

- | 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

Entre terre et mer - 10 km - p.7

Le Gaoutabry - 7,2 km - p.8

Le Rouay de la Cabre - 9,2 km - p.10

Sentiers du littoral - p.17

## À Bormes les Mimosas

Notre Dame de Constance - 3,9 km - p.12

Autour du lac du Trapan - 5,8 km - p.13

Les hauts de Bormes - 13,5 km - p.14

Les trois cols - 15,6 km - p.15

Fôret du Dom - 16,5 km - p.16

Sentiers du littoral - p.17

## Au Lavandou

Sentiers du littoral - p.17

## Sur les îles d'Or

Île de Porquerolles - p.18

Île de Port-Cros - p.18

Île du Levant - p.18

## À Collobrières

Sentier botanique - 4 km - p.19

Sentier découverte - 6,3 km - p.20

Chartreuse de la Verne - 10.4 km - p.22

Notre Dame des Anges - 20.6 km - p.24

Les menhirs du plateau Lambert - 10 km - p.25

## À Pierrefeu du Var

Baisse du Castellas - 17,3 km - p.26

Les Périers - 16.7 km - p.27

Le Crapaud - 19.3 km - p.28

## À Cuers

Les Tournels - 10,1 km - p.29

Col de la Bigue - L'Allamande - 8,3 km - p.30

De Cuers à Ste Christine - 8,4 km - p.31

# 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 :



# 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 aider, faites un don sur [www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr) ou contactez nos bénévoles. L'association est reconnue d'utilité publique.

La Fédération Française de la Randonnée Pédestre (FFRandonnée) œuvre pour le développement de la randonnée pédestre en France, tant pour ses pratiquants que pour le territoire. Elle est reconnue d'utilité publique et regroupe au total plus de 2000 bénévoles (clubs, associations, sections et sections-branches). La FFRandonnée est membre de l'Union Sportive Française (USF) et de l'Union Française des Associations de Tourisme et de Loisirs (UFTL).

# LES 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 forestiers 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 juin au 1er octobre**.

En savoir plus :

[www.risque-prevention-incendie.fr/var/](http://www.risque-prevention-incendie.fr/var/)



## FOSIVA



L'application française de prévention des risques ! FOSIVA vous informe en temps réel sur les fermetures de massifs, le risque d'incendie, les vigilances météo et les crues dans 13 départements méditerranéen.

Téléchargez gratuitement FOSIVA sur Google Play ou App Store

## PETIT POINT MÉTÉO



Pensez à vérifier le temps qu'il fera avant votre sortie vélo ! Nous vous conseillons de consulter le bulletin météo auprès des offices de tourisme ou sur [www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)

## NUMÉRO D'URGENCE



# 112

(Attention : zones de non réception sur certains sentiers)



Avec ou sans couverture réseau, l'application mobile **SURICATE** vous permet de signaler les problèmes rencontrés lors de vos activités.

Effectuer un signalement avec l'application mobile est simple !

Localisez le problème, remplissez le formulaire, ajoutez une ou plusieurs photos et envoyez.

Ne partez pas sans !



# Entre terre et mer

La Londe les Maures



10 km



2h55



+20 m



facile




Balisage



Balade en famille



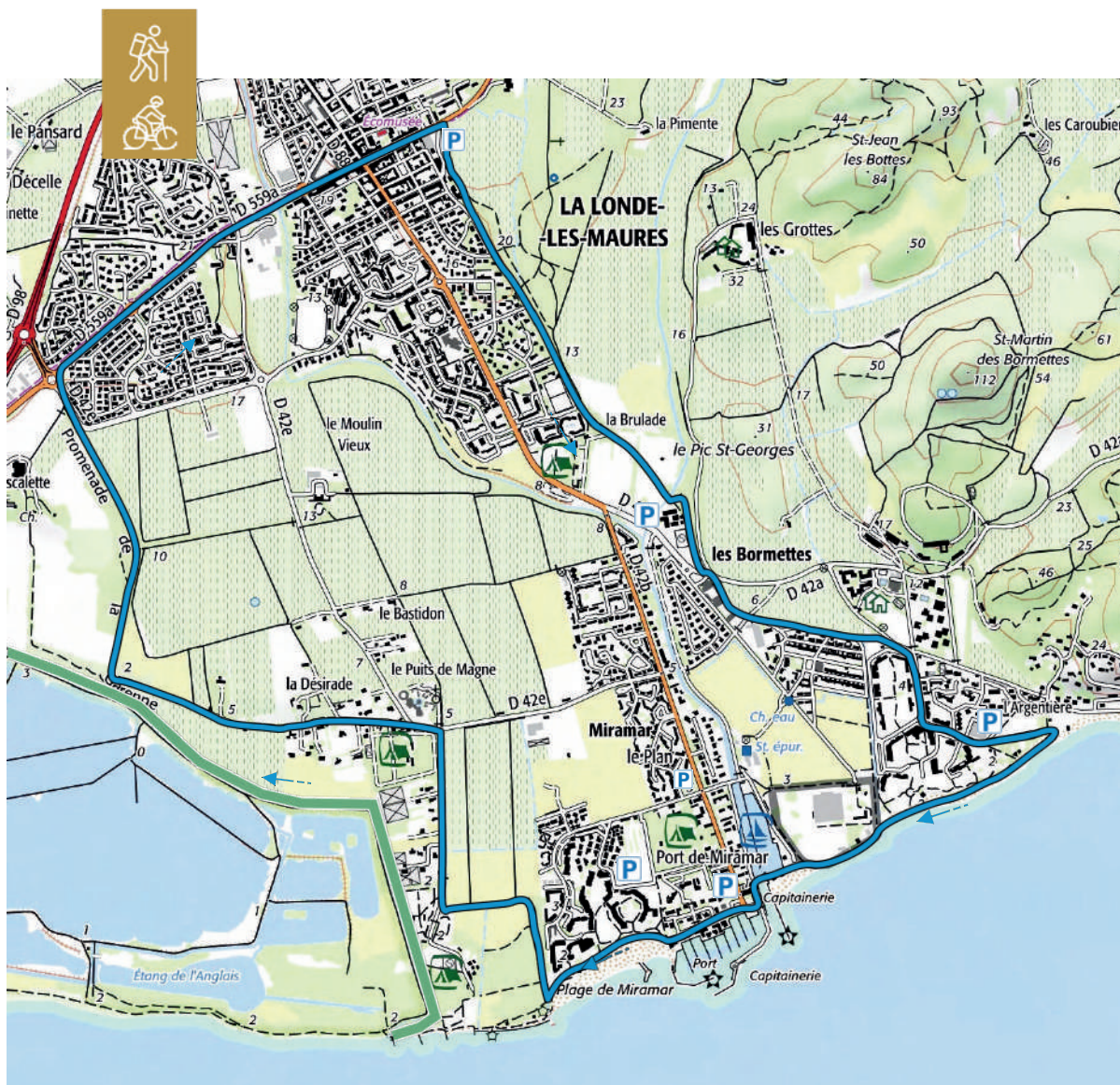
Stationnement et départ : depuis le village, le port ou les plages indifféremment (tour complet ou aller-retour sur un des sentiers).

 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 !



