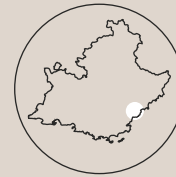
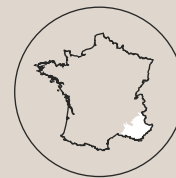


GUIDE RANDO





LAC DE L'ARÉNA
p.20-21



ROCHER DE ROQUEBRUNE
p.6-9



SITE DES 25 PONTS - CAVALIÈRES
p.10-11



VALLON DE LA GAILLARDE
p.24-27



SENTIER DU LITTORAL
p.22-23



GORGES DU BLAVET
p.16-17



SITE DU BLAVET
p.14-15



SITE RAPHÈLE
p.18-19



UNE DESTINATION NATURE



Trait d'union entre le **dynamisme de la Côte d'Azur** et l'**authenticité de la Provence**, Roquebrune-sur-Argens est source d'inspiration pour les vacances en famille, en couple ou entre amis, toute l'année.

LE VILLAGE DE ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

L'église, les fontaines, les portiques sont le témoignage de son riche passé historique. Ses ruelles étroites et ses placettes pittoresques en font l'endroit idéal pour flâner et succomber au charme typique des villages de Provence.

À l'ombre des platanes de la Place Perrin ou à la fraîcheur des terrasses de la rue des portiques, laissez-vous bercer par ce charmant village avec son accueil chaleureux et son art de vivre. Pour une immersion dans la vie provençale, découvrez nos artistes locaux et les galeries d'art du village.



LES ISSAMBRES

Tous les chemins mènent à la mer ! Le côté littoral de la destination, dans le golfe de Saint-Tropez, est rythmé par les plages de sable, les criques sauvages et les rochers. Des décors surprenants et paradisiaques, à découvrir le long du sentier du littoral... Le charme d'une station balnéaire paisible qui propose une offre d'activités nautiques incontournable et originale.



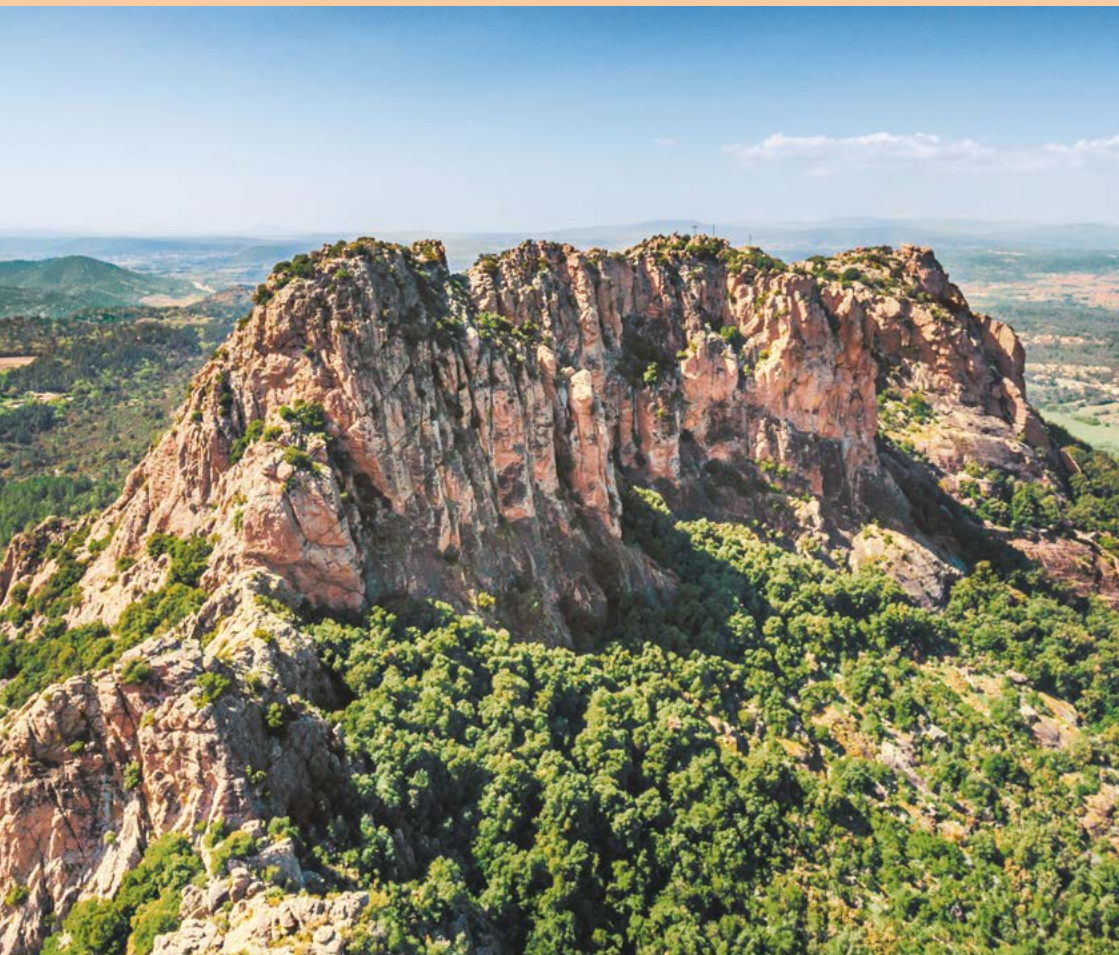
LA BOUVERIE

Terre viticole, patrimoine préhistorique et balades au cœur des massifs. Un territoire bien connu de l'homme préhistorique au cœur des collines et des pins parasols. Une nature exceptionnelle dévoile ses multiples facettes entre les forêts verdoyantes et les falaises ocre des Gorges du Blavet. Au détour d'un chemin, l'atmosphère boisée laisse place à un panorama viticole exceptionnel : des cépages provençaux gorgés de soleil portent la promesse d'excellents vins de Provence.

LE ROCHER DE ROQUEBRUNE

ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

Idéalement situé entre l'Estérel, les Maures et la Méditerranée, **Roquebrune est indissociable de son Rocher**, un site classé au **caractère exceptionnel**. Cet imposant bloc rocheux isolé s'étend sur 6 km² et culmine à 373 mètres d'altitude.



Sa richesse sur le plan biologique et son impact paysager ont conduit à l'intégration du Rocher parmi les sites classés NATURA 2000. Après une immersion totale dans une nature préservée, depuis son sommet, il est possible de contempler l'un des plus beaux panoramas de la région !

GÉOLOGIE DU ROCHER

Le Rocher de Roquebrune est une roche détritique formée des matériaux provenant des massifs environnants qui se sont entassés et cimentés avec le temps. Sa couleur rouge caractéristique est due à une quantité inhabituelle d'oxyde de fer.

Avec l'érosion et la disparition de la chaîne montagneuse hercynienne se sont formées « les arkoses de Roquebrune », un conglomérat composé de fragments de granit du Plan de la Tour, de gneiss provenant du massif des Maures et de blocs de rhyolite amarante (roche issue de lave acide solidifiée) de l'Estérel.

