

ROQUEBRUNE VILLAGE • LES ISSAMBRES • LA BOUVERIE



GUIDE

Rando

L'AVENTURE COMMENCE ICI





Directrice de publication :
Séverine Roger
Rédaction :
Service Communication OT
Ville de Roquebrune-sur-Argens
Conception :
Le Petit Œil

Cartographie : IGN, Ville de
Roquebrune-sur-Argens
Crédits photo : Yaël Boutroix,
Office de Tourisme, Florian
Moins, les 4 vandrouilleurs,
Ville de Roquebrune-sur-Argens

Photo couverture :
Yaël Boutroix
Tirage : Juin 2026
5 000 exemplaires
Impression :
Caractère imprimeur



Ne pas jeter sur la voie publique

2 • GUIDE RANDO ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

LES ITINÉRAIRES DE RANDONNÉE

N°	Nom de la randonnée	Difficulté	Parcours	⌚	Thématiques	Page
1	BASSE ROUQUAIRE			1h45		10
2	LES HAUTS PÉTIGNONS			1h30		11
3	LES HAUTES ROQUES			1h30		12
4	LA DRAILLE DU FACTEUR			1h30		13
5	LE ROCHER DE PALAY			1h30		14
6	LE MOULIN DES SERRES			3h00		19
7	LES CAMPONS			3h30		20
8	LES CLOS			4h30		21
9	VAL D'ENFER			4h30		22
10	SENTIER BOTANIQUE			0h50		23
11	LE LAC DE L'ARÉNA			1h30		25
12	SENTIER JAUNE			1h20		29
13	SENTIER ROUGE			2h10		30
14	SENTIER VERT			1h15		31
15	PARCOURS 1			1h15		33
16	PARCOURS 2			2h15		34
17	PARCOURS 3			2h50		35
18	SENTIER DU LITTORAL			2h30		39
19	SENTIER DE L'HISTOIRE			1h30		43
20	SENTIER DE L'AGRIOTIER			3h00		44
21	SENTIER DE L'AGRICULTURE			2h30		45
22a	SENTIER DES COLLINES			6h45		47
22b	SENTIER DES COLLINES			7h30		49
22c	SENTIER DES COLLINES			4h30		51

Sportif • Famille • Forêt • Panorama • Au bord de l'eau • Aller • Aller/retour • Boucle

ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS GUIDE RANDO • 3

CHARTRE DU Randonneur



Respecter les sentiers balisés pour éviter le piétinement de la végétation et l'érosion des sols.

Les écosystèmes traversés en randonnée sont fragiles.



Repartir avec ses déchets : chaque déchet, même le plus petit, a un impact sur la faune et la flore. Prévoir un sac poubelle pour les emporter.

Certains déchets organiques, comme les épluchures d'orange ou les peaux de banane, mettent plusieurs années à se décomposer.



Favoriser le réutilisable : et si le meilleur déchet était tout simplement celui que nous évitons de créer ?

Les gourdes et contenants réutilisables sont de bonnes alternatives eco-friendly.



Ne pas cueillir de fleurs ou plantes : aussi tentant qu'il soit de rentrer chez soi avec un bouquet de fleurs, la cueillette met en danger l'équilibre des écosystèmes.

Mieux encore : capturer leur beauté en photo pour un souvenir qui dure !



Ne pas interagir avec la faune : les nourrir est néfaste pour leur santé.

Leur régime alimentaire est différent du nôtre.



Apprécier le silence de la nature : enceintes, drones et cris perturbent les animaux.

Et si... On écoutait plutôt le chant des oiseaux et le murmure du vent dans les arbres ?



Tenir son chien en laisse : pour la sécurité de votre animal et de la faune sauvage, il est préférable d'éviter toute rencontre indésirable.

Le chien est l'ami de l'Homme, mais la proie des animaux sauvages.



Sur les sites de randonnée le camping sauvage, le bivouac et les véhicules à moteur sont interdits.

Privilégier une aventure responsable.



Sur certains secteurs, l'activité de la chasse est autorisée.

Respecter les panneaux et les consignes pour profiter de la nature en toute sécurité.



Si les parkings sont complets, le stationnement sauvage est interdit.

Reporter la randonnée à un moment plus calme pour une expérience optimale.



Respecter les conditions d'accès aux massifs : dans la nature, les risques d'incendie sont présents toute l'année.

Ne jamais fumer ni allumer de feu, un incendie se déclare rapidement.



L'accès aux massifs est réglementé de mi-juin à fin septembre

La préfecture du Var édite chaque jour avant 19h une carte d'accès aux massifs : www.risque-prevention-incendie.fr/var



Numéro d'urgence | 112



LES ESSENTIELS

du Randonneur

LES BONS RÉFLEXES AVANT DE PARTIR EN RANDONNÉE



Choisir un itinéraire adapté aux capacités physiques de tous les participants.

Les enfants ont de petites jambes, prévoir des pauses ! Faire demi-tour si nécessaire.



Préparer son itinéraire avec le tracé GPX et le pas à pas du guide.



Vérifier la météo avant de partir.

Éviter de randonner en cas de fortes chaleurs, de pluie ou de risque d'orage.



Informez une personne de votre itinéraire et heure de départ.

Surtout si vous partez seul.