# 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

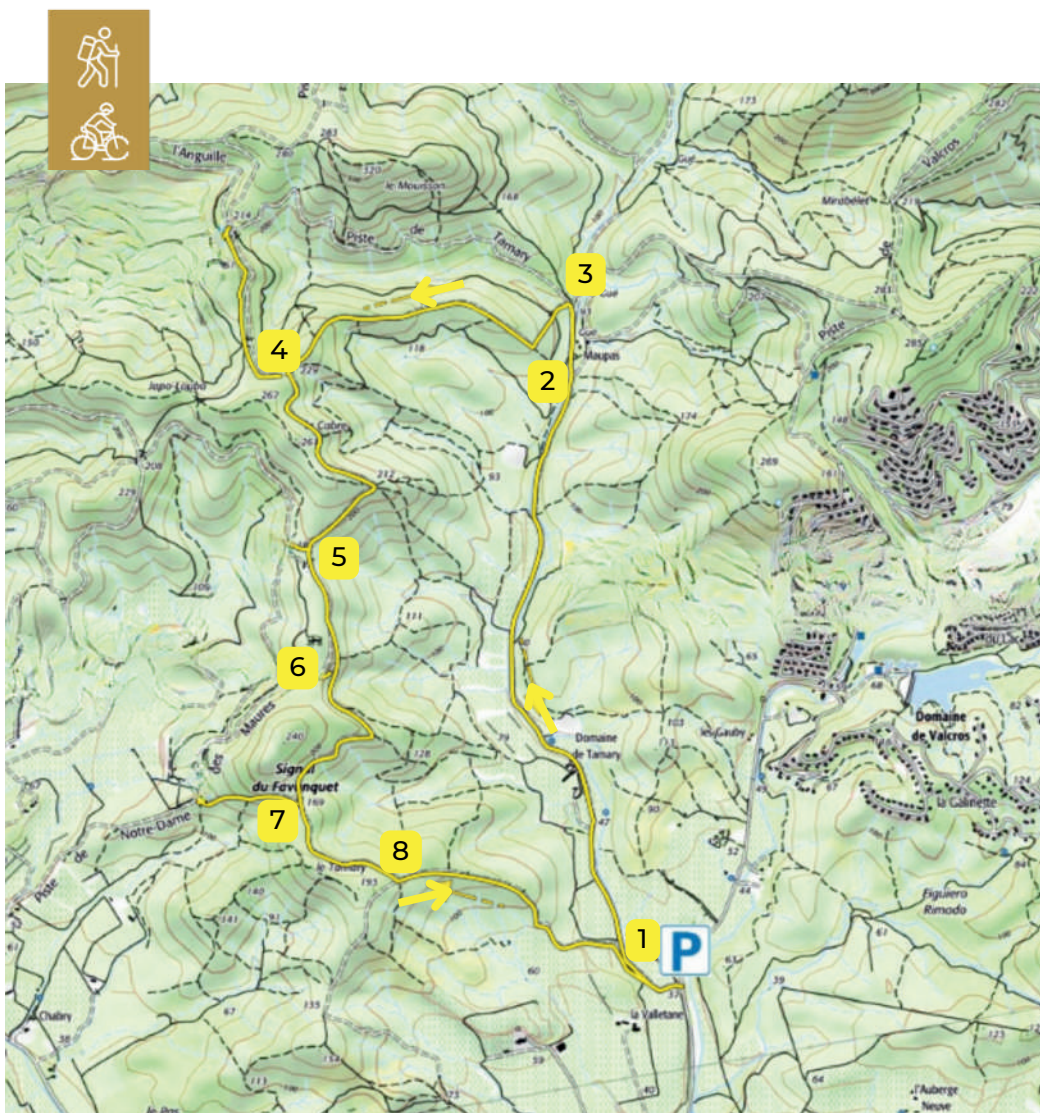
1. Franchir un portail, suivre la piste B98, laisser sur la gauche la piste B104 (piste de retour). Longer le ruisseau qui se trouve à droite près du domaine viticole de Tamary, passage canadien. Passer sur un pont avec le ruisseau maintenant sur la gauche jusqu'à atteindre une intersection.
2. En face 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 Favanquet » 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<sup>ème</sup> 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.





# Notre Dame de Constance

Bormes les Mimosas



3,9 km



1h40



+190 m



facile



Balisage

Stationnement : Parking Saint-François

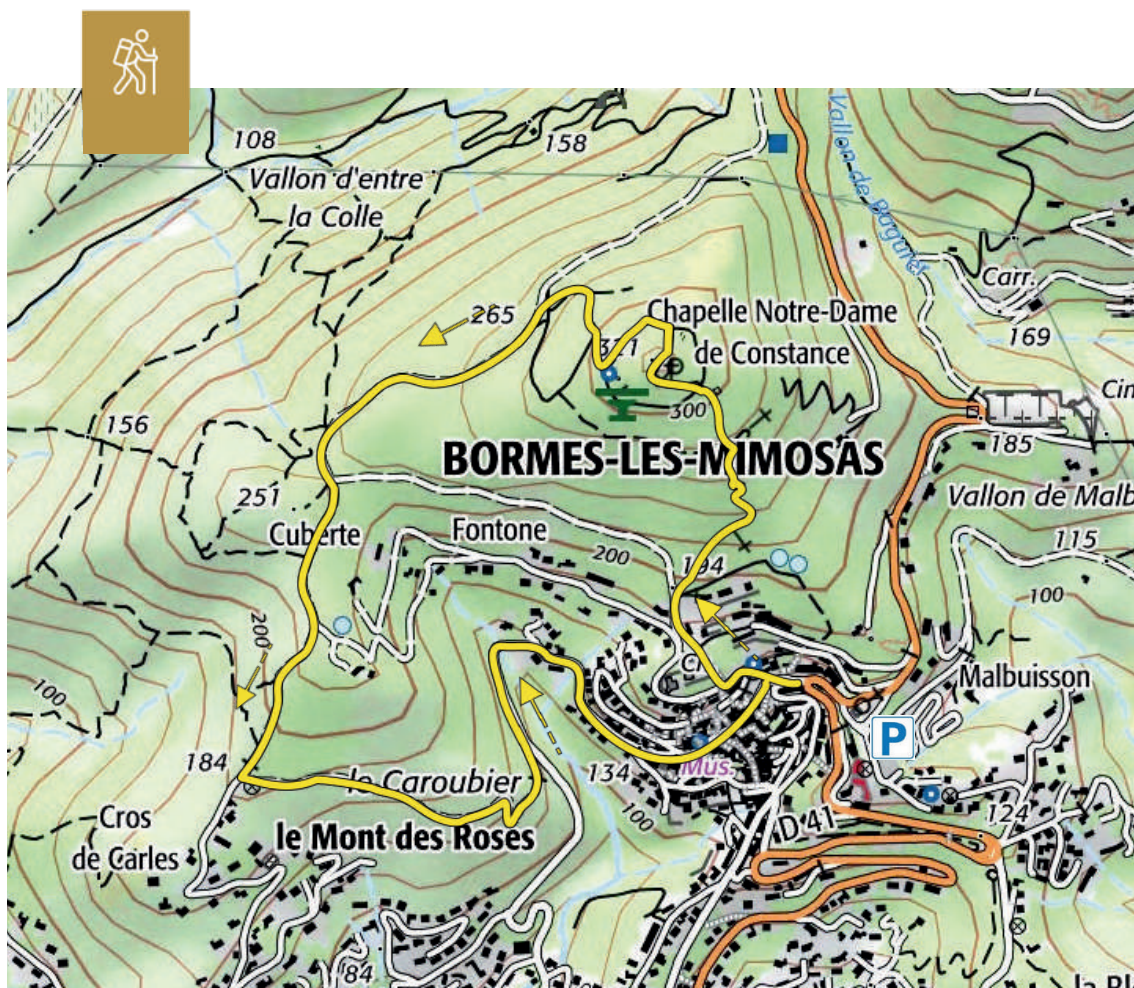
Départ : Office de tourisme du village

## 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.

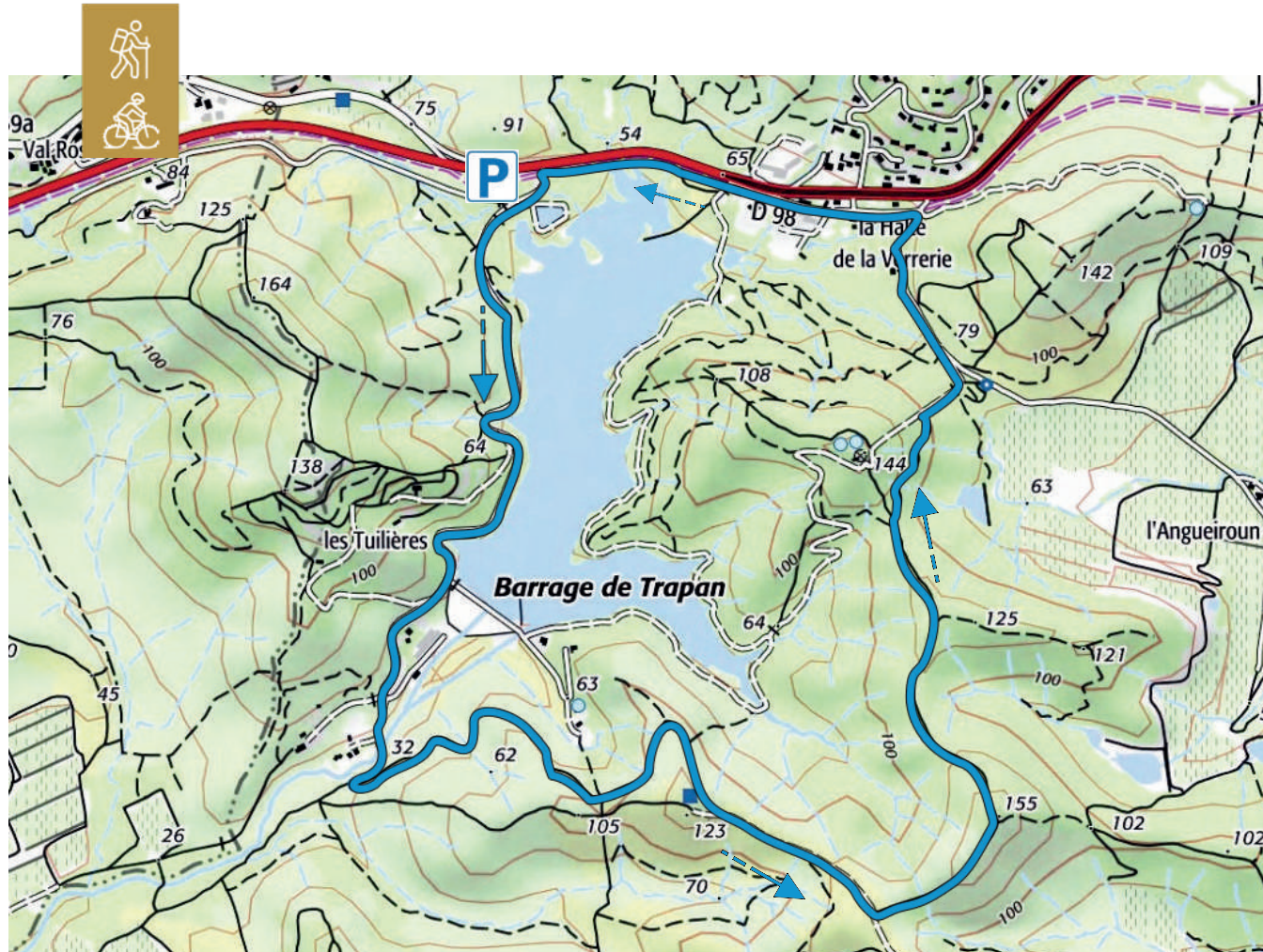
A la barrière DFCl, continuer sur la piste B86 (Brégançon) jusqu'à la "côte 137".

