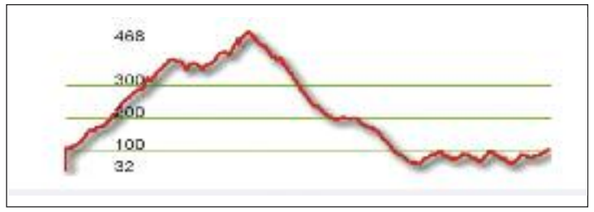
Circuits VTT

Sources : iPhiGéNie.com: les cartes IGN sur iPhone/iPad



LE LAC DE L'ÉCUREUIL

Kilométrage : 11,7 km
Dénivelé : 250 m
Difficulté : moyenne

Balade alternant chemins étroits sauvages et pistes.

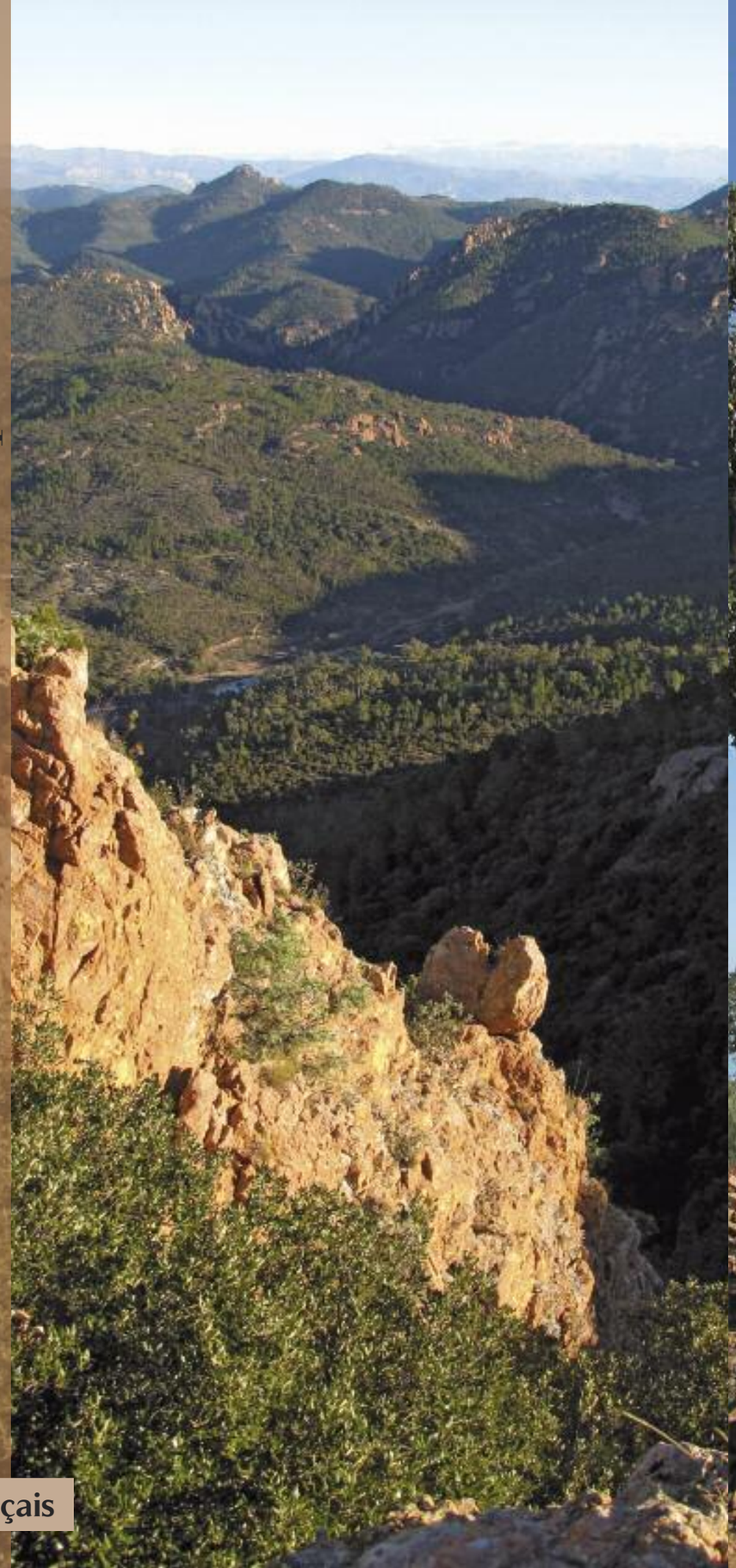
Accès en voiture par Agay : au rond-point prendre la direction Saint-Raphaël par l'intérieur, passer sous le petit pont de la voie ferrée, dépasser la zone artisanale et, tout de suite après, prendre à droite la petite route indiquée "Massif de l'Estérel". Suivre ensuite les panneaux "Col de Belle-Barbe".