C'est durant l'ère tertiaire que des mouvements tectoniques et sismiques ont provoqué un rajeunissement du relief et ont fait remonter le conglomérat à la surface, constituant ainsi « Le Rocher de Roquebrune ».

Ce chef-d'œuvre naturel, aussi insolite dans sa formation que dans son isolement, a été modelé au milieu d'une plaine encadrée par deux vieux massifs nivelés par l'érosion, les Maures et l'Estérel.

LA FAUNE ET LA FLORE

La singularité du Rocher est également due à la présence, sur un petit territoire, d'une très grande biodiversité et d'un nombre remarquable d'espèces végétales et animales.

Les forêts sont constituées de chênes verts, de châtaigniers, de chênes-lièges, de pins parasols, de houx, de genêts, et de cistes de Montpellier. Les espèces peuplant ces forêts sont le blaireau, le circaète Jean-le-Blanc, le sanglier, le hérisson, l'engoulevent ou le papillon Jason de l'arbusier. Dans les milieux ouverts, des falaises, des ro-

chers et le maquis sont présents. On y trouve une fougère tropicale, le notholéma de Maranta, l'orchidée Ophrys, le figuier de barbarie, la romuléé de columna et la lavande des Maures. À noter que la violette de Roquebrune est la seule plante endémique du Rocher. C'est une pensée identifiée très récemment, en 2004. Les espèces animales caractéristiques de ce milieu sont le lézard ocellé, le hibou grand-duc, le merle bleu, la huppe fasciée, le fourmillon géant, la couleuvre de Montpellier (qui peut dépasser deux mètres) et la tortue d'Hermann, espèce protégée, si emblématique et précieuse en Provence.

LA LÉGENDE DES TROIS CROIX

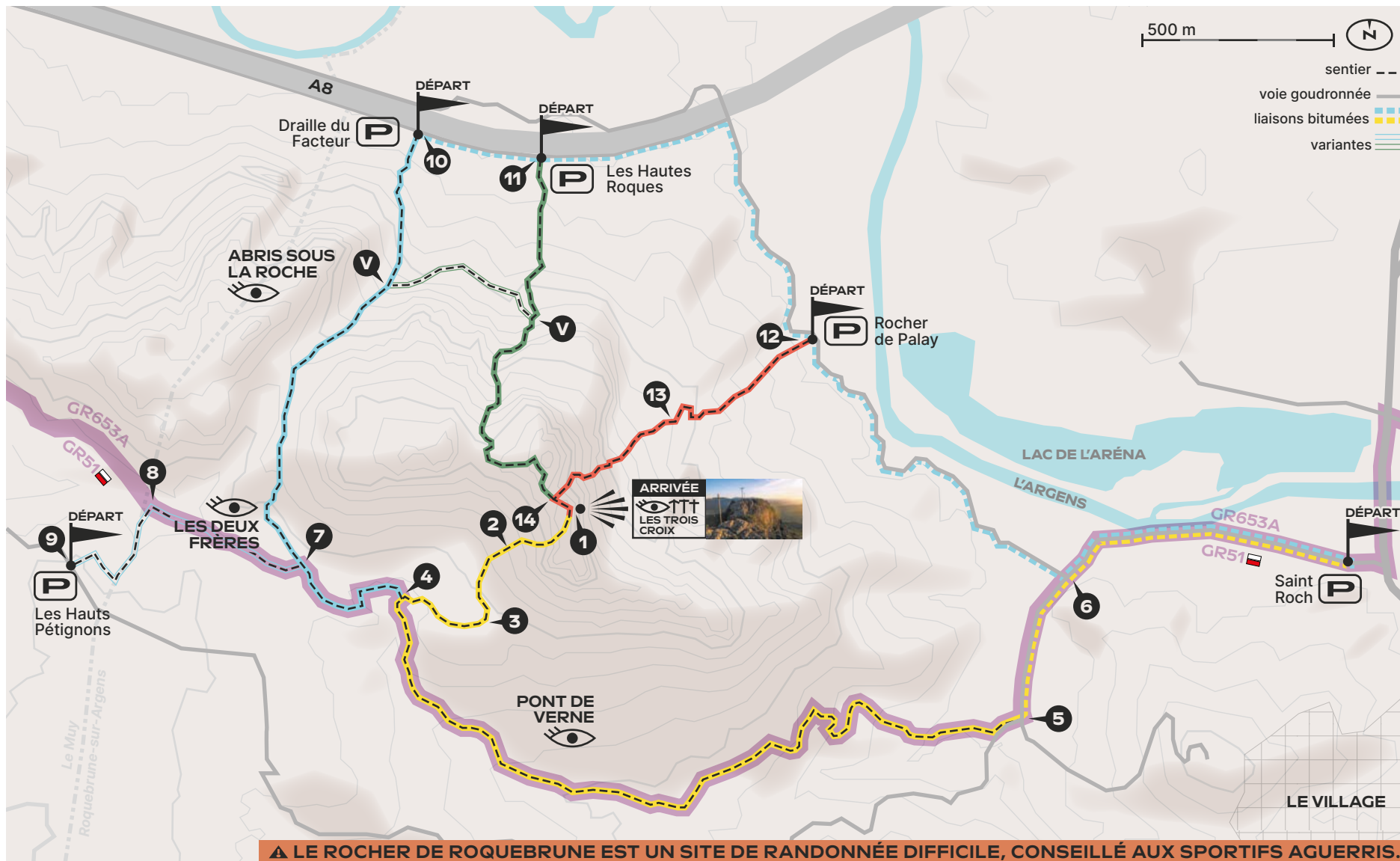
Appelé également le « Rocher des Trois Croix », ce site a toujours possédé une valeur religieuse très importante au fil des siècles. La présence des trois croix au sommet du Rocher semble être attestée depuis la nuit des temps. La légende raconte que, lors de la crucifixion du Christ, le Rocher se brisa en trois failles, symboles des trois plaies, ou encore des trois croix sur le Calvaire. Par la suite, trois croix furent dressées au sommet du rocher et firent l'objet de pèlerinages.

Au début des années 90, le sculpteur Bernard Venet a été pressenti pour façonner les trois croix monumentales en acier qui surplombent actuellement le Rocher. L'artiste contemporain s'est inspiré de trois peintures célèbres de la crucifixion, chefs-d'œuvre de Giotto, Grünewald et le Greco. Ces trois croix en acier pèsent chacune une tonne et ont été hélitreuillées. L'œuvre qui domine désormais la plaine de l'Argens a été inaugurée le 11 juillet 1991.



Découvrez l'histoire de cette surprenante cité millénaire surplombée par son Rocher : le village de Roquebrune-sur-Argens ! Une balade dans les ruelles de ce charmant village provençal pour déguster les produits locaux directement à la Maison du Terroir (boutique regroupant les producteurs de la commune).

Accès :
par l'autoroute A8, prendre la sortie 37 « Puget-sur-Argens » ou 36 « Le Muy » et suivre la direction Roquebrune-sur-Argens.