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



Balilage

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



Balilage

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.

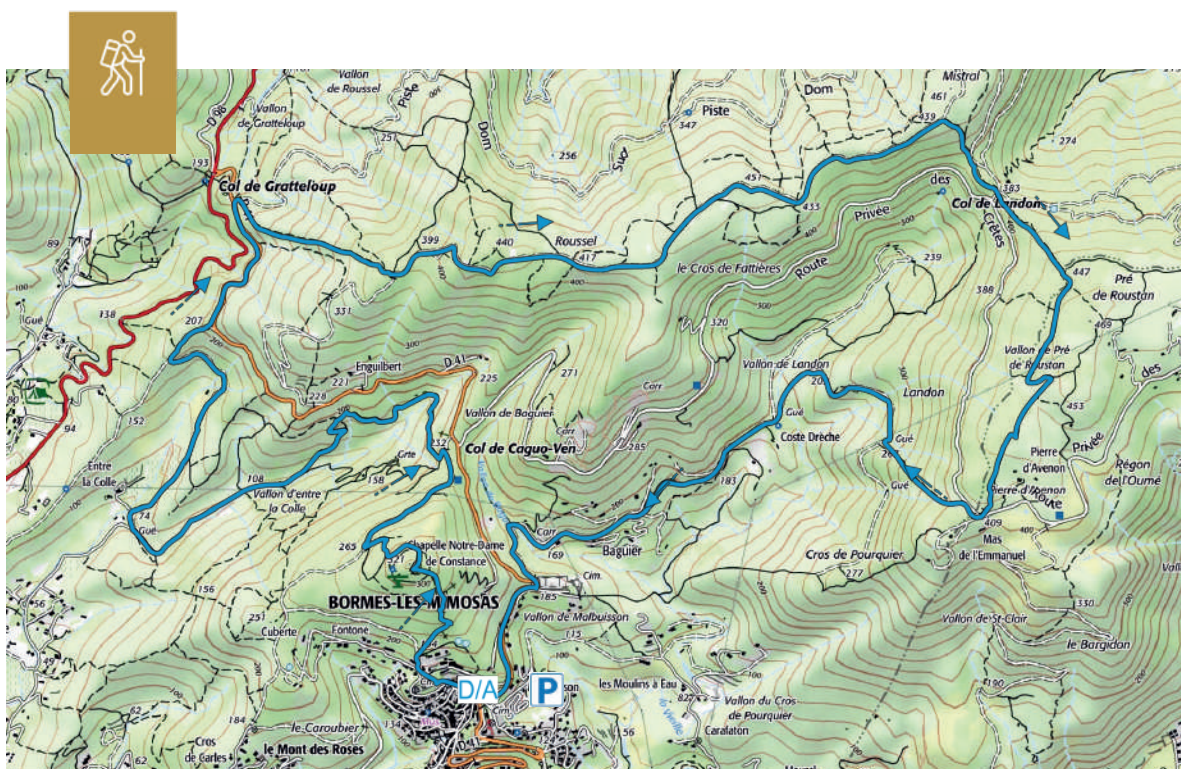
 Table d'orientation en contrebas à gauche de la chapelle.

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.

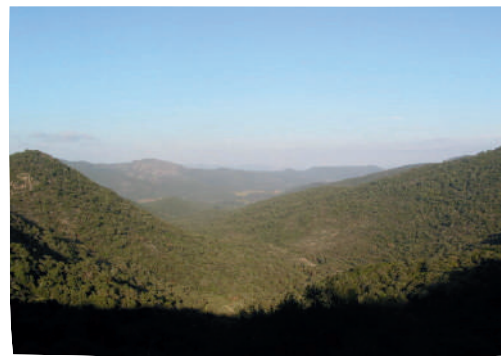
Quitter le GR 90, emprunter le sentier (entre la piste et la barrière) qui monte raide sur près de 400 m. Aller à droite et passer la ligne HT. Après un court virage à gauche, prendre à droite et arriver à l'intersection de la Pierre d'Avenon, point culminant de la région des Maures. Atteindre la route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



Balissage

Stationnement et départ : Parking Bargean / Les Caunes

## PARCOURS

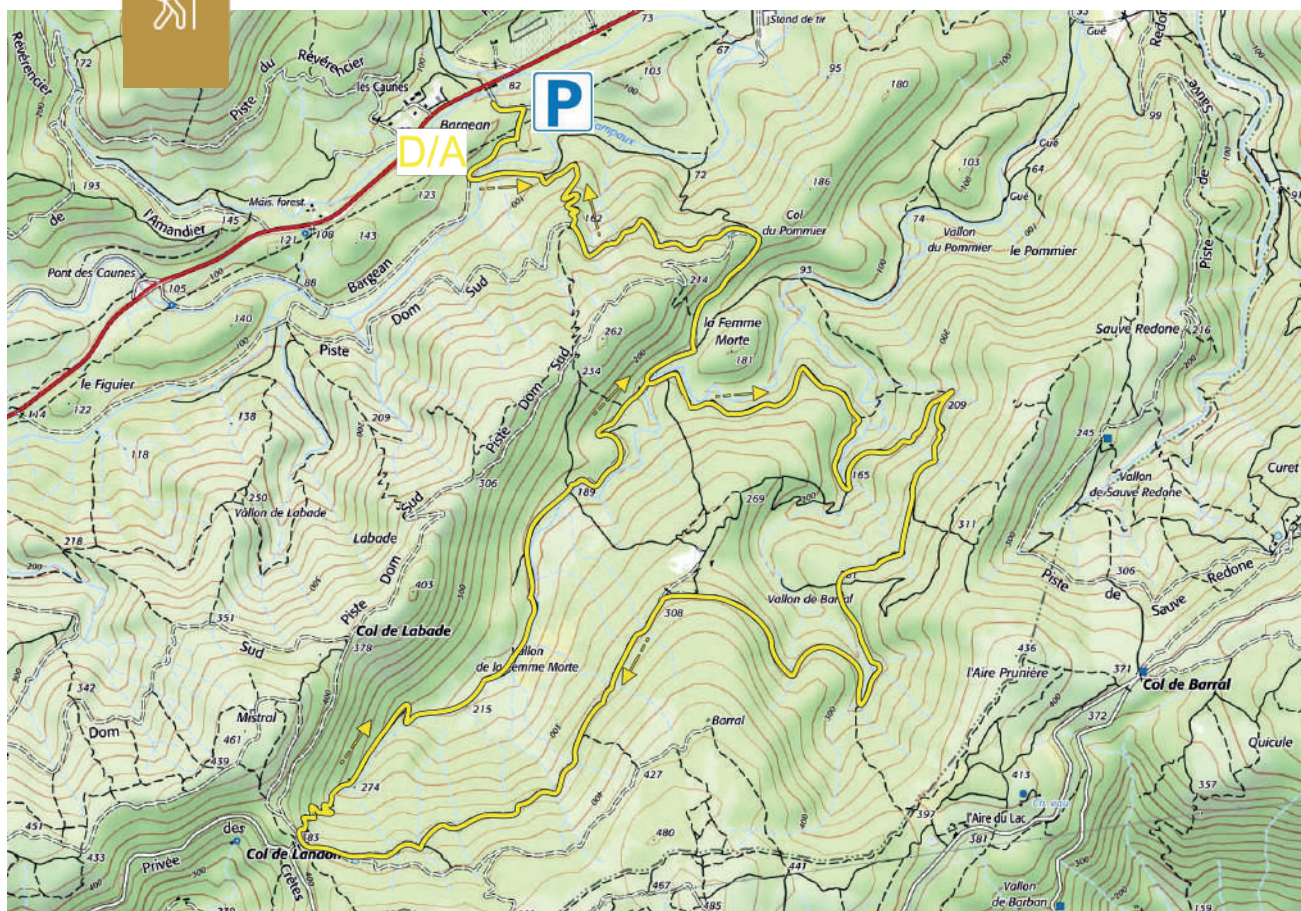
En face de la Maison ONF RUSCAS, l'itinéraire balisé GR90 et PR bleu emprunte à droite de la route la piste Bargean A59 qui monte en serpentant entre les chênes lièges.