La check list



Chaussures de randonnée ou baskets avec bonne adhérence



Pull et coupe-vent, même si le temps semble clément



Téléphone portable chargé



Casquette et crème solaire



Lampe torche en cas de retour tardif ou d'imprévu



Gourde d'eau pleine



Le sac à dos bien pensé



Guide de rando



Encas / barres de céréales



Trousse de premiers secours

MÊME UNE PETITE BALADE NÉCESSITE UN ÉQUIPEMENT ADAPTÉ

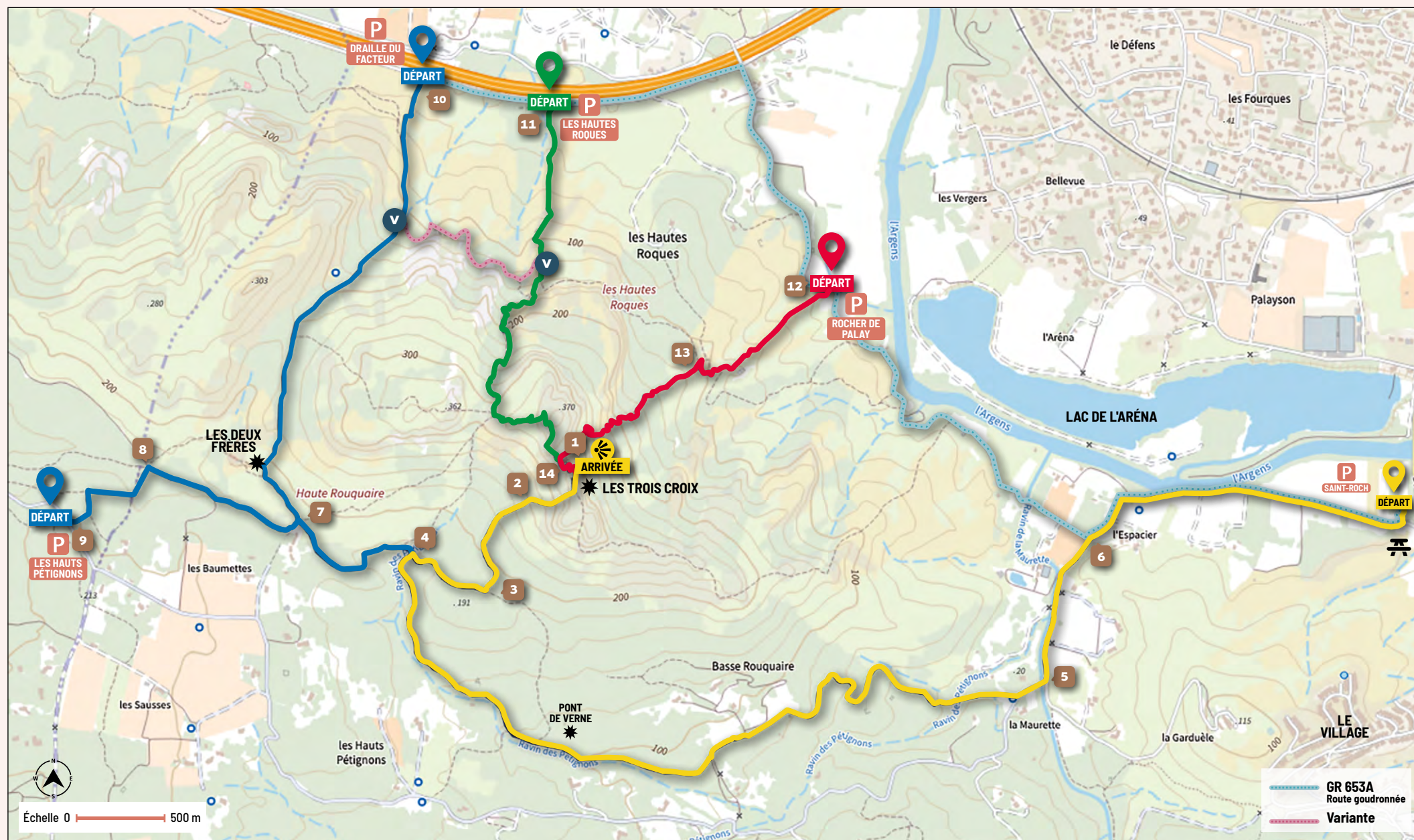


UN SEUL RAYON
DE SOLEIL SUFFIT
À DISSIPER
DES MILLIONS
D'OMBRES

- FRANÇOIS D'ASSISE -

ROCHER DE ROQUEBRUNE

Le Rocher de Roquebrune, site classé Natura 2000 pour sa biodiversité remarquable, allie géologie singulière et patrimoine historique.



BASSE ROUQUAIRE



DÉPART

Depuis le parking Saint-Roch, prendre à droite sur la route goudronnée et parcourir 970 m pour atteindre le poteau [P6].

Au croisement, continuer tout droit sur la route des Pétignons sur 380 m.

Poursuivre sur la droite en franchissant le pont et avancer sur 100 m jusqu'au poteau [P5]. Prendre à droite et s'engager sur le sentier jaune et GR 653A (ancien GR51) sur 1 050 m.

S'arrêter pour capturer l'instant photo souvenir de l'ancien GR51 puis continuer sur le sentier jaune sur 120 m avant de prendre à droite sur 660 m.