SENTIER DU ROCHER DE PALAY



▶ Départ : Parking Rocher de Palay, route de la Roquette
🏃 Distance : 1 km | ⇄ A/R
⚡ Dénivelé : +340 m
🕒 Temps d'ascension : 1h30
Difficulté : ★★★★★

SENTIER LA DRAILLE DU FACTEUR



▶ Départ : Parking Draille du facteur, chemin des Basses Roques
🏃 Distance : 1,5 km | ⇄ A/R
⚡ Dénivelé : +210 m
🕒 Temps d'ascension : 1h30
Difficulté : ★★

SENTIER BASSE ROUQUAIRE



▶ Départ : Parking Saint Roch, route de la Maurette
🏃 Distance : 2,3 km | ⇄ A/R
⚡ Dénivelé : +225 m
🕒 Temps d'ascension : 1h45
Difficulté : ★★★★★

SENTIER DES HAUTES ROQUES



▶ Départ : Parking des Hautes Roques, chemin des Basses Roques
🏃 Distance : 1,5 km | ⇄ A/R
⚡ Dénivelé : +375 m
🕒 Temps d'ascension : 1h30
Difficulté : ★★★★★

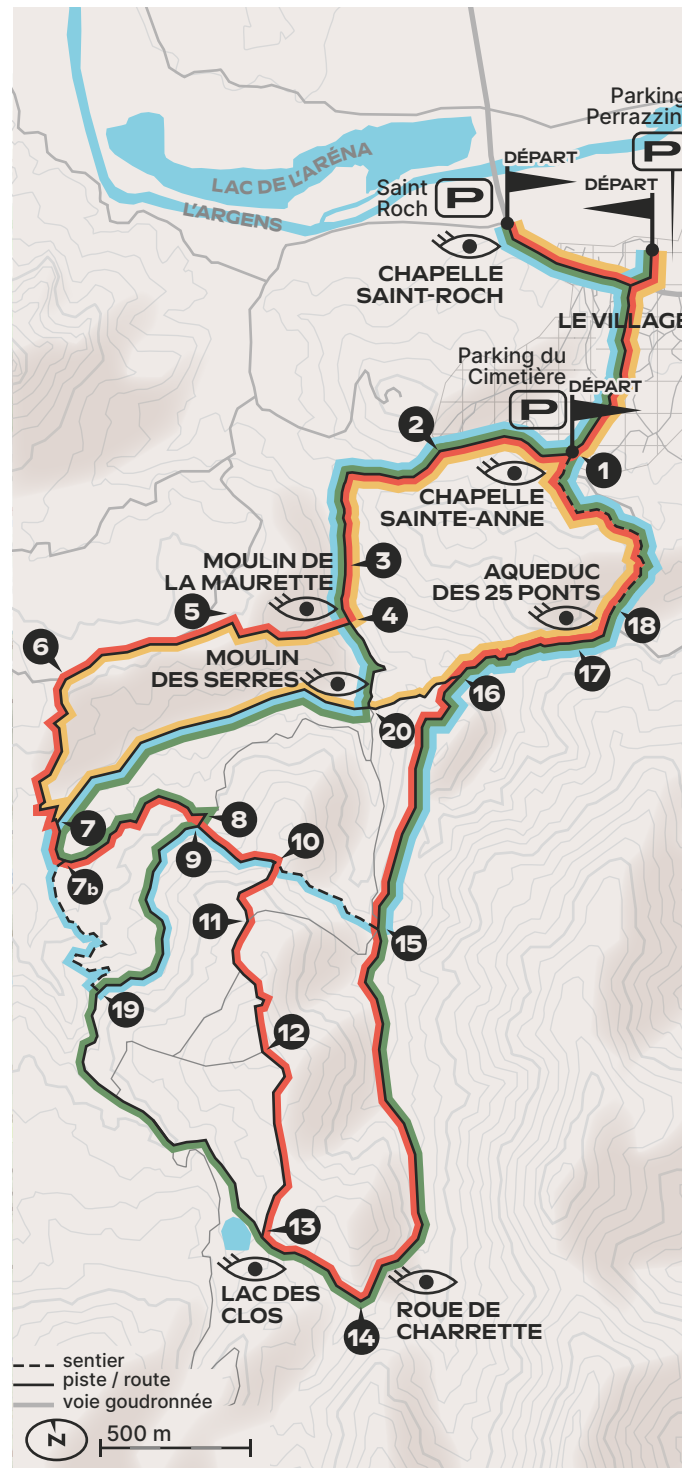
LE SITE DES 25 PONTS CAVALIÈRES

ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

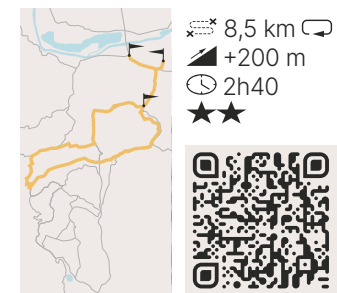
Sur les hauteurs du village, pour une promenade dans la **nature sauvage et préservée**, parcourez les sentiers qui mènent aux vestiges de l'ancien Aqueduc des 25 ponts. Ses lourdes pierres montrent la **puissance de cet ouvrage** qui a permis au XVIII^e siècle de ravitailler le village de Roquebrune en eau. Vous pourrez également découvrir les ruines du vieux moulin de la Maurette datant du XVII^e siècle, qui fournissait de la farine aux habitants de Roquebrune.



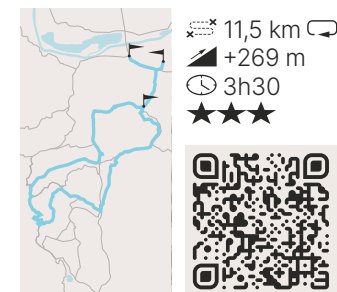
Découvrez le village de Roquebrune-sur-Argens et ses deux musées : la Maison du Patrimoine et la Maison du Chocolat et du Cacao. N'hésitez pas à faire un arrêt gourmand chez l'un des trois chocolatiers du village.



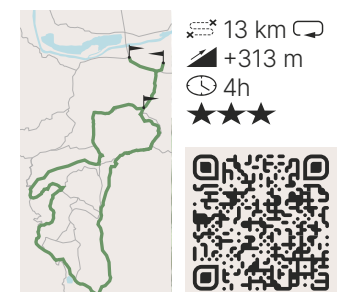
LE MOULIN DES SERRES



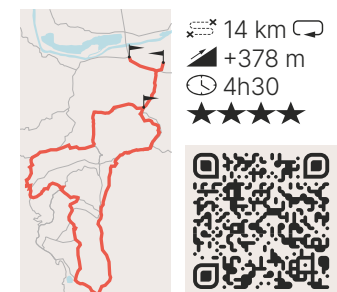
LES CAMPONS



LES CLOS



LE VAL D'ENFER



Au cœur des vignes et des pins parasols, la Bouverie est le véritable **poumon vert** de la destination, surplombée par son site grandiose des Gorges du Blavet, que nous aimons aussi appeler le « **Colorado varois** ».