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



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



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



# 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



moyen



Balisage

Stationnement et départ : Parking du stade

Cette randonnée est parsemée d'information historique et botanique, ainsi que de vues exceptionnelles sur les environs.

## PARCOURS

Revenir vers le village en longeant la rivière, jusqu'à la rue Jean-Jaurès et monter vers Parc Saint-Roch pour rejoindre le site Saint-Pons.

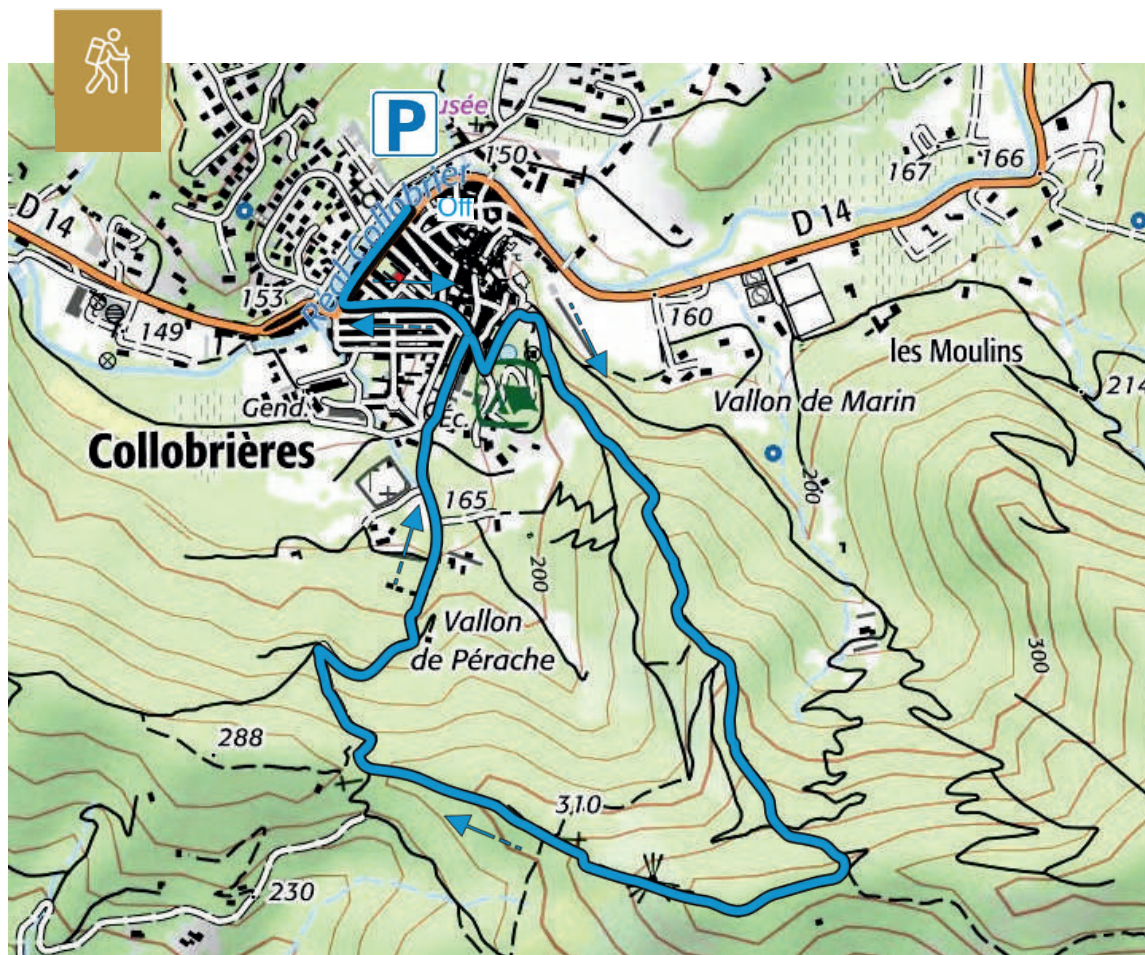
Suivre la piste en terre au-dessus du site Saint-Pons, puis le petit sentier fléché qui part sur la droite. Continuer tout droit, rejoindre brièvement une piste en terre jusqu'à une bifurcation et prendre à gauche, sur le sentier fléché. Continuer sur ce sentier, qui monte progressivement, et est assez escarpé par endroit.

Continuer sur ce sentier, jusqu'au replat avec un portail sur la droite, suivre le fléchage sur la gauche, puis remonter à droite. Au prochain croisement, monter à droite.

Au prochain replat, le sentier botanique quitte le GR90. Prendre le chemin fléché sur la droite.

Continuer tout droit et passer à côté d'un ancien moulin. Continuer sur ce chemin.

Au niveau de l'oratoire, continuer en face, sur le chemin fléché. Plus loin, descendre les escaliers en bois puis continuer la descente à droite sur cette piste (chemin du Pilon) qui redescend au village, en passant à côté de la châtaigneraie municipale.





# Sentier découverte

Collobrières



6,3 km



2h15



+149 m



moyen



Balisage



Stationnement et départ : Parking du stade

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

## PARCOURS

Traverser le village en longeant la rivière, puis monter la rue Jean Jaurès, en face du Pont-Neuf, jusqu'à la place Général De Gaulle.

Passer entre l'église N.D. des Victoires et l'école et continuer tout droit. Prendre, au bout, la montée bétonnée : chemin du Pilon. Cette montée est assez raide.

Passer à côté de la châtaigneraie municipal, et continuer de monter. Un « escalier » part sur la gauche, en face un sentier part sur la droite.