Au panneau, faire un détour en empruntant le sentier sur la gauche (aller-retour de 100 m) pour admirer le pont de Verne.

Au poteau [P4], prendre à droite en restant sur le sentier jaune sur 250 m, puis, au poteau [P3], prendre à gauche. À 170 m, sur votre gauche, admirer l'ancienne bergerie.

Continuer sur 160 m, puis prendre les marches situées à droite, au milieu d'un mur en pierre, pour atteindre le poteau [P2]. Au poteau [P2], prendre à droite à travers le bois sur 130 m. S'aider d'une main courante sur quelques passages pour faciliter la progression en toute sécurité. Poursuivre l'ascension en empruntant les marches sur environ 60 m.

Prendre ensuite à gauche et utiliser la main courante sur quelques mètres pour accéder au sommet du Rocher.

Faire une pause pour découvrir les Trois Croix ainsi qu'un point de vue à 360°.

Possibilité de poursuivre sur un autre sentier balisé (rouge ou vert) ou de faire demi-tour par le même itinéraire.

Attention : la descente est technique et exige une vigilance accrue.

Infos pratiques

Le Rocher de Roquebrune est un site de randonnée réservé aux sportifs. Ce sentier se termine par une montée particulièrement physique dotée de mains courantes, et il est déconseillé aux personnes sujettes aux vertiges. Certains passages peuvent être glissants en cas de pluie. L'accès au sommet des Trois Croix est dangereux en cas de vent fort. Les chiens sont déconseillés.

4.8 km



Niveau de difficulté Sportif

POINT DE DÉPART

P Saint-Roch
[43.448293, 6.632803]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

À l'entrée du village, prendre la première à droite après le pont de l'Argens.

Durée estimée 1h45	Parcours Aller
Altitude Mini 11 Maxi 373	Dénivelé cumulé +306m
Couleur du parcours balisé	

En chemin

Chapelle Saint-Roch
Le pont de Verne
Les Trois Croix



RANDO

1

LES HAUTS PÉTIGNONS



DÉPART

Depuis le parking les Hauts Pétignons, à droite du panneau d'information, prendre le sentier bleu se présentant face à vous en laissant le poteau [P9] sur votre droite.

À 100 m, prendre à droite, continuer sur 50 m et prendre à droite pour éviter la descente pentue et dangereuse. En bas, parcourir 200 m pour emprunter le sentier qui traverse les bruyères afin d'atteindre le poteau [P8], puis prendre à droite pour poursuivre sur le sentier bleu.

À 550 m, prendre à gauche et continuer sur 270 m pour arriver au poteau [P7]. Faire une pause pour admirer la vue sur le Rocher et les Trois Croix, qui marquent l'objectif de la randonnée, puis prendre à droite.

Au poteau [P4], poursuivre tout droit sur le sentier jaune sur 250 m, puis, au poteau [P3], prendre à gauche. À 170 m, sur la gauche, admirer l'ancienne bergerie.

Continuer sur 160 m, puis prendre les marches situées à droite, au milieu d'un mur en pierre, pour atteindre le poteau [P2]. Au poteau [P2], prendre à droite à travers le bois sur 130 m. S'aider d'une main courante sur quelques passages pour faciliter la progression en toute sécurité. Poursuivre l'ascension en empruntant les marches sur environ 60 m.

Prendre ensuite à gauche et utiliser la main courante sur quelques mètres pour accéder au sommet du Rocher. Faire une pause pour découvrir les Trois Croix ainsi qu'un point de vue à 360°.

Possibilité de poursuivre sur un autre sentier balisé (rouge ou vert) ou de faire demi-tour par le même itinéraire.

Attention : la descente est technique et exige une vigilance accrue.

Infos pratiques

Le Rocher de Roquebrune est un site de randonnée réservé aux sportifs. Ce sentier se termine par une montée particulièrement physique dotée de mains courantes, et il est déconseillé aux personnes sujettes aux vertiges. Certains passages peuvent être glissants en cas de pluie. L'accès au sommet des Trois Croix est dangereux en cas de vent fort. Les chiens sont déconseillés.

2.1 km



Niveau de difficulté Sportif

POINT DE DÉPART

P Les Hauts Pétignons
Commune du Muy
[43.448019, 6.586274]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

À l'entrée du village, prendre la première à droite après le pont de l'Argens.

Suivre le chemin La Maurette sur 2,7 km, puis tourner à droite sur le Chemin des Bas Pétignons pour 1,9 km.

Tourner à droite, le parking est à 400 m.

Durée estimée 1h30	Parcours Aller
Altitude Mini 177 Maxi 373	Dénivelé cumulé +217m
Couleurs du parcours balisé	

En chemin

Les Trois Croix



RANDO

2



LES HAUTES ROQUES



DÉPART

Depuis le parking Les Hautes Roques, à droite du panneau d'information, prendre le sentier vert se présentant face à vous en laissant le poteau [P11] sur votre gauche.