Des gorges verdoyantes au relief escarpé entre la Bouverie et la commune de Bagnols-en-Forêt, avec des roches rouges si caractéristiques du massif de l'Estérel. La couleur rouge est due à la lave acide solidifiée, nommée rhyolite amarante datant de l'époque permienne. Sur cette partie ouest de l'Estérel, le massif est coupé de failles spectaculaires comme celle du Blavet avec une hauteur de 80 m. Un site remarquable et grandiose à travers lequel coule la petite rivière du Blavet (hors période sèche ou estivale). Des balades familiales sont proposées sur les sentiers au pied des gorges, avec un passage par le site préhistorique des grottes. Une randonnée plus sportive est possible dans les gorges à l'ombre des arbres, jusqu'au spot d'escalade, un lieu unique à découvrir. Les Gorges du Blavet sont reconnues pour la pratique de l'escalade.



LES GROTTES

Les archéologues ont reconnu que le territoire de Roquebrune-sur-Argens a été continuellement habité à toutes les époques de la Préhistoire. Les grottes de la Bouverie en sont les premiers témoignages.

Un complexe préhistorique composé de quatre cavités a été découvert dans les années 60 au pied d'une falaise à proximité des Gorges du Blavet.

Exposé Sud, bien protégé des vents, près d'un cours d'eau, dans une position élevée permettant de surveiller la plaine, ce site représentait un abri privilégié qui, de ce fait, a été occupé de façon quasi permanente pendant les 20 000 dernières années du Paléolithique Supérieur.

Le site de la Bouverie est d'une importance telle que les préhistoriens ont nommé Bouvérien la dernière industrie paléolithique de la région caractérisée par une miniaturisation extrême de l'outillage et par l'abondance de grattoirs ronds de petite taille.

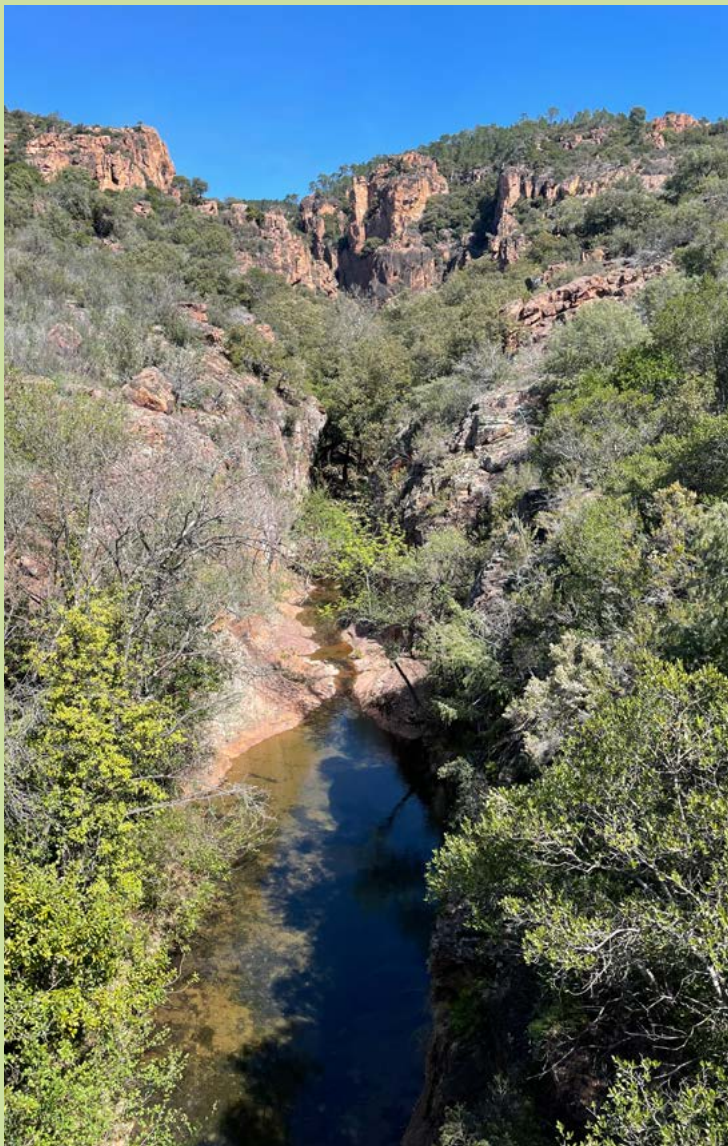


LE SITE DU BLAVET

LA BOUVERIE



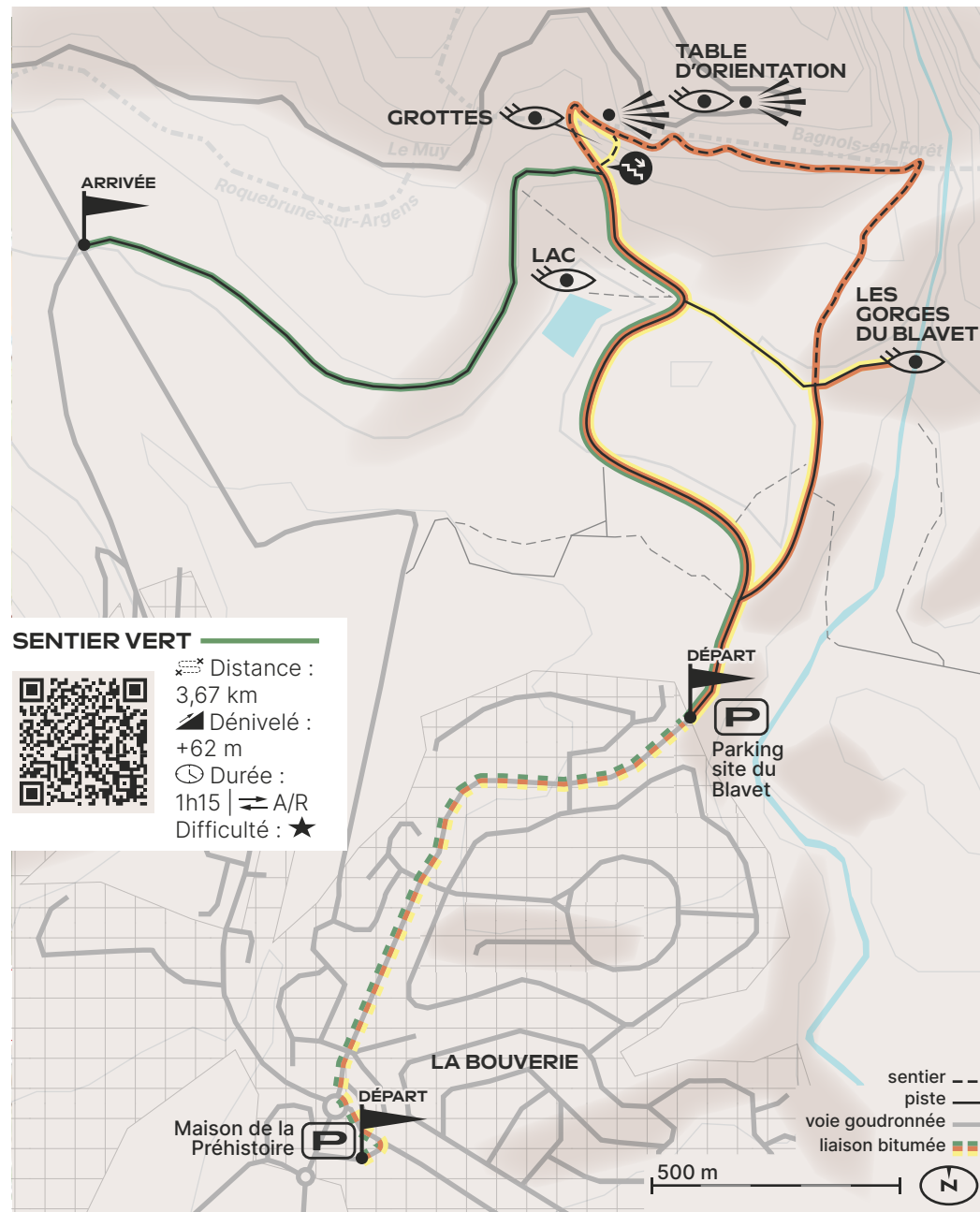
Découvrez la collection des vestiges préhistoriques à la Maison de la Préhistoire au cœur de la Bouverie. Pour les gourmands, visitez la miellerie du Rucher de la Bouverie.