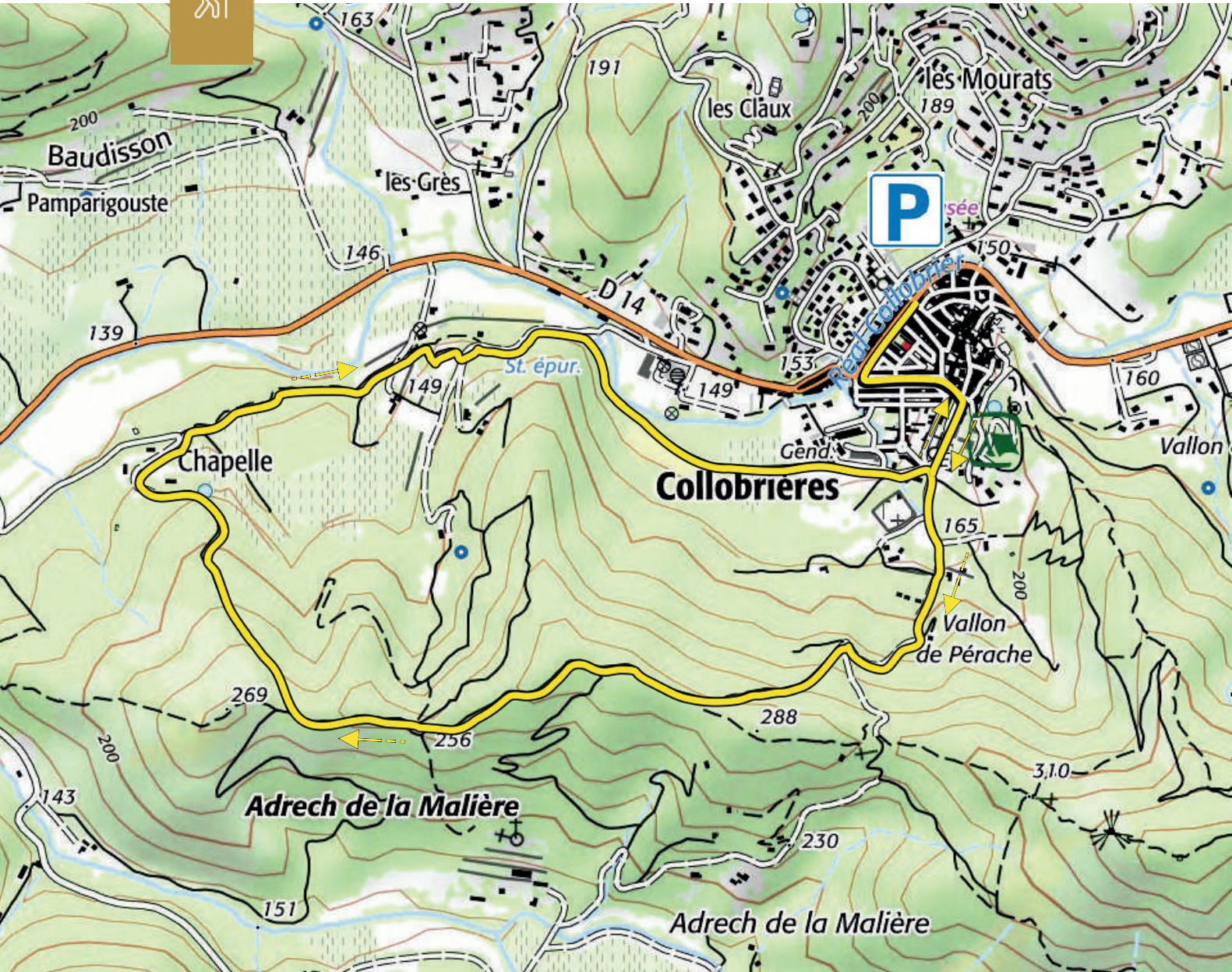
Prendre le sentier de droite. Ce petit sentier est assez escarpé au début.

Continuer sur ce petit chemin, qui s'élargit au fur et à mesure jusqu'à devenir une piste, bordée de chênes lièges et arbousiers, et passer à côté de l'impluvium.

Avec plusieurs passages en crête, il y a une vue dégagée sur le vallon de la Malière ainsi que sur le village de Collobrières.

Après une descente serpentant à travers un hameau, prendre à droite, aux boîtes aux lettres, le chemin fléché. Le retour est bordé de vignes et de sous-bois.

Rester sur le chemin fléché pour revenir au village en passant à côté de l'arboretum. Le sentier se termine à la gendarmerie, continuer tout droit pour revenir à l'église N.D des Victoires.





# 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

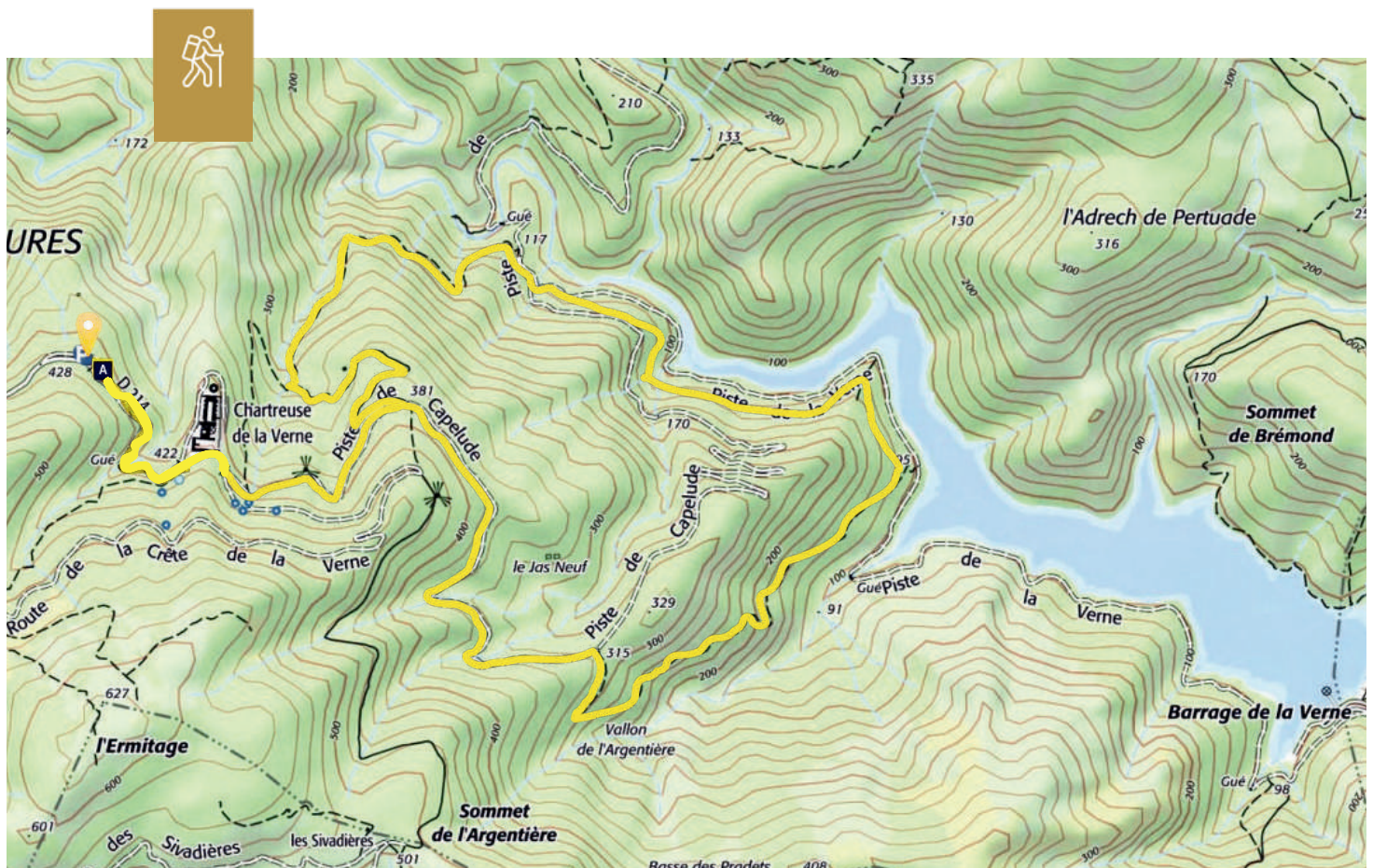
Fondée en 1170 sur les vestiges d'un ancien prieuré, la Chartreuse de Notre-Dame de la Verne a été éprouvée par le temps : trois incendies, des pillages et la Révolution de 1792 l'ont réduite en ruines et forcée ses moines à fuir.

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.





## Notre Dame des Anges

Collobrières



20.6 km



7h



+640 m



difficile




Balisage  
GR

Stationnement et départ : Parking du stade (entrée Est du village)..

### PARCOURS

Depuis le parking du stade, rejoindre l'Office de tourisme (boulevard Caminat), traverser le Pont vieux en direction de la Confiserie Azurée puis tourner à droite et suivre le GR90 Notre Dame des Anges.

 Ce sentier de grande randonnée qui traverse le massif et vous mènera vers la Chapelle Notre Dame des Anges d'où vous profiterez d'une vue imprenable sur la Presqu'île de Giens, les îles d'Or et la rade de Toulon,

Cette Chapelle culmine à 768 sur le deuxième sommet le plus haut du Var. Pour y accéder, vous randonnerez pendant plus de 7h (A/R) sur un chemin avec un important dénivelé.

Redescendez ensuite en réempruntant le GR90 pour retrouver le village de Collobrières.

### Notre Dame des Anges

Monastère situé à 17 km de Collobrières en direction de Gonfaron.

La chapelle actuelle date de 1844 et abrite des ex-voto parfois surprenants, certains très anciens (XVIIème siècle).

Elle est située sur un des plus hauts sommets du Massif des Maures, d'où vous pourrez découvrir un magnifique panorama sur les îles d'Or, les Alpes et parfois la Corse.