À 180 m, marcher tout droit en direction de la plateforme rocheuse. Continuer sur 120 m et prendre à gauche. Poursuivre sur 100 m et bifurquer à gauche. Au pied de la falaise, prendre à droite sur le sentier qui serpente sous les arbres sur 300 m. Au panneau "Variante", possibilité d'emprunter le sentier sur 600 m pour rejoindre le sentier bleu. Autrement, continuer à monter en suivant le balisage vert sur 230 m. Prendre à droite sur 30 m, puis s'engager à gauche sur la montée technique et poursuivre sur 100 m.

Prendre à droite et progresser sur 180 m, puis prendre à gauche. Continuer sur le sentier vert sur 100 m.

Emprunter une descente sur 100 m, avec des passages délicats puis suivre le balisage vert. À [P14], bifurquer à gauche sur le sentier rouge et amorcer une descente sur environ 20 m de rochers et continuer à gauche sous les arbres sur 10 m.

Prendre à gauche à travers les rochers en direction de la main courante. S'aider de la chaîne pour faciliter l'ascension. Continuer l'ascension sur 30 m en restant vigilant : passage délicat. Poser soigneusement les pieds sur les marches en acier et s'aider de la chaîne pour progresser en toute sécurité.

Au pied des Trois Croix, choisir entre deux options : partir sur la gauche pour rejoindre une première croix (aller-retour) ou suivre la direction de la main courante face à vous afin d'atteindre le sommet.

Possibilité de poursuivre sur un autre sentier balisé (rouge ou jaune) ou de faire demi-tour par le même itinéraire.

Attention : la descente est technique et exige une vigilance accrue.

Infos pratiques

Le Rocher de Roquebrune est un site de randonnée réservé aux sportifs. Ce sentier se termine par une montée particulièrement physique dotée de mains courantes, et il est déconseillé aux personnes sujettes aux vertiges. Certains passages peuvent être glissants en cas de pluie. L'accès au sommet des Trois Croix est dangereux en cas de vent fort. Les chiens sont déconseillés.

1.6 km



Niveau de difficulté Sportif

POINT DE DÉPART

P Les Hautes Roques
[43.458500, 6.603168]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

À l'entrée du village, prendre la première à droite après le pont de l'Argens.

Suivre le chemin La Maurette sur 970 m, puis tourner à droite 1,7 km sur le chemin de la Roquette puis tourner à gauche sur 830 m.

Durée estimée 1h30	Parcours Aller
Altitude Mini 25 Maxi 373	Dénivelé cumulé +375m
Couleurs du parcours balisé 	

En chemin
Les Trois Croix



LA DRAILLE DU FACTEUR



DÉPART

Depuis le parking de La Draille du Facteur, traverser la route pour rejoindre le départ du sentier au poteau [P10] et suivre le sentier bleu.

À 150 m, prendre à droite, parcourir 70 m, puis prendre successivement à droite et à gauche sur 10 m supplémentaires. Continuer la montée sur 220 m en admirant le panorama.

Au croisement du panneau "Variante", possibilité d'emprunter le sentier sur 600 m pour rejoindre le sentier vert. Autrement, bifurquer à droite pour pénétrer dans la partie boisée sur 700 m.

À hauteur du poteau indiquant les Deux Frères, emblème de Roquebrune-sur-Argens, effectuer un aller-retour (180 m) pour admirer la formation géologique.

Poursuivre la randonnée sur le sentier bleu jusqu'au poteau [P7], puis continuer tout droit jusqu'au poteau [P4]. Faire une pause pour admirer la vue spectaculaire sur le rocher et les Trois Croix.

Possibilité de poursuivre sur le sentier balisé jaune ou de faire demi-tour par le même itinéraire.



LES DEUX FRÈRES

Infos pratiques

Certains passages peuvent être glissants en cas de pluie. Les chiens sont déconseillés.

1.9 km



Niveau de difficulté Sportif

POINT DE DÉPART

P Draille du facteur
[43.459377, 6.598294]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

À l'entrée du village, prendre la première à droite après le pont de l'Argens.

Suivre le chemin La Maurette sur 970 m, puis tourner à droite 1,7 km sur le chemin de la Roquette puis tourner à gauche sur 1,2 km.

Durée estimée 1h30	Parcours Aller
Altitude Mini 25 Maxi 231	Dénivelé cumulé +206m
Couleur du parcours balisé 	

En chemin
Les Deux Frères





LE ROCHER DE PALAY



DÉPART

Depuis le parking du Rocher de Palay, à gauche du panneau d'information, au poteau [P12], emprunter le sentier balisé en rouge sur 400 m. Prendre à droite et de nouveau à droite à 50 m.

Prendre à gauche, puis poursuivre tout droit jusqu'au poteau [P13]. Après le poteau, avancer sur 100 m, prendre à gauche pour pénétrer dans la forêt et entamer la montée progressive. Après 300 m, faire une pause sur la gauche pour profiter du point de vue sur la plaine de l'Argens. Faire preuve de vigilance et ne pas s'approcher du bord.

Poursuivre l'ascension sur 90 m. À hauteur des mains courantes, s'aider des chaînes pour progresser sur 100 m. Poursuivre l'ascension en serpentant entre les rochers.

Au croisement du poteau [P14], prendre le temps d'admirer le panorama sur le massif des Maures, la Sainte-Baume et la Sainte-Victoire par temps dégagé. Bifurquer à gauche et amorcer une descente sur environ 20 m de rochers et continuer à gauche sous les arbres sur 10 m.

