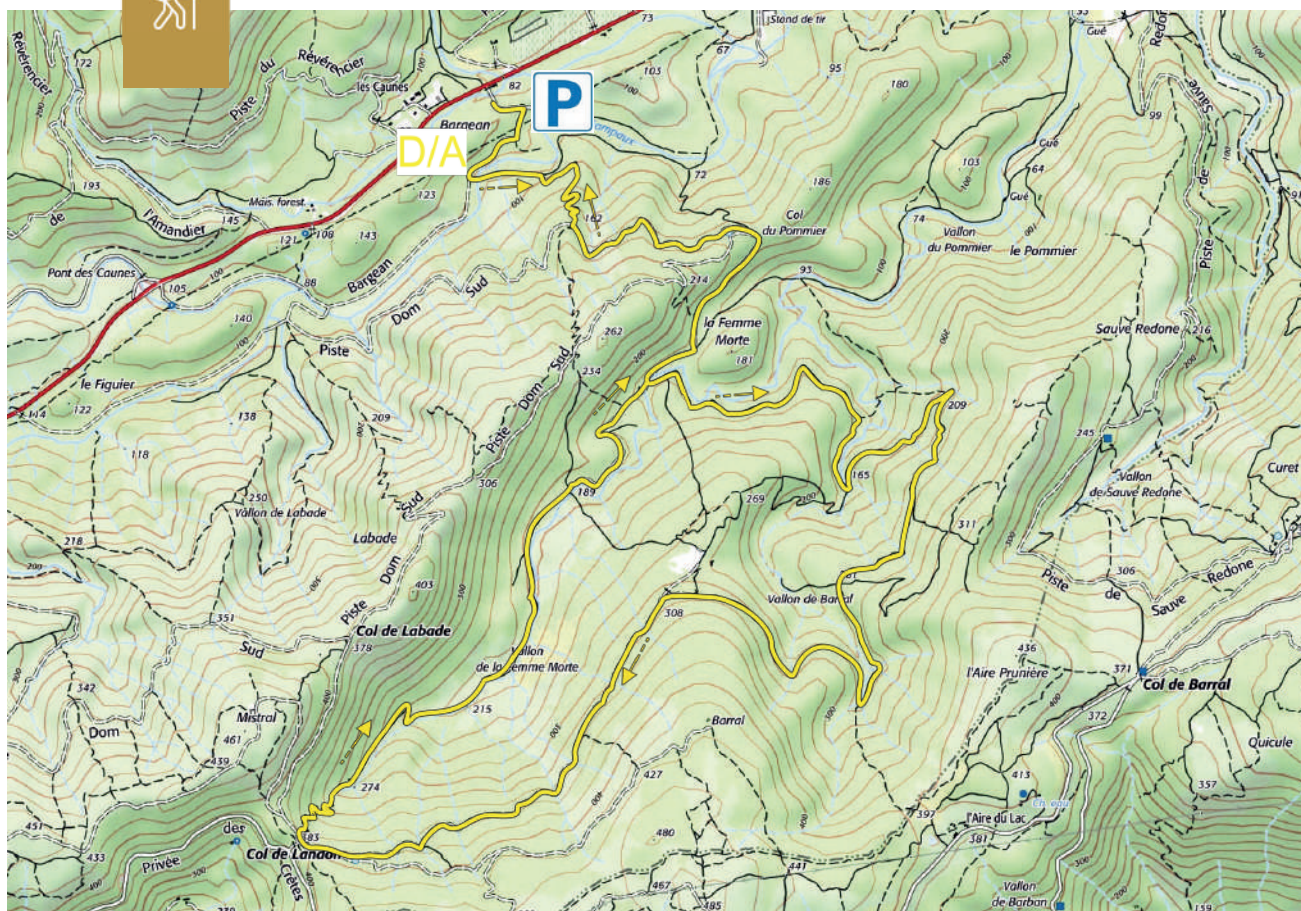
En face de la Maison ONF RUSCAS, l'itinéraire balisé GR90 et PR bleu emprunte à droite de la route la piste Bargean A59 qui monte en serpentant entre les chênes lièges.

Environ 800 mètres plus loin, l'itinéraire, quitte la piste et prend à gauche pour traverser un gué, 500 m après, monter à droite dans un sous-bois pour déboucher sur une piste.