Départ en VTT : Parking du Col de Belle-Barbe.
Prendre sur la droite direction le lac de l'Écureuil, longer la rivière du Grenouillet. Arrivé au gué, continuer sur la gauche le long du "canyon du mal infernet". A la bifurcation suivante, passer par la voie de gauche en traversant le gué. Arrivé au lac de l'Écureuil, suivre la piste de gauche et continuer sur 2 km jusqu'au croisement de la Baisse de la Grosse Vache. Prendre ensuite sur la gauche sur 3 km jusqu'au Col du Mistral et récupérer sur la gauche la route menant au Col de Belle-Barbe.

Demandez nos autres brochures
- Une ville sur la mer
- À la découverte du littoral
- Faire le plein de loisirs
- On s'amuse

© Photos : G.Roumestan-Fotolia-M.Fichez/Verhaeghe-G.Derivière-F.Muller

L'Estérel : un espace naturel



Français

Massif de l'Estérel

Entre Méditerranée et Provence calcaire, l'Estérel est un massif volcanique de 32 000 ha dont 14 000 sont classés. Son étonnante couleur rouge est liée à la rhyolithe, ou porphyre rouge, roche volcanique de l'ère primaire.

Une réserve biologique au cœur du massif La création, par l'Office National des Forêts et Ushuaïa, d'une réserve biologique sur près de 800 ha, permet une protection renforcée du patrimoine naturel du massif, mais aussi de mieux connaître et maîtriser les risques encourus par les milieux naturels, la flore et la faune.

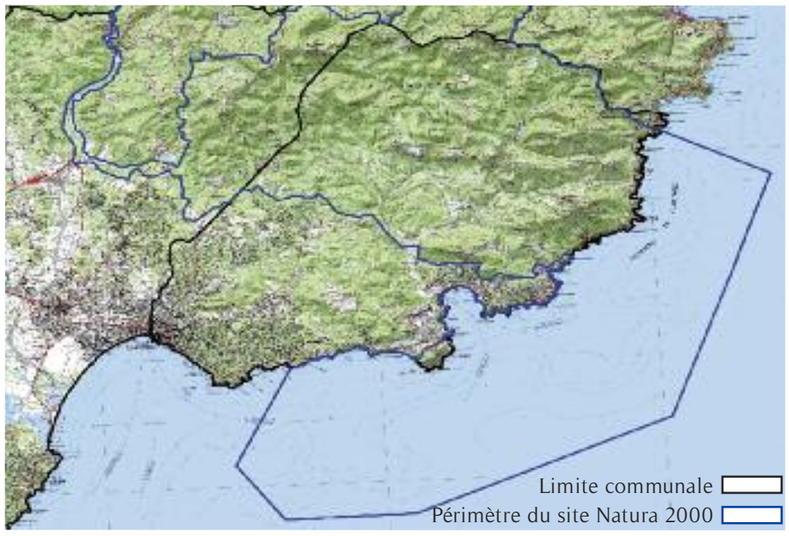
Respect de l'environnement
Pour la prévention des incendies, toute introduction de feu en forêt est défendue toute l'année.