Prendre à gauche à travers les rochers en direction de la main courante. S'aider de la chaîne pour faciliter l'ascension. Continuer l'ascension sur 30 m en restant vigilant : passage délicat. Poser soigneusement les pieds sur les marches en acier et s'aider de la chaîne pour progresser en toute sécurité.

Au pied des Trois Croix, choisir entre deux options : partir sur la gauche pour rejoindre une première croix (aller-retour) ou suivre la direction de la main courante face à vous afin d'atteindre le sommet.

Possibilité de poursuivre sur un autre sentier balisé (jaune ou vert) ou de faire demi-tour par le même itinéraire.

Attention : la descente est technique et exige une vigilance accrue.

Infos pratiques

Le Rocher de Roquebrune est un site de randonnée réservé aux sportifs. Ce sentier se termine par une montée particulièrement physique dotée de mains courantes, et il est déconseillé aux personnes sujettes aux vertiges. Certains passages peuvent être glissants en cas de pluie. L'accès au sommet des Trois Croix est dangereux en cas de vent fort. Les chiens sont déconseillés.

1.3 km



Niveau de difficulté Très sportif

POINT DE DÉPART

P Rocher de Palay
[43.453824, 6.612853]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

À l'entrée du village, prendre la première à droite après le pont de l'Argens.

Suivre le chemin La Maurette sur 970 m, puis tourner à droite sur le chemin de la Roquette sur 800 m puis tourner à gauche à hauteur du parking.

Durée estimée 1h30	Parcourez Aller
Altitude Mini 11 Maxi 373	Dénivelé cumulé +340m
Couleur du parcours balisé	

En chemin
Les Trois Croix



LE ROCHER DE ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

GÉOLOGIE DU ROCHER

Le Rocher de Roquebrune est une roche détritique formée de 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 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 ainsi que le papillon Jason de l'arbousier. Dans les milieux ouverts, des falaises, des rochers et le maquis sont présents. On y trouve une fougère tropicale, le notholéma de Maranta, l'orchidée Ophrys, le figuier de barbarie, la romulée de columna et la lavande des Maures. À noter que la violette de Roquebrune est la seule plante endémique du Rocher. Cette variété de pensée a été identifiée en 2004. Les espèces animales caractéristiques de ce milieu sont le lézard ocellé, le hibou grand-duc, le merle bleu, la huppe fasciée, le fourmilion géant, la couleuvre de Montpellier 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 héli treuillées. L'œuvre qui domine désormais la plaine de l'Argens a été inaugurée le 11 juillet 1991.