Suivre à gauche la piste de Barral A61, jusqu'à un carrefour (panneau voie sans issue, côte 152) environ 1 h après le départ. Quitter le GR 90 et emprunter le grand chemin à gauche. Début en sous-bois. Légère montée entre les chênes lièges avant de déboucher, à flanc de coteaux, alternativement avec passages dans les clairières et sous-bois, jusqu'à une barrière (Col du Landon).

Prendre à droite, face à cette barrière, le petit sentier qui descend GR 90 PR bleu. Ce sentier descend en serpentant dans la forêt avant de déboucher, au fond de la vallée, sur une large piste à suivre tout droit jusqu'à un croisement déjà rencontré à l'aller (Col du Pommier).

Suivre tout droit le balisage jusqu'à la route. (N 98). Retour au point de départ.





Les sentiers du littoral

Hyères - La Londe les Maures - Bormes les Mimosas - Le Lavandou



Les Vieux Salins | Hyères - Port Miramar | La Londe les Maures



7 km
A/R



2h
A/R



+0 m



facile



Balisage



Balade en
famille



Plage de l'Argentière | La Londe les Maures - Le Fort de Brégançon
| Bormes les Mimosas



18 km
A/R



6h
A/R



+300 m



moyen



Balisage



Plage de la Favière - Cap Blanc | Bormes les Mimosas



14 km
A/R



5h
A/R



+179 m



moyen



Balisage



Promenade du bord de plage - Pointe de Gouron | Le Lavandou



2 km
A/R



0h30
A/R



+0 m



facile



Balade en
famille



Port du Lavandou - Plage de la Fossette | Le Lavandou



6 km
A/R



1h30
A/R



+0 m



facile



Balisage

📍 Entre criques et pinèdes, le sentier dévoile une Méditerranée préservée, vivante et infiniment bleue.





Les îles d'Or

Porquerolles - Port-Cros - Le Levant

L'île de Porquerolles

Circuit ouest :



10,5 km



3h



+250 m



moyen

Circuit de l'eau :



6,3 km



1h30



+100 m



facile

Circuit est :



7,3 km



2h20



+200 m



moyen

Balade des fruits d'or :



10 km
A/R



4h
A/R



+80 m



facile

L'île de Port-Cros

Tour de l'île :



16 km



6h



+425 m



difficile

Circuit des crêtes :



9 km



3h



+243 m



moyen

Circuit des forts :



12,3 km



4h



+338 m



moyen

En pleine nature sauvage :



4 km
A/R



2h
A/R



+100 m



facile

L'île du Levant

Balade au Levant :