Au pied des Gorges du Blavet, **des parcours familiaux**, site idéal à pied ou en vélo pour les plus petits. Départ à la Maison de la Préhistoire, place des Félibres à la Bouverie. Autre départ possible depuis le parking du site du Blavet, Rue Blériot à la Bouverie.



Parcours vert et jaune accessibles poussettes tout-terrain



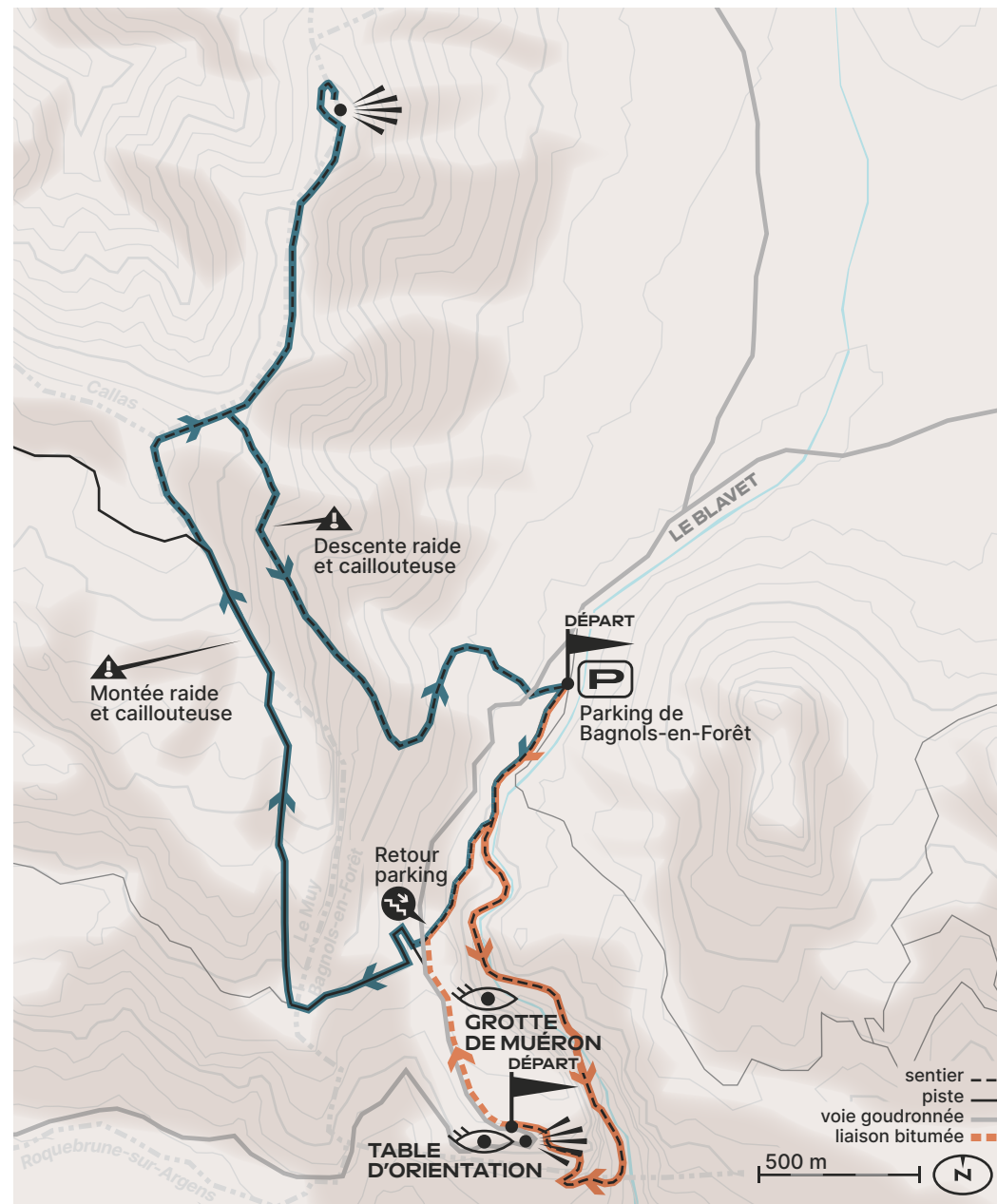
LES GORGES DU BLAVET

LA BOUVERIE — BAGNOLS-EN-FORÊT



Découvrez la collection des vestiges préhistoriques à la Maison de la Préhistoire, au cœur de la Bouverie. Vous pouvez également faire une dégustation de vins* au Domaine de la Bouverie ou au Domaine de Marchandise.

Le Blavet prend sa source à Bagnols-en-Forêt et se jette dans le fleuve de l'Argens. Creusées dans des **roches volcaniques de couleur rouge**, les gorges offrent de **belles curiosités géologiques** comme la grotte du Muéron.