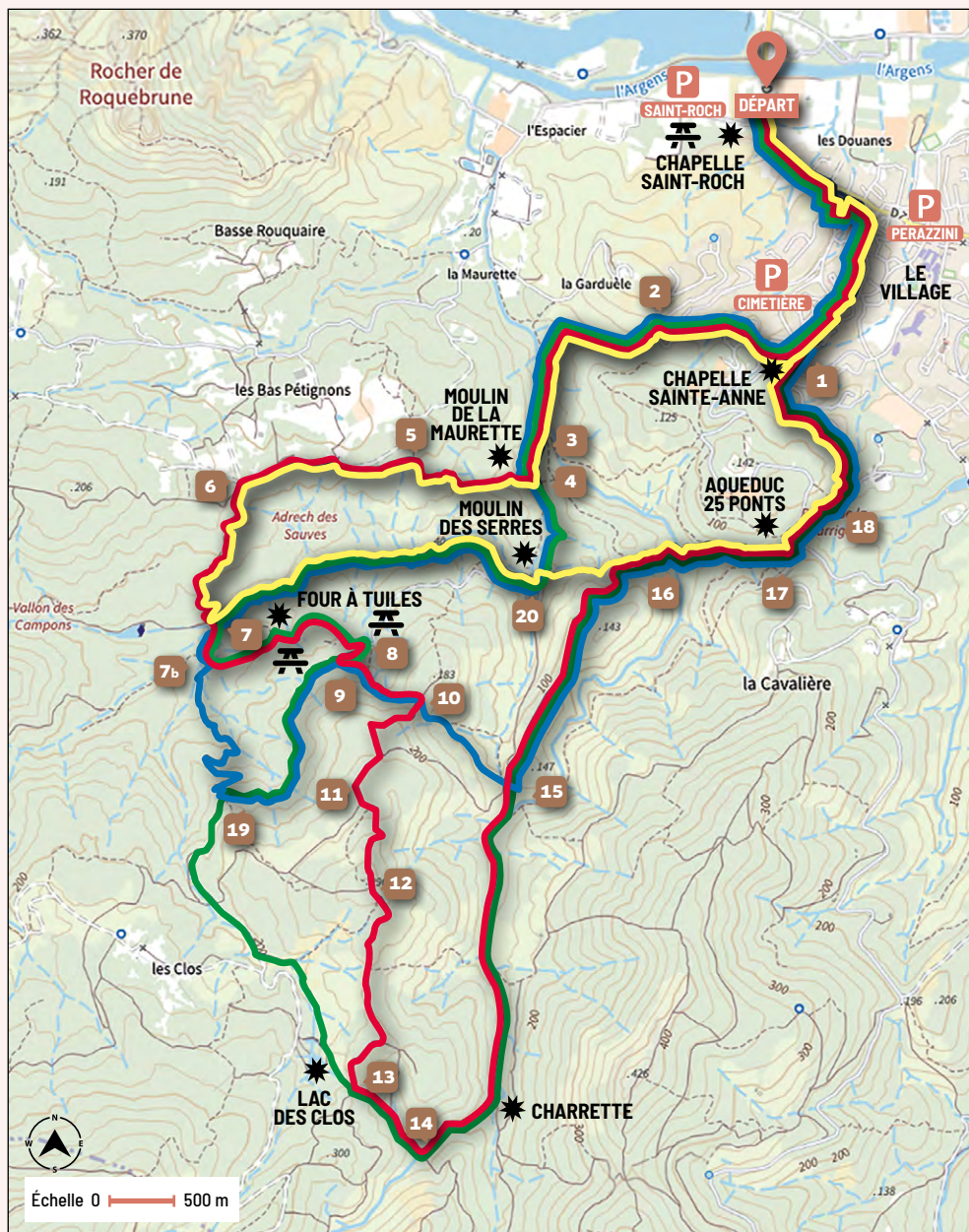


LA RANDONNÉE
EST LE MEILLEUR
MOYEN DE DÉCOUVRIR
LA BEAUTÉ
DE LA NATURE
ET LA RICHESSE
DE SOI-MÊME

- RALPH WALDO EMERSON -

SITE DES 25 PONTS CAVALIÈRES

Entre sources d'eau et vestiges historiques, chaque pas révèle un pan de l'histoire roquebrunoise.



© IGN - Édition 2025 - Copie et reproduction interdites

ROQUEBRUNE VILLAGE

LE MOULIN DES SERRES



DÉPART

Depuis le parking Saint-Roch, traverser le village en direction de la chapelle Sainte-Anne située en haut du village [P1].

Depuis la chapelle Sainte-Anne, prendre à droite sur la route et progresser sur 550 m pour rejoindre la piste forestière des Campons [P2]. Suivre cette piste sur 1,4 km jusqu'au croisement [P4].

Prendre à droite et s'engager sur un sentier où la descente, rocailleuse et technique, exige de la vigilance. À la fin de la descente, traverser le cours d'eau "La Maurette" pour rejoindre l'autre rive et suivre le balisage jaune sur la droite. Poursuivre l'ascension sur 600 m jusqu'au poteau [P5].

Prendre le sentier à gauche et progresser sur 600 m jusqu'au poteau [P6]. Emprunter sur la gauche la piste des Clos et poursuivre sur 900 m jusqu'au poteau [P7].

S'engager sur le sentier à gauche et poursuivre sur 900 m avant de franchir "La Maurette". Suivre le sentier sur l'autre rive sur 500 m jusqu'au poteau [P20], en passant devant l'ancienne scierie. Prendre la montée en face jusqu'au poteau [P16].

Tourner à gauche, puis amorcer une descente sur 550 m, prudence, le terrain peut être glissant selon la météo. Franchir le gué de "La Petite Maurette", puis, 60 m plus loin, prendre à gauche. Entamer une ascension soutenue sur 550 m jusqu'au poteau [P17]. Tourner à gauche sur 80 m, puis à droite pour rejoindre le site des 25 Ponts. Poursuivre tout droit et emprunter le sentier botanique [P18] menant à la chapelle Sainte-Anne.

Durant la descente, admirer le panorama exceptionnel sur le village médiéval et le massif de l'Estérel.

À la chapelle Saint-Anne, rejoindre le parking Saint-Roch en traversant les ruelles du village.

Infos pratiques

Certaines descentes présentent une technicité, avec des passages rocailloux et instables, particulièrement glissants par temps de pluie. En cas de fortes pluies, le franchissement des gués devient impraticable.



9.6 km

Niveau de difficulté Famille sportive

POINT DE DÉPART

P Saint-Roch
[43.448293, 6.632803]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

À l'entrée du village, prendre la première à droite après le pont de l'Argens.

Parkings alternatifs

P Perazzini
[43.445517, 6.640148]

P Cimetière
[43.440032, 6.634034]

Durée estimée 3h	Parcours Boucle
Altitude Mini 11 Maxi 111	Dénivelé cumulé +217m
Couleur du parcours balisé	

En chemin

Chapelle Sainte-Anne
Moulin de La Maurette
Moulin des Serres
Aqueduc des 25 ponts



TRACÉ GPX

RANDO

6



LES CAMPONS



DÉPART

Depuis le parking Saint-Roch, traverser le village en direction de la chapelle Sainte-Anne située en haut du village [P1].

De la chapelle Sainte-Anne, prendre à droite sur la route et progresser sur 550 m pour rejoindre la piste forestière des Campons [P2]. Suivre cette piste sur 1 940 m jusqu'au croisement [P20].

Prendre à droite et s'engager sur le sentier bleu au niveau de l'ancienne scierie. Suivre le sentier qui longe le cours d'eau "La Maurette" sur 500 m, franchir le cours d'eau, puis poursuivre sur 900 m pour rejoindre le poteau [P7].

Prendre à gauche, franchir le gué (passage à droite recommandé en cas de fortes pluies les jours précédents la rando), puis emprunter le sentier à droite. Au poteau [P7bis], entamer une montée progressive à travers bois sur 960 m jusqu'au poteau [P19]. Prendre à gauche et progresser sur 850 m.