4 km
A/R



4h
A/R



+130 m



difficile



Sentier botanique

Collobrières



4 km



1h45



+211 m



facile



Balisage



Balade en famille




Stationnement et départ : Parking du stade

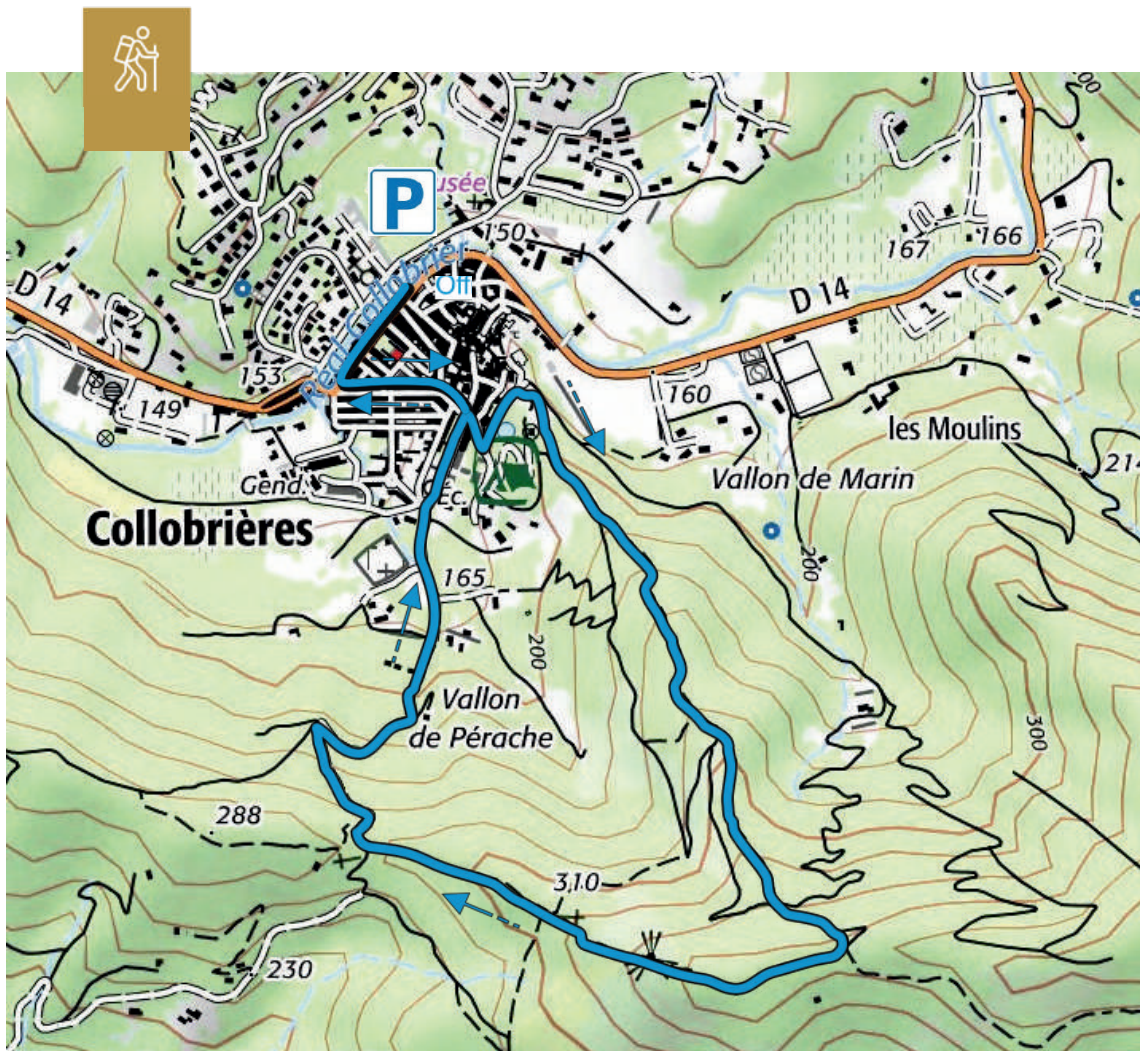
Le sentier serpente à travers des sous-bois ombragés, offrant une immersion apaisante dans la nature. De magnifiques points de vue se dévoilent, à travers une forêt remarquable de chênes lièges et châtaigniers du massif des Maures. Cette balade combine exploration botanique, panoramas et sérénité en forêt.

PARCOURS

Monter jusqu'à l'église Saint Pons cristallisée, située en haut du village médiéval de Collobrières, les 25 premières minutes présentent un dénivelé important.

 Aux ruines du moulin, profiter d'un point de vue sur le Vallon Malière et le gouffre du Desteou.

Traverser pistes et chemins jusqu'à l'oratoire Saint Pons. Parcourir le sentier des crêtes (GR90), puis redescendre jusqu'au village.





Sentier découverte

Collobrières



6,3 km



2h15



+149 m



moyen



Balisage



Balade en famille



Stationnement et départ : Parking du stade

Découverte du patrimoine naturel et culturel de Collobrières, village médiéval capitale des Maures, le plus important massif forestier du Var :

- Des forêts de chênes lièges et de châtaigniers issus de roches schisteuses sur son versant nord,
- Le maquis, parsemés de pins maritimes, pins parasols et pins d'Alep sur son versant sud.

Très joli circuit qui emprunte parfois le circuit botanique. Admirez les nombreux points de vue comme la châtaigneraie, le village et Notre Dame des Anges ainsi que la Sauvette.

PARCOURS

Sur les hauteurs du village, derrière l'église Saint Pons cristallisée, prendre le chemin à gauche puis continuer sur un minuscule sentier. Tourner immédiatement à droite en direction de l'antenne relais TV. L'itinéraire se déroule en sous-bois (rester bien à droite), retrouver une piste, immédiatement par un petit sentier à gauche qui s'élève régulièrement. Il récupère une piste, laisser le portail vert à votre droite et monter sur la piste.

Arrivé à un croisement de plusieurs chemins sur du plat, quitter le GR 90 pour se diriger à droite (chemin large) vers le moulin en ruine à 200 m.