## Les menhirs du plateau Lambert

Collobrières



10 km



4h



+322m



moyen



Balisage  
GR

Stationnement : Parking du stade (entrée Est du village)  
Départ : Depuis les ruines de l'Eglise Saint Pons

### PARCOURS

Voir le sentier botanique (p.19) pour le début du parcours, à la bifurcation, suivre l'indication plateau Lambert qui quitte le sentier botanique, puis suivre le balisage GR jusqu'au plateau.



Cette grande prairie abrite les menhirs préhistoriques du Plateau Lambert ainsi que d'autres trésors naturels accessibles uniquement à pied.

Découvrez y également une forêt de pins douglas et d'eucalyptus, la souche de châtaignier associée à Madame de Sévigné, et la Ferme du Lambert avec son troupeau de moutons en liberté (à voir selon la saison).

Possibilité de pique-niquer et de profiter d'une pause contemplative sur le plateau.

Redescendez ensuite en réempruntant le GR90 pour retrouver le village de Collobrières.

### Les menhirs du Lambert

Ces deux menhirs, inscrits à l'Inventaire Supplémentaire des Monuments Historiques, sont les deux plus grands mégalithes de ce type connus en Provence.

Ces blocs monolithes taillés dans un banc de gneiss local mesurent 3m15 et 2m82 de hauteur.



Ils peuvent être attribués à une période comprise entre la fin du Néolithique et l'Age du Bronze, toutefois aucun vestige archéologique n'a été découvert à proximité et d'une façon générale, on ignore encore qu'elle était la signification de ce type de monument : bornes, idoles primitives...

# Baisse du Castellas

Pierrefeu du Var



17,3 km



6h



+352m



moyen



Balisage

Stationnement : Parking des randonneurs du gymnase du Pas de la Garenne, chemin de la Joselette.  
Départ : La Joselette

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

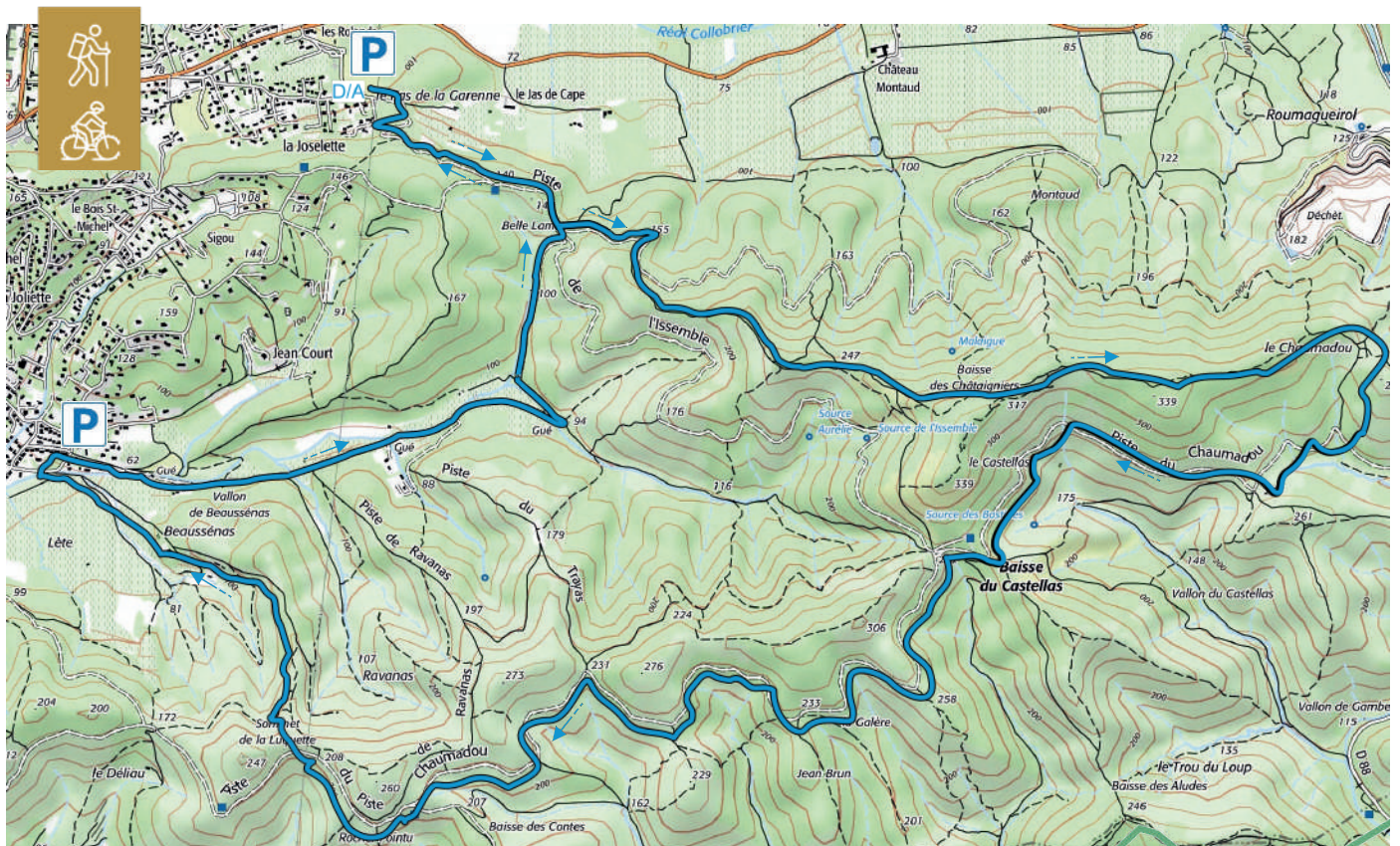
## PARCOURS

Depuis le parking des randonneurs, emprunter la piste de l'Issemble, monter jusqu'au carrefour de pistes DFCI (citerne). Continuer tout droit sur la piste, jusqu'à un 2ème croisement de pistes (lieu-dit Gazelle), prendre le 2ème à gauche le chemin des jeunes et l'abandonner quelques mètres plus loin dans un virage pour monter un sentier jusqu'à la Baisse des Châtaigniers.

Continuer tout droit sur le chemin pour descendre retrouver la piste de Chaumadou, emprunter la piste à droite jusqu'à la Baisse du Castellas (lieu idéal pour pique-niquer).

Rester sur la piste de Chaumadou et continuer jusqu'au lieu-dit Baisse des Contes. Après 500m environ, quitter la piste principale, pour emprunter le chemin sur la droite au pied du pylône H. T., vous pourrez y apprécier un beau panorama sur le village.

Passer un gué pour arriver sur la route goudronnée que l'on remonte à droite. La quitter 10 min après, pour emprunter la route Vallon de Beaussénas (chemin de terre sur 3 km), laisser la route de Ravanas à droite, puis celle du Trayas pour arriver à un gué. Tourner complètement à gauche (épingle à cheveu) et suivre la piste qui s'élève sous les chênes pour atteindre la cote 128, le lieu dit Gazelle. Relever azimuth 120, emprunter la piste de l'Issemble à gauche vers le point de départ.