Au poteau [P9], prendre la piste ascendante sur la droite pour rejoindre le poteau [P10].

En haut de la montée, poursuivre tout droit sur le sentier bleu. La descente est technique sur les 200 premiers mètres, nécessitant une vigilance accrue. Au poteau [P15], prendre à gauche sur la piste et continuer sur 1 090 m jusqu'au poteau [P16].

Prendre à droite, puis amorcer une descente sur 550 m. Franchir le gué de "La Petite Maurette", puis, 60 m plus loin, prendre à gauche. Entamer une ascension soutenue sur 550 m jusqu'au poteau [P17]. Tourner à gauche sur 80 m, puis à droite pour rejoindre le site des 25 Ponts. Poursuivre tout droit et emprunter le sentier botanique [P18] menant à la chapelle Sainte-Anne.

À la chapelle Saint-Anne, rejoindre le parking Saint-Roch en traversant les ruelles du village.

Infos pratiques

Certaines descentes présentent une technicité, avec des passages rocaillieux et instables, particulièrement glissants par temps de pluie. En cas de fortes pluies, le franchissement des gués devient impraticable.

11.5 km



Niveau de difficulté Sportif

POINT DE DÉPART

P Saint-Roch
[43.448293, 6.632803]

Accès :
Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

À l'entrée du village, prendre la première à droite après le pont de l'Argens.

Parkings alternatifs

P Perazzini
[43.445517, 6.640148]

P Cimetière
[43.440032, 6.634034]

Durée estimée 3h30	Parcours Boucle
Altitude Mini 11 Maxi 169	Dénivelé cumulé +269m
Couleur du parcours balisé 	

En chemin

Chapelle Sainte-Anne
Moulin de La Maurette
Moulin des Serres
Aqueduc des 25 ponts



LES CLOS



DÉPART

Depuis le parking Saint-Roch, traverser le village en direction de la chapelle Sainte-Anne située en haut du village [P1].

De la chapelle Sainte-Anne, prendre à droite sur la route et progresser sur 550 m pour rejoindre la piste forestière des Campons [P2]. Suivre cette piste sur 1 940 m jusqu'au croisement [P20].

Prendre à droite et s'engager sur le sentier vert au niveau de l'ancienne scierie. Suivre le sentier qui longe le cours d'eau "La Maurette" sur 500 m, franchir le cours d'eau, puis poursuivre sur 900 m pour rejoindre le poteau [P7].

Prendre à gauche, traverser le gué (passage à droite recommandé en cas de fortes pluies les jours précédents la rando), puis poursuivre sur la piste sur 800 m pour atteindre le [P8]. Tourner à droite et progresser sur 150 m jusqu'au poteau [P9], puis continuer sur la piste en dépassant le [P19].

Suivre le balisage vert jusqu'à l'intersection indiquant de tourner à gauche. Continuer sur 470 m pour parvenir au lac des Clos. Tourner à gauche et emprunter la passerelle. À [P13], continuer en face et amorcer une descente technique sur 200 m nécessitant une vigilance accrue. À [P14], poursuivre sur 1 600 m. À [P15], maintenir la trajectoire sur 500 m, puis s'orienter à droite à [P16].

Prendre à droite, puis amorcer une descente sur 550 m. Franchir le gué de "La Petite Maurette", puis, 60 m plus loin, prendre à gauche. Entamer une ascension soutenue sur 550 m jusqu'au poteau [P17]. Tourner à gauche sur 80 m, puis à droite pour rejoindre le site des 25 Ponts. Poursuivre tout droit et emprunter le sentier botanique [P18] menant à la chapelle Sainte-Anne.

À la chapelle Saint-Anne, rejoindre le parking Saint-Roch en traversant les ruelles du village.

Infos pratiques

Certaines descentes présentent une technicité, avec des passages rocaillieux et instables, particulièrement glissants par temps de pluie. En cas de fortes pluies, le franchissement des gués devient impraticable.

13.9 km



Niveau de difficulté Sportif

POINT DE DÉPART

P Saint-Roch
[43.448293, 6.632803]

Accès :
Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

À l'entrée du village, prendre la première à droite après le pont de l'Argens.

Parkings alternatifs

P Perazzini
[43.445517, 6.640148]

P Cimetière
[43.440032, 6.634034]

Durée estimée 4h30	Parcours Boucle
Altitude Mini 11 Maxi 248	Dénivelé cumulé +351m
Couleur du parcours balisé 	

En chemin

Chapelle Sainte-Anne
Moulin de La Maurette
Moulin des Serres
Four à tuiles
Aqueduc des 25 ponts



VAL D'ENFER



DÉPART

Depuis le parking Saint-Roch, traverser le village en direction de la chapelle Sainte-Anne située en haut du village [P1].

De la chapelle Sainte-Anne, prendre à droite sur la route et progresser sur 550 m pour rejoindre la piste forestière des Campons [P2]. Suivre cette piste sur 1 400 m jusqu'au croisement [P4].