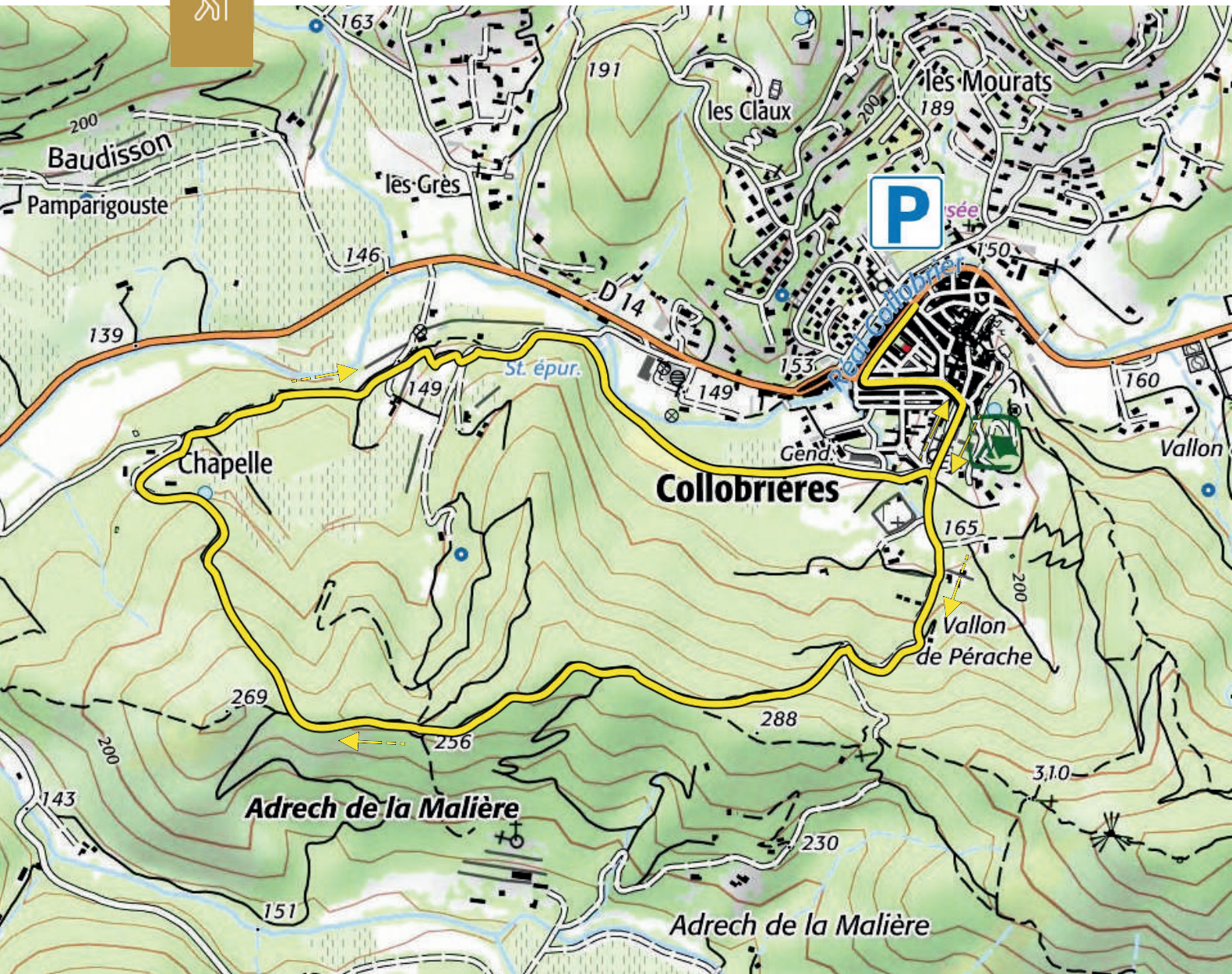


Point de vue sur le vallon de la Malière et le gouffre du Desteou depuis le moulin.

Reprendre le sentier qui descend vers l'ouest jusqu'à l'oratoire Saint-Pons. Continuer tout droit (vers l'ouest), en face en franchissant le talus, le sentier parcourt la crête jusqu'à une piste. Prendre à droite la piste sur route, continuer en face (un peu en contrebas) par le petit chemin qui remonte vers la crête (à gauche), traverser un muret de pierre puis, arriver à un collet où le sentier tourne légèrement à gauche dans les chênes-lièges, descendre et passer à droite d'un impluvium (réserve d'eau). Laisser le chemin qui descend à droite en filant tout droit, l'itinéraire poursuit ensuite à droite, descend et croise un autre chemin.

Prendre à droite puis à gauche avant le château d'eau, un petit sentier qui débouche sur un large chemin. Continuer à droite.