Par fort mistral, le massif est interdit à toute forme de circulation sur décision préfectorale, info sur rubriques : politiques publiques/environnement/forêts. La circulation des véhicules est interdite toute l'année de 21h à 6h du matin.

Le sentier biologique
Un parcours pédestre, accessible aux personnes à mobilité réduite, a été conçu sur 2600 mètres entre le plateau d'Anthéor et le Rocher Saint-Barthélémy. Ce sentier botanique présente une sélection d'essences caractéristiques de l'Estérel etreconnaissables notamment par le toucher et l'odorat. Cette animation est renouvelée chaque année, en période de floraison (d'avril à juin) et présentée sous forme d'équipements temporaires et mobiles par souci de préservation du paysage.

Sites Natura 2000
L'Estérel, riche d'une biodiversité et d'un patrimoine géologique remarquable, est classé au réseau européen de sites Natura 2000. Le but est de préserver les milieux naturels les plus précieux tout en promouvant les activités économiques et de loisirs qui s'y déroulent.

Le périmètre compte 15 000 ha dont 7 800 ha terrestres et 7 200 ha marins. A ce titre, la Communauté d'Agglomération Var Estérel Méditerranée est chargée de mettre en œuvre le plan de gestion et de conservation du site en concertation avec les acteurs locaux.
http://esterel.n2000.fr/