# Les Périers

Pierrefeu du Var



16,7 km



5h45



+344 m



moyen



Balisateur

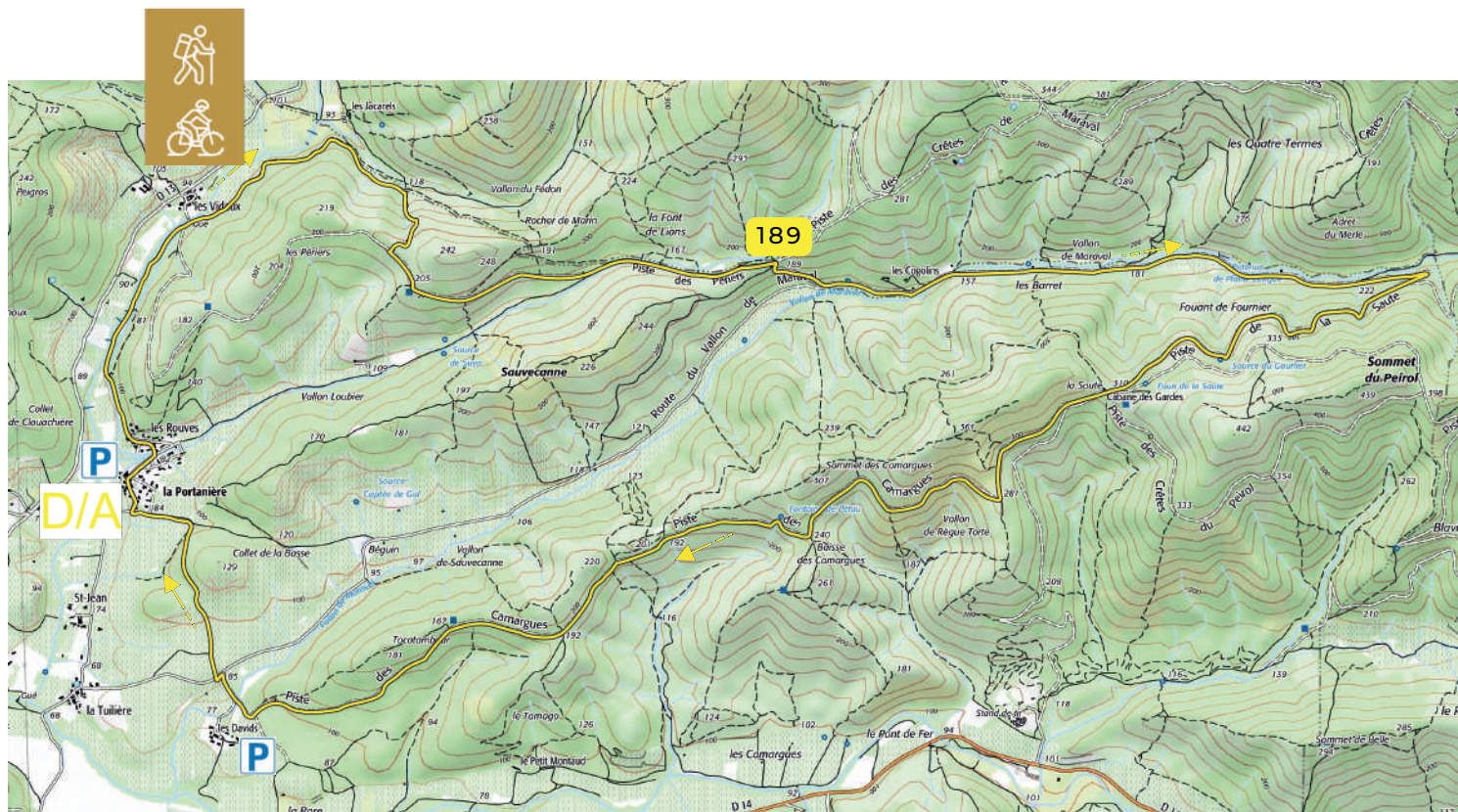
Stationnement : Parking des randonneurs de La Portanière  
Départ : Hameau de La Portanière

## PARCOURS

Se diriger vers le hameau de La Portanière. Rejoindre la petite place au centre du hameau. Sortir et tourner à gauche à 100 m. Longer la rivière du Real Martin jusqu'à atteindre le gué des Vidaux. Continuer tout droit par le chemin qui longe les vignes. A la fin des vignes, monter le petit sentier sur la droite, comme une butte dans le sous bois, pour retrouver une piste plus large au dessus qui remonte jusqu'à la piste des Périers.

Carrefour de pistes (189 sur le plan), prendre celle à droite qui descend jusqu'à retrouver le vallon de Maraval puis le remonter jusqu'à la cabane des gardes. Continuer toujours tout droit, jusqu'à un virage en épingle à cheveux, continuer par la piste de la Saute jusqu'à la cabane des gardes, lieu de pique-nique.

Descendre par la piste des Camargues jusqu'à la route goudronnée (hameau des Davids sur la gauche). Traverser la route et prendre le chemin en face du GR. Suivre le GR qui traverse les vignes jusqu'à un collet, et un sentier à gauche pour rejoindre la Portanière.



# Le Crapaud

Pierrefeu du Var



19,3 km



6h50



+472 m



moyen



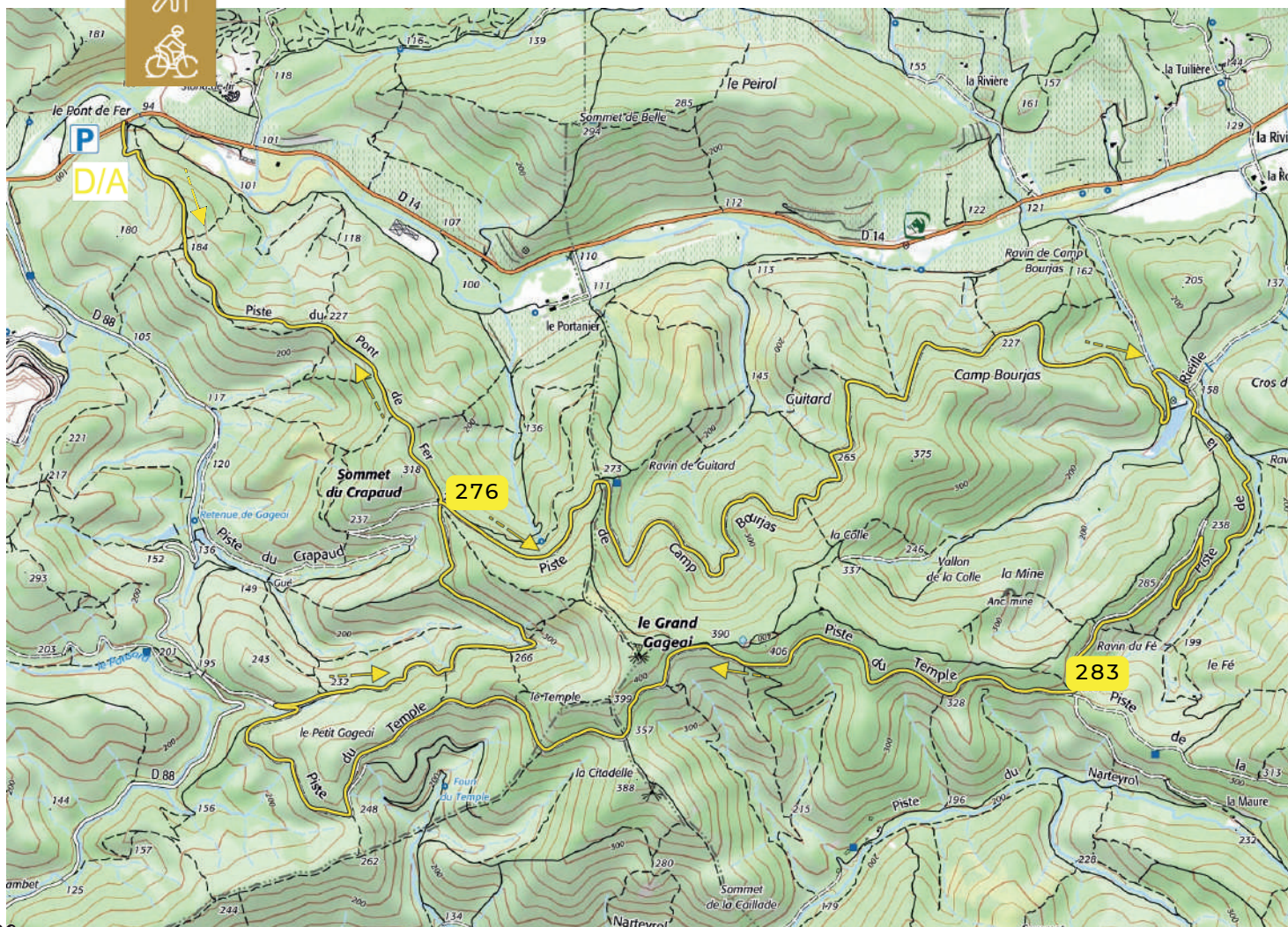
Balissage

Stationnement : Bord de route D14

Départ : Pont de Fer

## PARCOURS

Prendre la piste du Pont de Fer jusqu'au carrefour de pistes (Le Crapaud) avec cabane. Prendre à gauche la piste de Camp Bourjas jusqu'au barrage de Camp Bourjas. Remonter la piste de la Rieille, suivre jusqu'à un carrefour de pistes, citerne (repère 283 du plan). Suivre vers la droite la piste du Temple. Ignorer le chemin à droite qui monte au sommet, bien continuer sur la piste du Temple, jusqu'au croisement avec la piste de Camp Bourjas, l'emprunter sur la droite jusqu'au Crapaud (repère 276) pour revenir au point de départ la piste du Pont de Fer.



# Les Tournels

## Cuers



10,1 km



3h40



+279 m



moyen



Balissage

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

### PARCOURS

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

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

 D'ici vous aurez une vue panoramique sur les Barres de Cuers.