LES GORGES DU BLAVET VERSION LONGUE

Distance : 10 km
 Dénivelé : 423 m
 Durée : 3h30 | Boucle
 Difficulté : ★★★★★



LES GORGES DU BLAVET VERSION COURTE

Distance : 3,2 km
 Dénivelé : 102 m
 Durée : 2h | Boucle
 Difficulté : ★★★★★

LE SITE RAPHÉLE

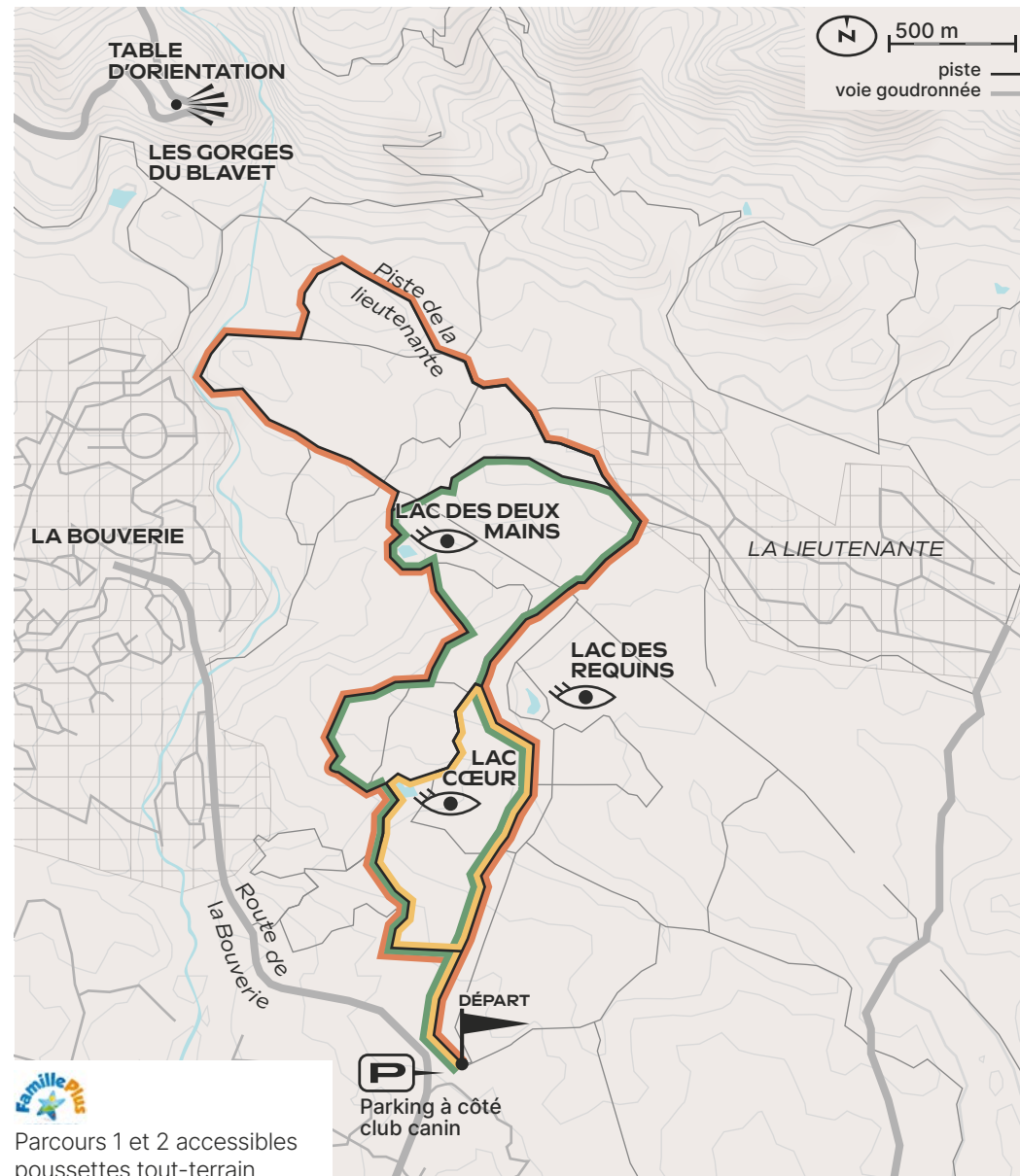
LA BOUVERIE



Dans une **forêt méditerranéenne de pins parasols**, la terre ocre des chemins contraste avec le bleu du ciel et le vert de la végétation. Sans difficulté et de courte durée, une partie des parcours sont accessibles à tous. **Les balades mènent à la découverte de petits lacs secrets dont le lac de cœur**, où l'on peut facilement imaginer sa forme. La faune et la flore de ces lieux se révèlent au fil des saisons à pieds ou à vélo.



Au retour de votre balade, rencontrez Frédérique Michel dans sa nouvelle cave du Domaine du Blavet. Un vigneron passionné vous accueille dans le domaine viticole familial présent depuis 5 générations à la Bouverie.



Parcours 1 et 2 accessibles poussettes tout-terrain

PARCOURS 1



Distance : 4,2 km
Dénivelé : +40 m
Durée : 1h

Difficulté : ★ | Boucle

PARCOURS 2



Distance : 7,6 km
Dénivelé : +82 m
Durée : 2h

Difficulté : ★★ | Boucle

PARCOURS 3



Distance : 10,5 km
Dénivelé : +97 m
Durée : 2h50

Difficulté : ★★★ | Boucle

LE LAC DE L'ARÉNA

ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS




À l'issue de votre balade, offrez-vous une visite du village médiéval de Roquebrune, et n'oubliez pas de passer par la Maison du Terroir pour une pause gourmande. En face du lac, découvrez les Orchidées Vacherot, serres de production familiale d'orchidées. Un arc en ciel de couleurs toute l'année.

Le Lac de l'Aréna est un lac artificiel situé au pied du Rocher de Roquebrune. D'une superficie d'environ 30 hectares, il est alimenté par le fleuve de l'Argens.

Ce site constitue un grand intérêt écologique, la vie sauvage y est florissante. Pour l'histoire, ce lac résulte de la mise en eau d'une ancienne carrière d'extraction de sable exploitée pendant une quarantaine d'années.



- ▶ Départ : Parking du Lac de l'Aréna
- ✎ Distance : 3,5 km
- ▲ Dénivelé : 6 m
- 🕒 Durée : 1h15
- 🔄 Boucle
- ★ Difficulté : ★
-  Accessible poussettes tout-terrain



En toute saison, une piste de balade pour faire du footing, apprendre à faire du vélo ou pique-niquer. Une passerelle a été créée afin de permettre le tour complet du lac.

LE SENTIER DU LITTORAL

LES ISSAMBRES



Dégustez une glace artisanale chez Cocoa Chocolaterie ou encore flânez les pieds dans l'eau sur la plage San Peire.



Le littoral des Issambres est riche en activités nautiques mais également en randonnées. **Arpentez le célèbre sentier des douaniers**, créé sous le Second Empire et emprunté par les douaniers sous la révolution pour surveiller les côtes varoises. **Baladez-vous entre plages de sable, criques et calanques**. Sur votre chemin, ouvrez grand les yeux et admirez le vivier Gallo-Romain, classé au titre des Monuments Historiques. C'est le plus beau vivier Gallo-Romain connu à ce jour en France.



- 🚩 Départ : Parking pointe de l'Arpillon, plage San Peire
- 🚌 Distance : 8 km
- ⬆️ Dénivelé : +4 m
- 🕒 Durée : 2h30 | → Aller simple
- ⚔️ Difficulté : ★★★

Retour possible à votre point de départ en empruntant la ligne du bus 876 ou 23 Saint-Aygulf > Les Issambres. Rapprochez-vous de l'Office de Tourisme pour connaître les horaires (04 94 19 89 89).