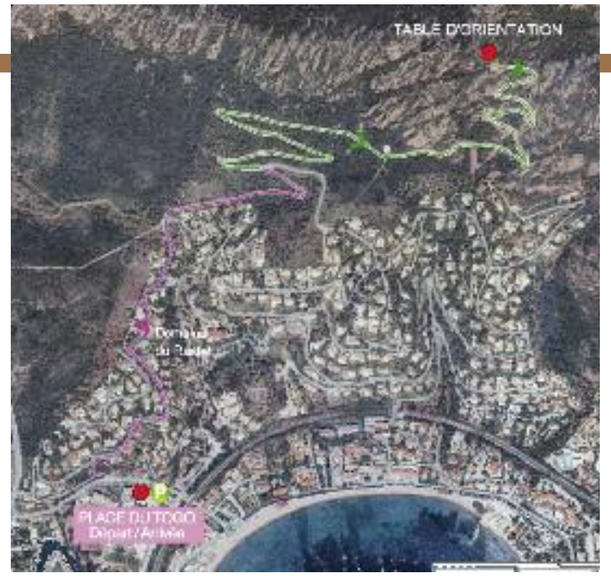


Sources: - IGN / Scan 25-v2006 - DREAL PACA

Balades pédestres

LE RASTEL D'AGAY

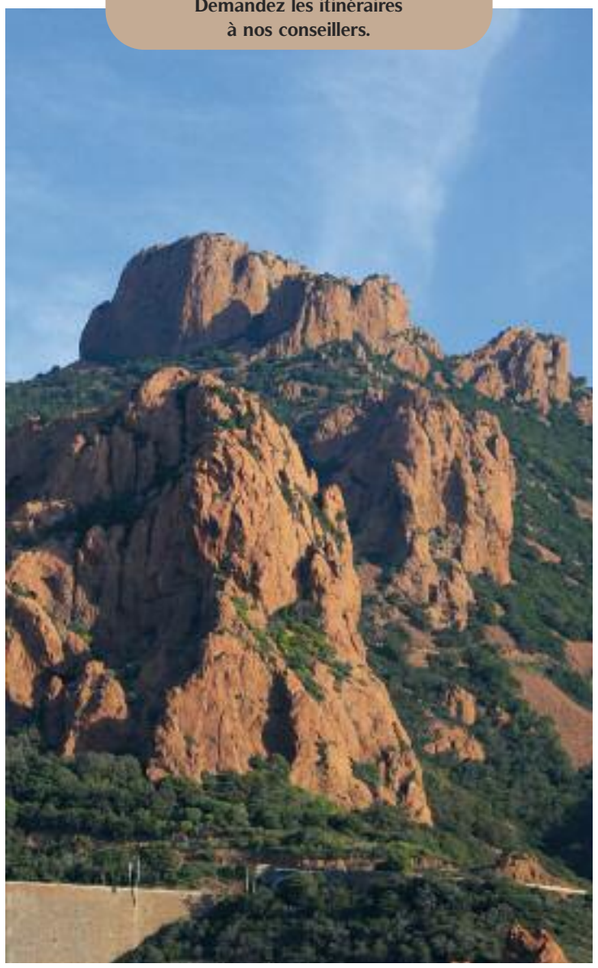
Durée : environ 2h - 7km (aller-retour)
Départ : place du Togo à Agay
Accès :
. En voiture : parking gratuit place du Togo
. En bus : ligne 8 Arrêt "relais d'Agay"
. En train : TER 03 Arrêt "Agay"
Itinéraire : Remonter l'avenue du Gratadis sur 50m et emprunter les escaliers à droite permettant d'entrer dans le "Domaine du Rastel". Continuer l'ascension le long du bd du Rastel (plusieurs virages). Laissez sur votre gauche une piste forestière nommée "le drapeau" pour continuer encore 200m le long du boulevard. Après une grande épingle à cheveux, vous rencontrez la seconde piste nommée elle aussi "le Drapeau". Passer la barrière verte et emprunter la piste qui continue à monter jusqu'au sommet. Une table d'orientation vous présente le panorama merveilleux qui s'offre à vous sur la baie d'Agay.
Redescendre par le même itinéraire.



Piste en terre
Route bitumée
Route d'accès

Sources : O.N.F

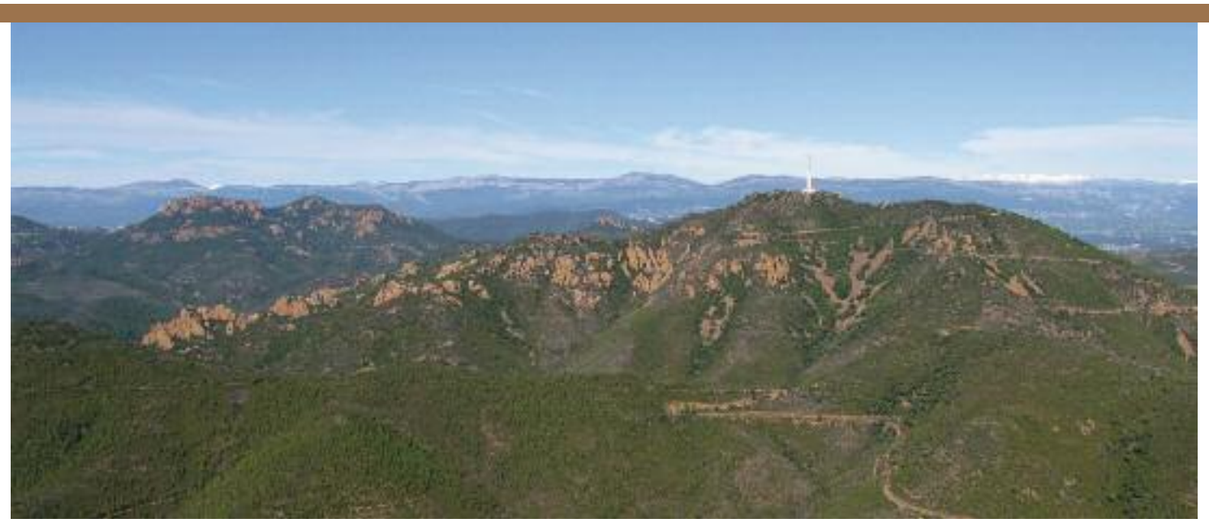
D'autres balades sont possibles avec poussettes, trottinettes ou tricycles. Demandez les itinéraires à nos conseillers.