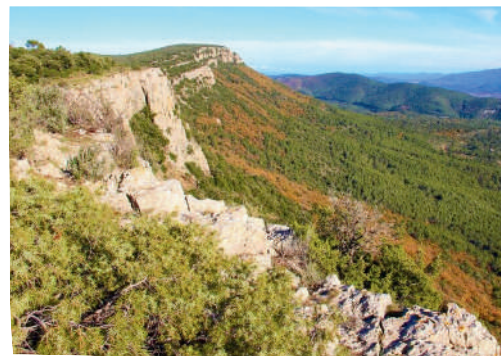
Rejoindre le carrefour de la citerne. Emprunter le petit chemin à droite devant la citerne, puis descendre dans le Vallon du Réal.

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



# Col de la Bigue - L'Allamande

Cuers



8,3 km



3h35



+437m



difficile



Balisage

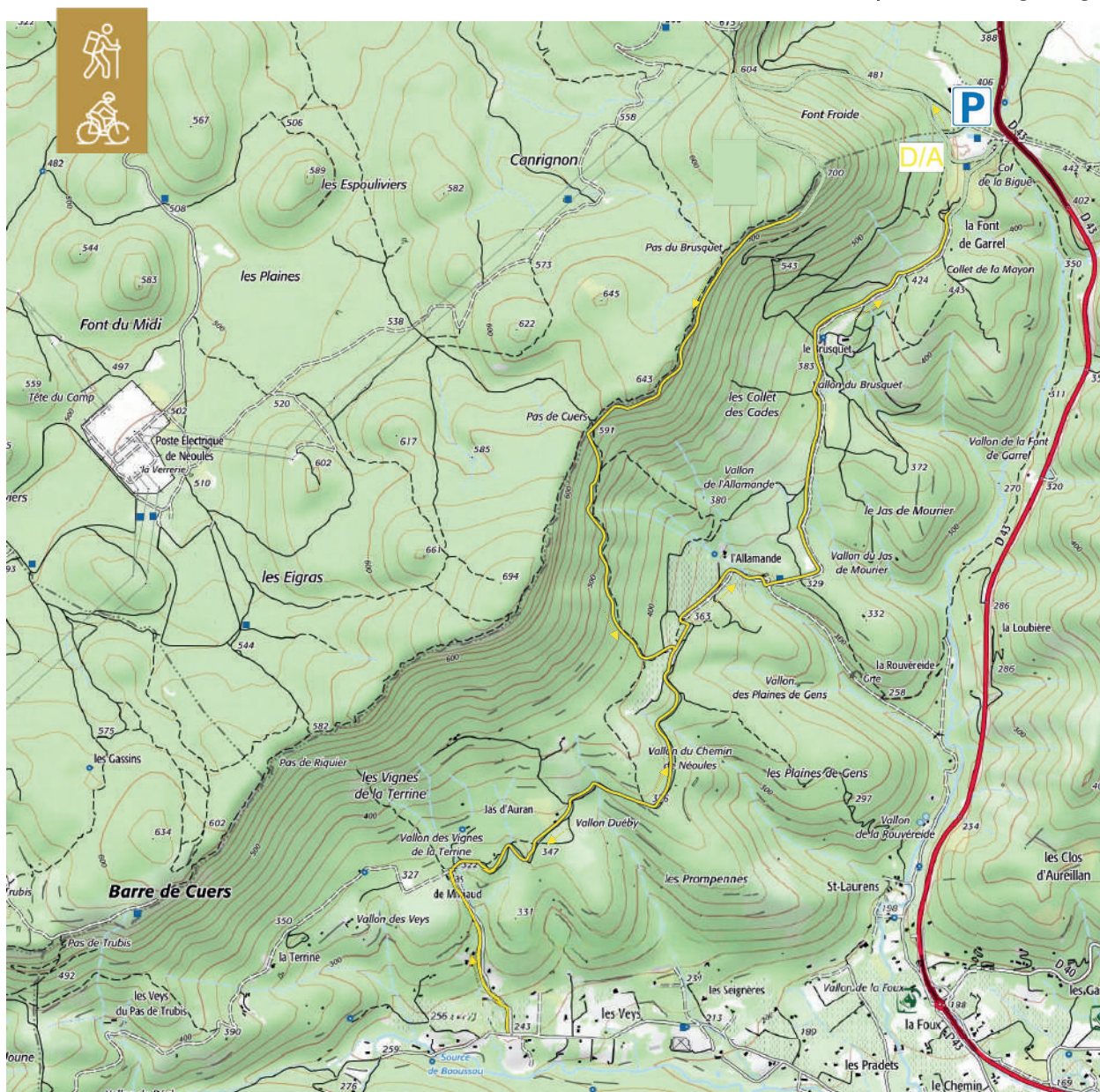
Stationnement et départ : Col de la Bigue - D43

## PARCOURS

Depuis le Col de la Bigue, lancez-vous à l'assaut des Barres de Cuers, un impressionnant alignement de falaises calcaires. Après avoir atteint les crêtes, l'itinéraire offre une descente progressive en direction de l'Allamande.

Les Barres dominant majestueusement la plaine de Cuers. Depuis ces hauteurs spectaculaires, vous bénéficierez d'un point de vue exceptionnel et à 360° sur le Haut-Var, le Massif des Maures, la ville d'Hyères et les splendides Îles d'Or.

Tout au long du parcours, vos sens seront éveillés par la flore typiquement méditerranéenne, mêlant l'ombre rafraîchissante de la forêt et les senteurs enivrantes du maquis et de la garrigue.





# De Cuers à Ste Christine

Cuers



8.4 km



3h



+338 m



moyen



Balisage



Balade en famille

Stationnement et départ : Parking François Mitterrand, Place François Mitterrand

## PARCOURS

Depuis le parking derrière l'hôtel de ville de Cuers, remontez l'avenue Maréchal de Lattre de Tassigny et vous arrivez sur la place de la Convention. Continuez tout droit en traversant cette place, vous laisserez l'office de tourisme sur votre droite, pour prendre à gauche entre l'église et la fontaine.

À partir de l'église, suivre les panneaux «circuit de découverte du vieux Cuers» qui vous feront traverser quelques anciennes ruelles du centre. Vous passerez devant l'ancienne porte médiévale (XVI<sup>e</sup> siècle) et la fontaine du poisson (XVII<sup>e</sup> siècle). Arrivé au lavoir construit en 1955, continuez tout droit sur la rue du Teron en suivant le chemin de Sainte-Christine et le balisage jaune.

200 m plus loin, la route se termine sur un portail, poursuivez en empruntant le sentier qui longe la propriété privée sur votre droite. Au premier chemin croisé, prenez à gauche puis de suite à droite en poursuivant sur un sentier. Lorsque le sentier se divise en deux, dirigez-vous sur votre gauche entre une clôture et une restanque. Vous arrivez rapidement au premier oratoire, celui de Notre-Dame. Remontez la piste à droite sur une trentaine de mètres, puis prenez un chemin à gauche. Une centaine de mètres plus loin, vous passez au-dessus de l'oratoire de Saint-Pierre et traversez une belle oliveraie en restanque. Vous arriverez sur une patte d'oie où vous prendrez le sentier au centre qui est «cairné» et toujours balisé en jaune. Continuez jusqu'à une piste qui borde une maison et prenez à droite.

Au bout de 50 m prenez à gauche, vous pénétrez sur l'Espace naturel sensible par l'entrée nord-est au niveau de l'oratoire de Sainte-Christine. Vous avez la possibilité de poursuivre votre randonnée en empruntant le sentier en direction des chapelles à votre gauche. Vous rejoignez alors la randonnée « Sainte-Christine » qui permet de faire une boucle découverte de 2,5 km qui vous ramènera à l'oratoire. Puis retour au point de départ en sens inverse.





© 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](mailto:bienvenue@mpmtourisme.com)

[www.mpmtourisme.com](http://www.mpmtourisme.com)

### CUERS



Place de la Convention, 83390 Cuers

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

### COLLOBRIERES

Boulevard Charles Caminat, 83610 Collobrières

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

### PIERREFEU DU VAR



20, boulevard Henri Guerin, 83390 Pierrefeu du Var

+33 (0)4 94 28 27 30 - [pierrefeu@mpmtourisme.com](mailto: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](mailto:mail@bormeslesmimosas.com)

[www.bormeslesmimosas.com](http://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](mailto:lafaviere@bormeslesmimosas.com)



Le Lavandou



## OFFICE DE TOURISME DU LAVANDOU

153, quai Gabriel Péri, 83980 Le Lavandou

+33 (0)4 94 00 40 50 - [info@ot-lavandou.fr](mailto:info@ot-lavandou.fr)

[www.ot-lavandou.fr](http://www.ot-lavandou.fr)