Au croisement suivant, passer tout droit le long des maisons, le chemin devenu étroit débouche sur une piste, tourner à gauche puis à droite à la station d'épuration. Continuer le chemin jusqu'à un pont puis l'église Notre Dame des Victoires, la contourner par la gauche et redescendre la rue Jean Jaurès pour rejoindre l'office de tourisme.





Chartreuse de la Verne

Collobrières PDIPR Le Lac



10,4 km



4h00



+468 m



moyen



Balisage



Stationnement et départ : Parking de la Chartreuse de la Verne, route de la Verne.

PARCOURS

Prendre à gauche en direction de la Chartreuse de la Verne en suivant la piste.



Vous pouvez observer une vue panoramique sur la Chartreuse que vous rejoindrez par une piste après environ 700 m.

Après avoir observé l'imposant édifice et sa majestueuse porte dont les piliers à la couleur verte caractéristique sont composés de Serpentine des Maures, continuez votre circuit en laissant ce dernier sur votre gauche jusqu'à une patte d'oie (intersection avec la piste des crêtes).

Poursuivez votre circuit en descendant sur votre gauche par la piste de Capelude au bord de laquelle vous pouvez observer des châtaigniers aux formes étranges.

Après quelques dizaines de mètres, vous passez à côté de la fontaine Font-Sainte. Continuez à descendre sur la piste de Capelude. Vous traversez le ruisseau du Règue du Pas du Loup ; vous recroisez ce dernier en contrebas du circuit là où ce dernier alimente, lors des crues, la retenue de la Verne.

Poursuivez jusqu'au panneau indicateur Capelude 2. À ce niveau, quittez la piste de Capelude pour un chemin en sous-bois qui vous conduira jusqu'à la retenue de la Verne.

Ce chemin est bordé d'une végétation caractéristique du massif des Maures (arbousiers, bruyères, chênes lièges).



Au bout d'environ 1 km, vous observez sur votre gauche de superbes restanques, vestiges d'une activité humaine passée, avant d'arriver sur la piste de la Verne qui longe la retenue du même nom.

Continuez votre circuit sur votre gauche en longeant la réserve de la Verne (passage du vallon de la Règue du Pas du Loup). Vous passez un portail et arrivez à une intersection avec la piste de Capelude sur votre gauche. Quelques mètres après cette intersection, prenez sur votre gauche un chemin assez caillouteux et pentu qui vous permet de rejoindre la piste de Capelude par un agréable sous-bois ombragé (environ 2 km). Sur la fin de ce dernier, vous passez sous un boisement d'eucalyptus à l'odeur si caractéristique. Vous arrivez alors sur la piste de Capelude et n'avez plus qu'à suivre cette dernière sur votre droite en direction de la Chartreuse pour rejoindre votre zone de départ.