LE ROCHER SAINT-BARTHÉLÉMY

Durée : environ 1h - 3,2km (aller /retour)
Départ : parking du Rocher - Cœur de Massif
Accès en voiture : Emprunter le bord de mer en direction d'Agay, arrivé au rond-point d'Agay, suivre la direction "Massif de l'Estérel". Passer sous le petit pont de la voie ferrée, dépasser la zone artisanale et, tout de suite après, prendre à droite la petite route indiquée "Massif de l'Estérel".
Passer la maison forestière de Gratadis, prendre à droite direction "Pic de l'Ours". Au croisement suivant tourner à droite direction "Rocher Saint-Barthélemy, Plateau d'Anthéor" jusqu'à la barrière. Garer votre véhicule (penser à laisser l'accès libre devant la barrière pour les pompiers).
Itinéraire : Passer la barrière et suivre la route sur 1,5km soit environ 30 minutes. Cette route, fermée à la circulation, est quasiment plate. Vous surplomberez la route de la corniche et profiterez d'un magnifique panorama sur la mer. Retour par le même itinéraire. Vous pouvez prolonger la balade après le rocher sur 2km aller/retour.

Balades pédestres



LE PIC DE L'OURS

Durée : 1h30 - 2,3km en boucle
Départ : Col Notre-Dame

Accès en voiture : Emprunter le bord de mer en direction d'Agay, arrivé au rond-point d'Agay, suivre la direction "Massif de l'Estérel", passer sous le petit pont de la voie ferrée, dépasser la zone artisanale et, tout de suite après, prendre à droite la petite route indiquée "Massif de l'Estérel". Suivre ensuite les panneaux "Pic de l'Ours" (sur 8 km).

Itinéraire : Plusieurs sentiers partent du col Notre-Dame : emprunter le sentier balisé par un fléchage en bois "Dent de l'Ours - Pic de l'Ours"

Le sentier commence en légère montée. En prenant à droite à l'intersection, vous arrivez au pied de la Dent de l'Ours.

Au rocher, profitez de la vue imprenable sur la baie de Cannes avec ses fameuses îles de Lérins, la baie de Fréjus et au loin le massif des Maures. Continuez en prenant à gauche le sentier qui monte vers le sommet du Pic de l'Ours.

Son altitude de 492m vous ouvre un large panorama sur l'Estérel. Le Massif propose au regard une multiplicité d'écosystèmes : sommets dentelés, falaises de roches rouges, couvert végétal, ravins... La végétation y est donc tout aussi diversifiée : chêne-liège (espèce dominante), pin maritime, bruyère, arbousier. Cet environnement est très représentatif du milieu méditerranéen.

Passez l'antenne émettrice pour continuer environ 50m sur la route, puis prendre à gauche le sentier qui redescend (attention chemin escarpé).

Vous pouvez également choisir de redescendre par la route goudronnée (20 mn de marche supplémentaires mais en douceur).

Sentier balisé en jaune
Sentier balisé en bleu
Route bitumée piétonne
Route d'accès bitumée
Sources : O.N.F

LE TOUR DU CAP ROUX

Durée : 2h - 4,3km en boucle
Départ : parking de la Sainte-Baume

Accès en voiture : Emprunter le bord de mer en direction d'Agay, arrivé au rond-point d'Agay, suivre la direction "Massif de l'Estérel". Passer sous le petit pont de la voie ferrée, dépasser la zone artisanale et, tout de suite après, prendre à droite la petite route indiquée "Massif de l'Estérel". Suivre ensuite les panneaux "Col Notre-Dame" et s'arrêter au parking de la Sainte-Baume.