▲ // Certains passages empruntent la route D559

LE VALLON DE LA GAILLARDE

LES ISSAMBRES



Pour les amoureux des grands espaces avec vue mer, rendez-vous au Vallon de la Gaillarde avec son **paysage grandiose sur le golfe de Saint-Tropez et l'Esterel.**

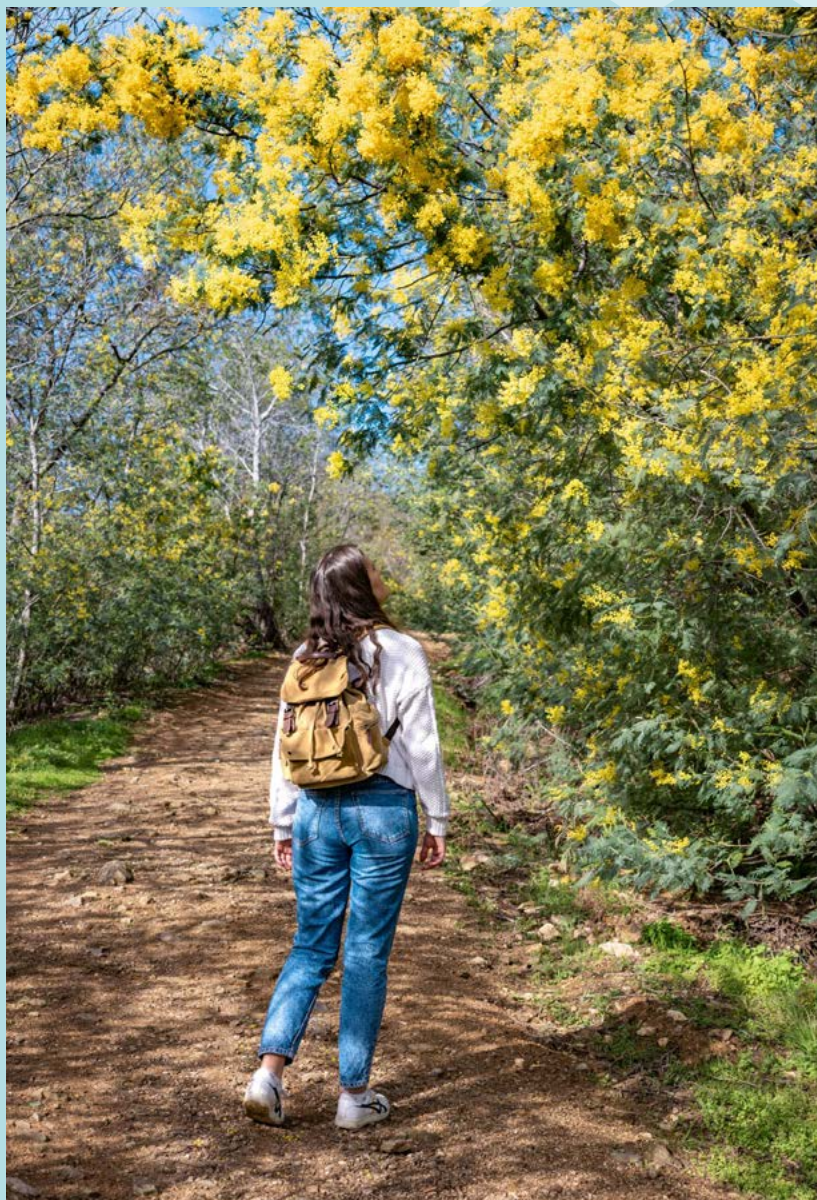
Afin d'allier pratique sportive et découverte du territoire, promenez-vous **entre vestiges historiques et espaces verdoyants.**

Ce site naturel préservé par le Conservatoire du Littoral est une bouffée d'oxygène à quelques kilomètres de l'ambiance conviviale des Issambres.

En période de transhumance, vous pourrez même apercevoir des moutons !

LES SENTIERS DU VALLON DE LA GAILLARDE

LES ISSAMBRES



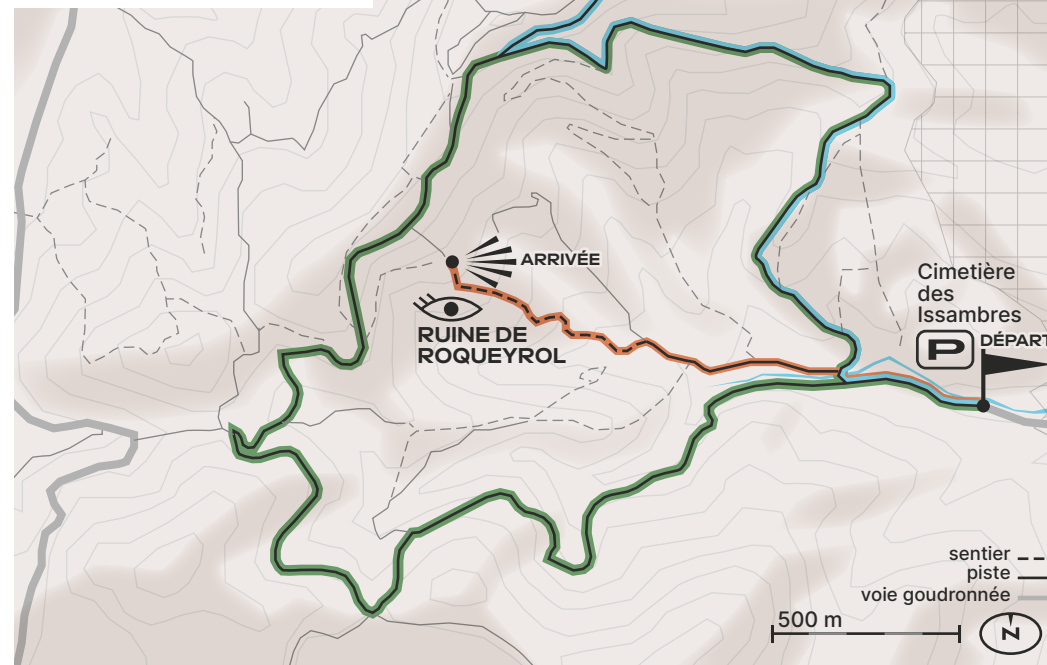
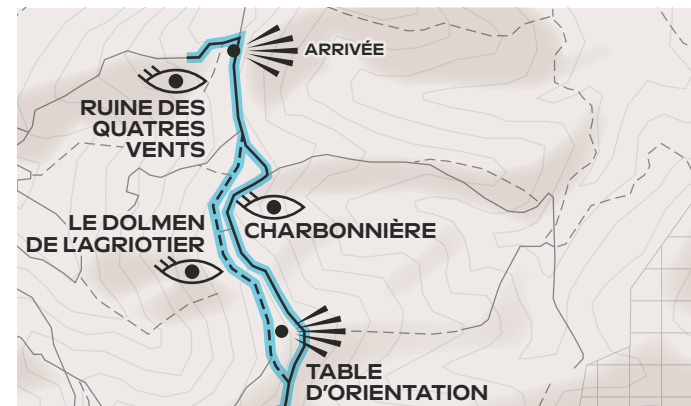
Désaltérez-vous à la terrasse de l'un des cafés restaurants place San Peïre ou sur la plage. Le lieu idéal pour un coucher de soleil.