La Chartreuse de la Verne

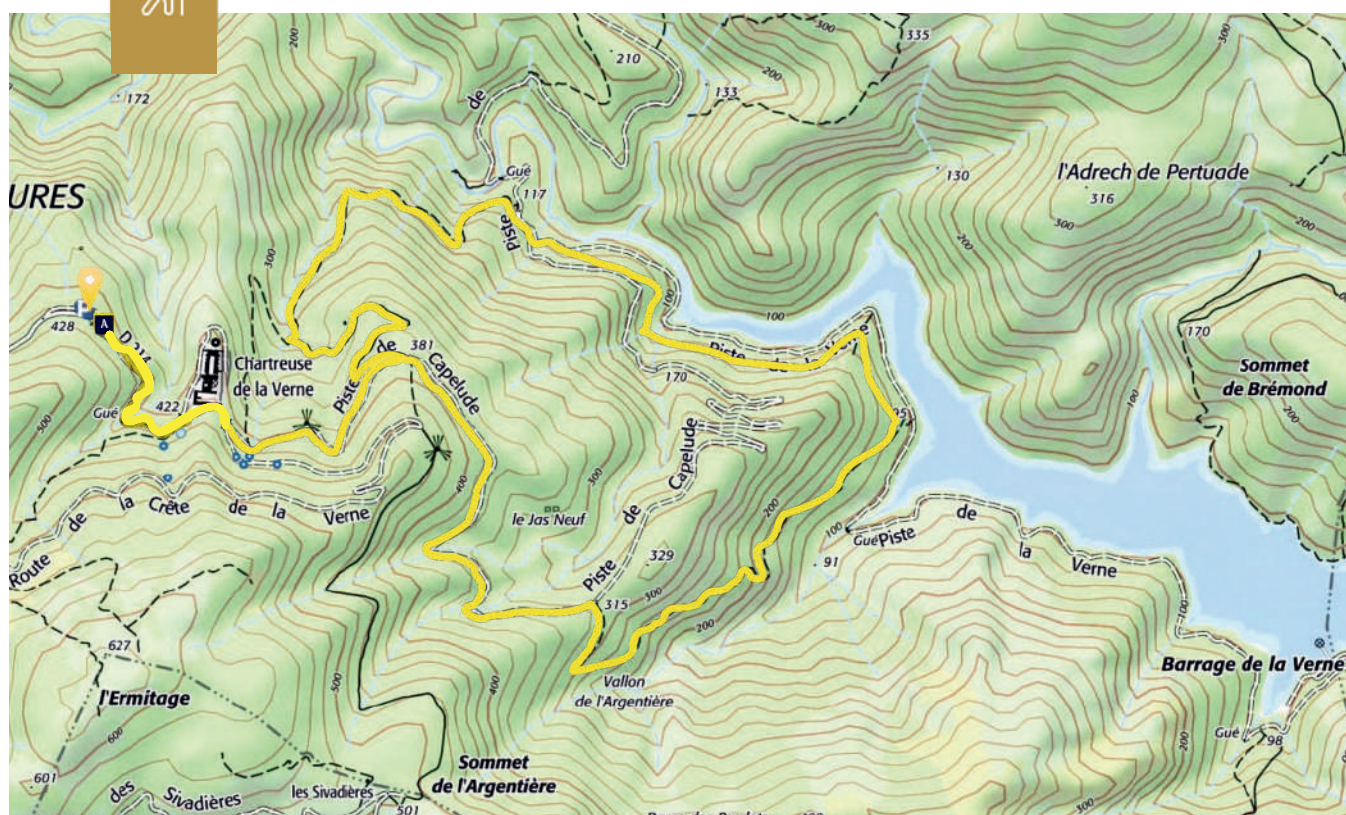
Fondée en 1170 sur les vestiges d'un ancien prieuré, la Chartreuse de Notre-Dame de la Verne a été éprouvée par le temps : trois incendies, des pillages et la Révolution de 1792 l'ont réduite en ruines et forcée ses moines à fuir.

Abandonné, le lieu est progressivement restauré à partir de 1968 par l'association Les Amis de la Verne.



En 1986, une trentaine de moniales de Bethléem y réintroduisent une vie spirituelle, transformant la Chartreuse en un espace de paix dédié au silence, à la prière et au travail en ermitage.

Aujourd'hui, une partie du monastère est ouverte au public, offrant la découverte de la porterie, de la boulangerie, d'une cellule de moine et de l'église romane du XIIe siècle, dans le respect mutuel et le silence.