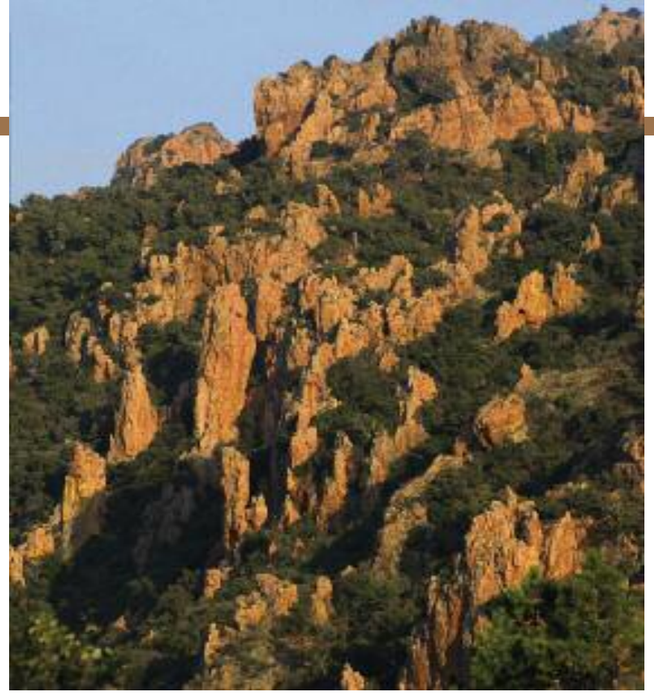
Itinéraire : Monter l'escalier menant à la chapelle dans la roche. Continuer le chemin jusqu'à la fontaine (eau de source potable). Prendre à droite le sentier sur 50m puis emprunter le chemin qui monte sur la gauche. Continuez pendant environ 1,5km et, à l'intersection suivante, virer complètement à gauche pour monter vers les blocs de roches rouges du col du Saint Pilon. Vous admirez alors un panorama exceptionnel sur la côte découpée. Le chemin longe cette corniche puis mène à une nouvelle intersection. À gauche, le sentier en impasse vous emmène sur 100m au sommet du Cap Roux et sa table d'orientation (altitude de 453m avec vue de Cannes au Cap Camarat). Redescendre par le même sentier et prendre à gauche pour continuer la balade.

Vous quittez le côté mer du Cap Roux pour redescendre doucement sur le versant orienté vers le Massif (ne pas emprunter les sentiers partant sur la droite). Vous arrivez alors à la fontaine.

Variante : Juste avant le retour à la fontaine, un sentier monte sur votre gauche jusqu'à la grotte de la Sainte-Baume où vécut l'ermite Saint-Honorat. (aller-retour 45mn).

Sentier balisé en jaune
Sentier balisé en bleu
Sentier de la Grotte (non balisé)
Route d'accès bitumée
Sources : O.N.F

Balades pédestres



L'ÉTANG D'AUBERT

Durée : 1h30 - 3,8 km
Départ : parking Col de Belle Barbe - Cœur de Massif

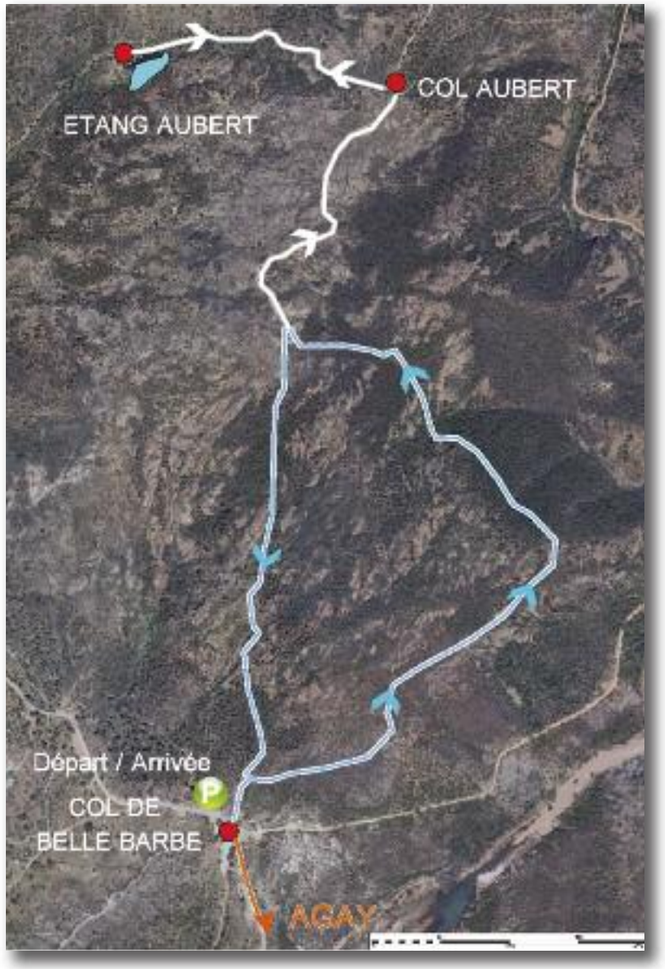
Accès en voiture : Emprunter le bord de mer en direction d'Agay, arrivé au rond-point d'Agay, suivre la direction "Massif de l'Estérel", passer sous le petit pont de la voie ferrée, dépasser la zone artisanale et, tout de suite après, prendre à droite la petite route indiquée "Massif de l'Estérel". Suivre ensuite les panneaux "Col de Belle Barbe".