SENTIER DE L'AGRIOTIER



7,6 km
+240 m
3h
A/R | ★★

Tout au long du parcours, découvrez des vestiges historiques tels que les Dolmens et la ruine des Quatre Vents. Une magnifique vue sur la baie des Issambres vous attend au sommet !



SENTIER DE L'AGRICULTURE



7 km | +100 m
2h30 | Boucle | ★★

Une agréable randonnée dans les Petites Maures, qui vous fera découvrir le maquis provençal !

SENTIER DE L'HISTOIRE



3 km | +130 m
1h30 | A/R | ★

Une balade dans les collines surplombant la mer Méditerranéenne et menant aux ruines agricoles de Roqueyrol. De janvier à février le sentier de l'Histoire est bordé de Mimosa. Un voyage olfactif d'exception.

LA CHARTE DU RANDONNEUR ÉCO-RESPONSABLE

Et si nous adoptions tous les bons gestes ?

Les massifs forestiers, les plages, les calanques sont des trésors naturels. **Leur préservation est au cœur de chaque balade.** Vous empruntez un sentier de randonnée, dans un espace naturel, sur une propriété privée ou publique.

Les sentiers sont pour tous, une cohabitation respectueuse et bienveillante entre usagers (propriétaires, chasseurs, promeneurs, vététistes, forces de sécurité et protection...) est essentielle.



Respecter les espaces protégés : laisser le site propre et respecter la faune, la flore et le patrimoine.



Favoriser le réutilisable : Une gourde plutôt qu'une bouteille en plastique.



Privilégier un équipement adapté à la randonnée : les chaussures de randonnée et la gourde d'eau sont les indispensables. La casquette et la crème solaire sont aussi vos alliés.



Choisir une randonnée adaptée à ses conditions physiques et savoir faire demi-tour au bon moment pour sa sécurité. Prévenir une personne de votre parcours et de votre horaire si vous randonnez seul.



Rester sur les sentiers balisés pour éviter le piétinement de la végétation et l'érosion : La flore et les milieux naturels traversés en randonnée sont fragiles.



Garder nos amis les chiens en laisse : pour la sécurité de votre animal et de la faune sauvage, il est préférable d'éviter toute rencontre indésirable.



Repartir avec vos déchets, ne pas laisser de traces. Prévoir un petit sac poubelle pour stocker les déchets. Fausse idée : certains déchets organiques mettent parfois plusieurs années à se décomposer (épluchures d'orange et peaux de banane).



Ne pas cueillir les fleurs et les plantes : aussi tentant qu'il soit de rentrer chez soi avec un bouquet de fleurs, la cueillette met en danger l'équilibre des écosystèmes. De plus certaines espèces sont protégées.



Le feu est interdit, et ne pas oublier qu'un mégot de cigarette peut déclencher un feu de forêt.



Si les parkings sont pleins, le **stationnement sauvage est interdit.** Merci de reporter votre visite et d'éventuellement covoiturer pour une prochaine venue.



Tortue d'Hermann, espèce protégée



Le camping sauvage est interdit.



Ne pas interagir avec la faune car cela perturbe leur mode de vie. Nourrir les animaux peut également être mauvais pour leur santé.



Rester discret et éviter les nuisances sonores (enceintes, cris...).



Les véhicules à moteur sont interdits.



Consulter la météo pour adapter votre choix de randonnée et votre horaire de départ. Éviter de randonner en cas de fortes chaleurs.



Sur certains secteurs, l'activité de chasse est autorisée. Respecter les panneaux et les consignes des chasseurs.



L'accès au massif est réglementé du 15 juin au 15 septembre. La préfecture du Var édite chaque jour une carte d'autorisation : www.var.pref.gouv.fr/massifs



NUMÉRO D'URGENCE : 112

LES OFFRES DE BALADES DE L'OFFICE DE TOURISME



Réservation au +33 4 94 19 89 89 ou sur
www.roquebrunesurargens-tourisme.fr

Balade gourmande & patrimoine

Partez à la découverte des secrets du village médiéval et goûtez à la quiétude de la vie provençale pendant une visite guidée et commentée de 2h30 sous le signe de la convivialité et de la gourmandise. Remontez le fil du temps à la Maison du Patrimoine, lieu incontournable pour découvrir l'histoire de Roquebrune, et à la Maison du Chocolat et Cacao pour un retour en enfance. Les saveurs locales sont mises à l'honneur grâce aux étapes dégustations chez nos artisans chocolatiers et à la Maison du Terroir.

Le mardi matin

📍 Départ : Maison du Chocolat

🕒 Durée : 2h30

8€ par adulte et 4€ par enfant

Balade terroir

Sur la route de la Bouverie, au milieu des vignes, apparaissent les couleurs ocres des falaises. Les confins de l'Estérel se dessinent avec ces gorges vertigineuses où coule la petite rivière du Blavet. Les parfums de sarriette, de thym et de romarin émanent du maquis.

Nous vous proposons une balade en van électrique à la découverte de producteurs passionnés, au cœur d'une nature sauvage.

Visite et dégustations dans des domaines viticoles, découverte de miels chez un apiculteur.

Au retour de cette balade, découvrez la Maison de la Préhistoire et son exposition d'objets et d'outils retrouvés dans les grottes, au pied des Gorges.

Du mercredi au vendredi en juillet et août, départs à 9h30 et 15h

📍 Départ Maison de la Préhistoire

🕒 Durée : 2h30

Gratuit

Randonnées accompagnées

L'office de Tourisme est partenaire de guides de randonnée. Si vous souhaitez être accompagnés sur les parcours de randonnée, n'hésitez pas à contacter l'Office de Tourisme de Roquebrune ou à vous rendre sur notre site web :

➔ www.roquebrunesurargens-tourisme.fr



MES SOUVENIRS DE RANDONNÉE :



Directrice de publication : Séverine Roger
Rédaction : service communication
Conception : Agence Declik
Cartographie : Agence Declik,
ville de Roquebrune-sur-Argens
Photos couverture : la Poulpe fiction
Crédit photos : Ville de Roquebrune-sur-Argens,
Nico Gomez, Florian Moins, Office de Tourisme
de Roquebrune-sur-Argens, Yaël Boutroix,
les 4 Vandrouilleurs
Tirage : mars 2024 – 2 000 exemplaires
Impression : Caractère

Office de tourisme Roquebrune-sur-Argens

Place Perrin

83520 Roquebrune-sur-Argens

+33 4 94 19 89 89

village@roquebrunesurargens.fr

Office de tourisme Les Issambres

Place San Peire

83380 Les Issambres

+33 4 94 19 89 89

issambres@roquebrunesurargens.fr