Baisse du Castellas

Pierrefeu du Var



17,3 km



6h



+352m



moyen



Balisage

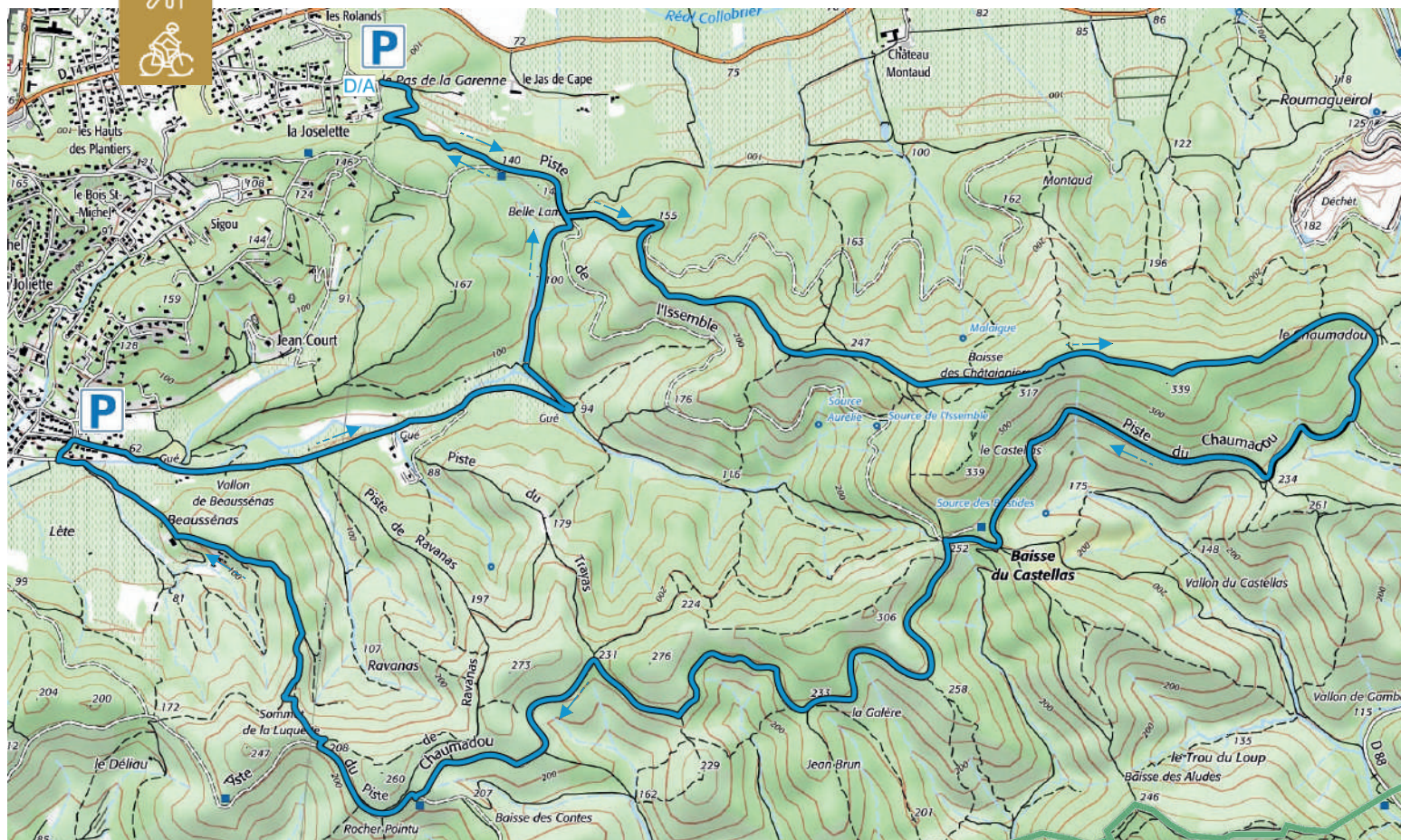


Stationnement : Parking du gymnase du Pas de la Garenne, chemin de la Joselette.

Départ : La Joselette



Panorama sur le Coudon, Notre-Dame des Anges, les Barres de Cuers. De la forêt à perte de vue et des panoramas superbes depuis les sommets.