Itinéraire : Emprunter depuis le Col de Belle Barbe le sentier balisé en bleu. 50 m après le départ prendre à droite (laissé sur votre gauche le sentier du retour). Le sentier, d'abord en surplomb du cours d'eau du Malinfernet, traverse ensuite une forêt de pins avant d'arriver à une nouvelle intersection. A gauche se trouve le chemin du retour, mais continuez tout droit pour le moment. Avancez sur le sentier pour découvrir la vue magnifique sur les rochers découpés du Perthus.

Vous arrivez ensuite au Col d'Aubert où plusieurs chemins se rejoignent. Prendre à gauche le sentier qui descend. 500m plus loin, vous atteignez le petit étang d'Aubert, lieu idéal pour une pause pique-nique. L'étang, alimenté par les eaux de pluie ruisselantes du Baladou offre aux marcheurs ses nénuphars, fleuris en été.

Revenir sur vos pas et remonter au Col d'Aubert. De là, prendre à droite le sentier emprunté à l'aller, jusqu'à l'intersection.
Le sentier vous ramène au Col de Belle Barbe en descente à travers les arbres.

Sentier balisé en bleu
Sentier non balisé
Route d'accès bitumée



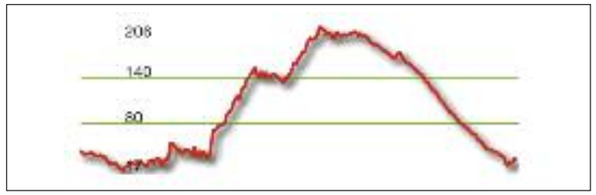
Circuits VTT

LES BALCONS D'AZUR

Kilométrage : 32 km - De 2h à 3h
Dénivelé : 580 m
Difficulté : moyenne

Accès en voiture : De Saint-Raphaël prendre la direction des Golfs de Valescure puis après l'hôtel San Pedro prendre à gauche à la patte d'oie, (panneau "La Louve") continuer tout droit pendant environ 1 km. Laissez sur votre droite un premier parking (dans un virage à gauche), 100 m plus loin arrivée au parking de Colle Douce.

Départ en VTT : Prendre le grand chemin en direction du Mont Vinaigre, au croisement de Roche Noire prendre à gauche en direction de la cantine du Porfait, ensuite vous emprunterez une portion de route goudronnée pour atteindre la maison forestière du Malpey. Prendre sur votre droite en direction du col de l'Olivier (stèle) puis continuez le chemin principal jusqu'à la maison forestière de la Duchesse. Continuez à monter (tout droit) pour atteindre la Baisse Violette puis le col des Suvières.



Sources : iPhiGéNie.com: les cartes IGN sur iPhone/iPad

Tournez à droite en direction de la Baisse de la Grosse Vache et le col du Mistral. Cette partie goudronnée vous mènera jusqu'à la maison forestière de Roussivau.

A la barrière prendre à droite la piste Castelli qui vous conduira jusqu'à votre point de départ.