Col de la Bigue - L'Allamande

Cuers



8,3 km



3h35



+437m



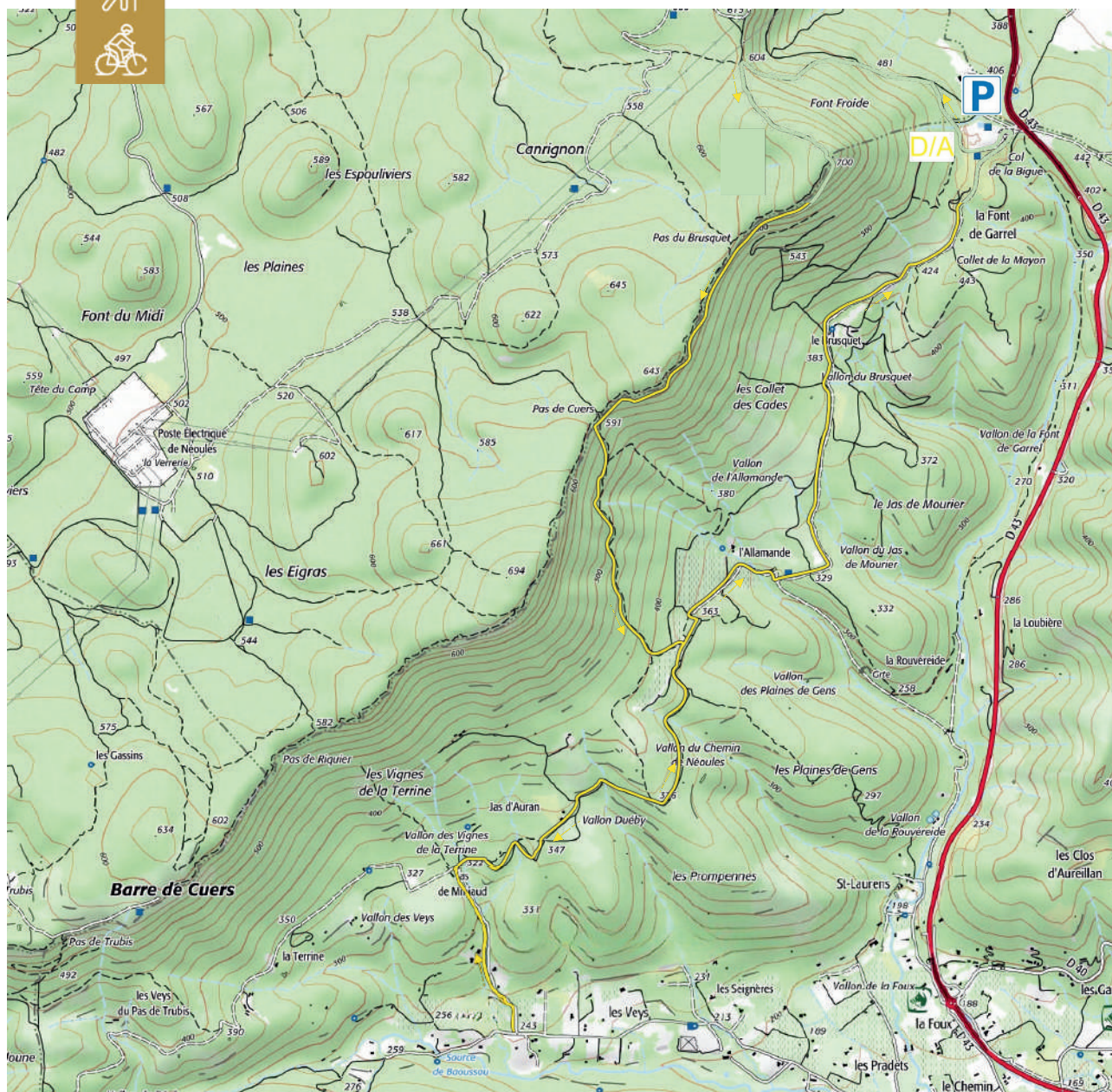
difficile



Balissage



Stationnement et départ : Col de la Bigue.





Les Tournels

Cuers



10,1 km



3h40



+279 m



moyen



Balisage



Stationnement et départ : Parking du cimetière de Cuers, rue du Souvenir Français.

PARCOURS

Depuis parking, tourner à gauche route de Valcros, passer sous l'Aqueduc des Cinq-Ponts, puis à droite chemin de Saint-Eutrope, à droite chemin Les Regagnades.

Continuer la montée en lacets sur le grand chemin. Au croisement du Pérussier, prendre à droite.



Vue sur les Barres de Cuers.

Rejoindre le carrefour de la citerne. Emprunter le petit chemin à droite devant la citerne, descendre dans le Vallon du Réal.

A la fourche, prendre le chemin à gauche CR de Belgentier, poursuivre sur la route CR des Veys





Notes

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



© crédit photo - Tribe Sport Gr



OFFICE DE TOURISME INTERCOMMUNAL DE MEDITERRANEE PORTE DES MAURES

LA LONDE LES MAURES

Port Miramar

60, boulevard du Front de Mer, 83250 La Londe les Maures

+33 (0)4 94 01 53 10 - bienvenue@mpmtourisme.com

www.mpmtourisme.com

CUERS

Place de la Convention, 83390 Cuers

+33 (0)4 94 48 56 27 - cuers@mpmtourisme.com

COLLOBRIERES

Boulevard Charles Caminat, 83610 Collobrières

+33 (0)4 94 48 08 00 - collobrieres@mpmtourisme.com

PIERREFEU DU VAR

20, boulevard Henri Guérin, 83390 Pierrefeu du Var

+33 (0)4 94 28 27 30 - pierrefeu@mpmtourisme.com



OFFICE DE TOURISME ET DES LOISIRS DE BORMES LES MIMOSAS

VILLAGE MÉDIEVAL

1, place Gambetta, 83230 Bormes les Mimosas

+33 (0)4 94 01 38 38 - mail@bormeslesmimosas.com

www.bormeslesmimosas.com

LA FAVIÈRE (PORT)

319, boulevard du Front de Mer, 83230 Bormes les Mimosas

+33 (0)4 94 64 82 57 - lafaviere@bormeslesmimosas.com



OFFICE DE TOURISME DU LAVANDOU

153, quai Gabriel Péri, 83980 Le Lavandou

+33 (0)4 94 00 40 50 - info@ot-lelavandou.fr

www.ot-lelavandou.fr