Prendre à droite et s'engager sur un sentier où la descente, rocailleuse et technique, exige de la vigilance. À la fin de la descente, traverser le cours d'eau "La Maurette" pour rejoindre l'autre rive et suivre le balisage rouge sur la droite. Poursuivre l'ascension sur 600 m jusqu'au poteau [P5].

Prendre le sentier à gauche et progresser sur 600 m jusqu'au poteau [P6]. Emprunter la piste des Clos sur la gauche et poursuivre sur 900 m jusqu'au poteau [P7].

Continuer tout droit sur la piste forestière en laissant le poteau [P7bis] sur la droite pour atteindre le poteau [P8]. Prendre à droite sur la piste des Clos sur 240 m. Au poteau [P9], prendre la montée sur la gauche sur environ 600 m pour atteindre le poteau [P10], puis continuer à monter sur la droite.

Poursuivre sur la piste, prendre à gauche à [P11]. Entamer une montée de 360 m (vigilance, le terrain est rocailleux) pour atteindre [P12] puis tout droit. À [P13], emprunter le sentier descendant sur la gauche (vigilance, le terrain est rocailleux).

Au poteau [P14], poursuivre tout droit sur 1 600 m, rejoindre [P15], continuer sur 500 m, puis prendre à droite au poteau [P16].

Prendre à droite, puis amorcer une descente sur 550 m. Franchir le gué "La Petite Maurette", puis, 60 m plus loin, prendre à gauche. Entamer une ascension soutenue sur 550 m jusqu'à [P17]. Tourner à gauche sur 80 m, puis à droite pour rejoindre le site des 25 Ponts. Poursuivre tout droit et emprunter le sentier botanique [P18] menant à la chapelle Sainte-Anne.

À la chapelle Saint-Anne, rejoindre le parking Saint-Roch en traversant les ruelles du village.

Infos pratiques

Certaines descentes présentent une technicité, avec des passages rocailleux et instables, particulièrement glissants par temps de pluie. En cas de fortes pluies, le franchissement des gués devient impraticable.



13.8 km



Niveau de difficulté Très sportif

POINT DE DÉPART

P Saint-Roch
[43.448293, 6.632803]

Accès :
Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.
À l'entrée du village, prendre la première à droite après le pont de l'Argens.

Parkings alternatifs

P Perazzini
[43.445517, 6.640148]

P Cimetière
[43.440032, 6.634034]

Durée estimée 4h30	Parcours Boucle
Altitude Mini 11 Maxi 275	Dénivelé cumulé +378m
Couleur du parcours balisé	

En chemin

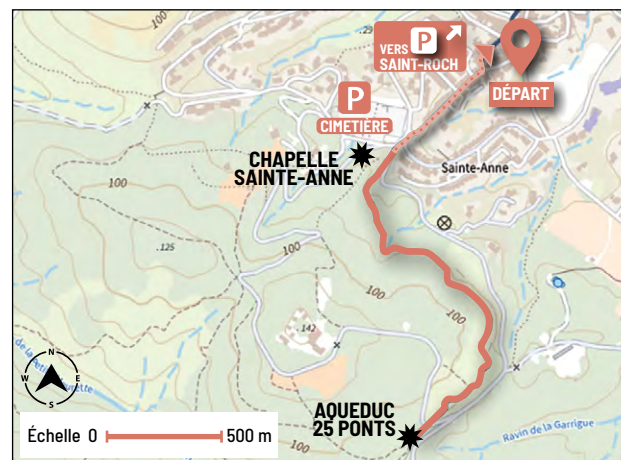
Chapelle Sainte-Anne
Moulin de La Maurette
Moulin des Serres
Four à tuiles
Aqueduc des 25 ponts



SENTIER BOTANIQUE

Le sentier botanique permet de découvrir la richesse de la forêt des Maures, avec des lauzes gravées pour identifier les espèces végétales locales tout au long du sentier.

Les points de vue et vestiges historiques enrichissent cette immersion dans la nature et l'histoire de Roquebrune.



© IGN - Édition 2025 - Copie et reproduction interdites



DÉPART

Depuis le parking Saint-Roch, traverser le village en direction de la chapelle Sainte-Anne située en face du cimetière communal [P1].

À la chapelle Sainte-Anne, prendre à gauche en suivant le sentier situé à côté du panneau d'information.

Dès le départ, observer au sol les vestiges de l'aqueduc qui jalonnent une partie du parcours. Après environ 220 m de marche, une section de l'aqueduc se dévoile, ornée d'arches.

Continuer sur le sentier sur environ 630 m. Traverser la route pour rejoindre le site des 25 Ponts situé 100 m plus loin.

Reprendre le chemin en sens inverse. À la chapelle Sainte-Anne, rejoindre le parking Saint-Roch en traversant les ruelles du village.

Info pratique

Au site des 25 Ponts, prolonger l'itinéraire en empruntant les sentiers des Cavalières pour une randonnée plus sportive et technique.



2.3 km



Niveau de difficulté Famille Détente

POINT DE DÉPART

P Saint-Roch
[43.448293, 6.632803]

Accès :
Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.
À l'entrée du village, prendre la première à droite après le pont de l'Argens.

Parkings alternatifs

P Perazzini
[43.445517, 6.640148]

P Cimetière
[43.440032, 6.634034]

Durée estimée 0h50	Parcours Aller
Altitude Mini 11 Maxi 92	Dénivelé cumulé +83m

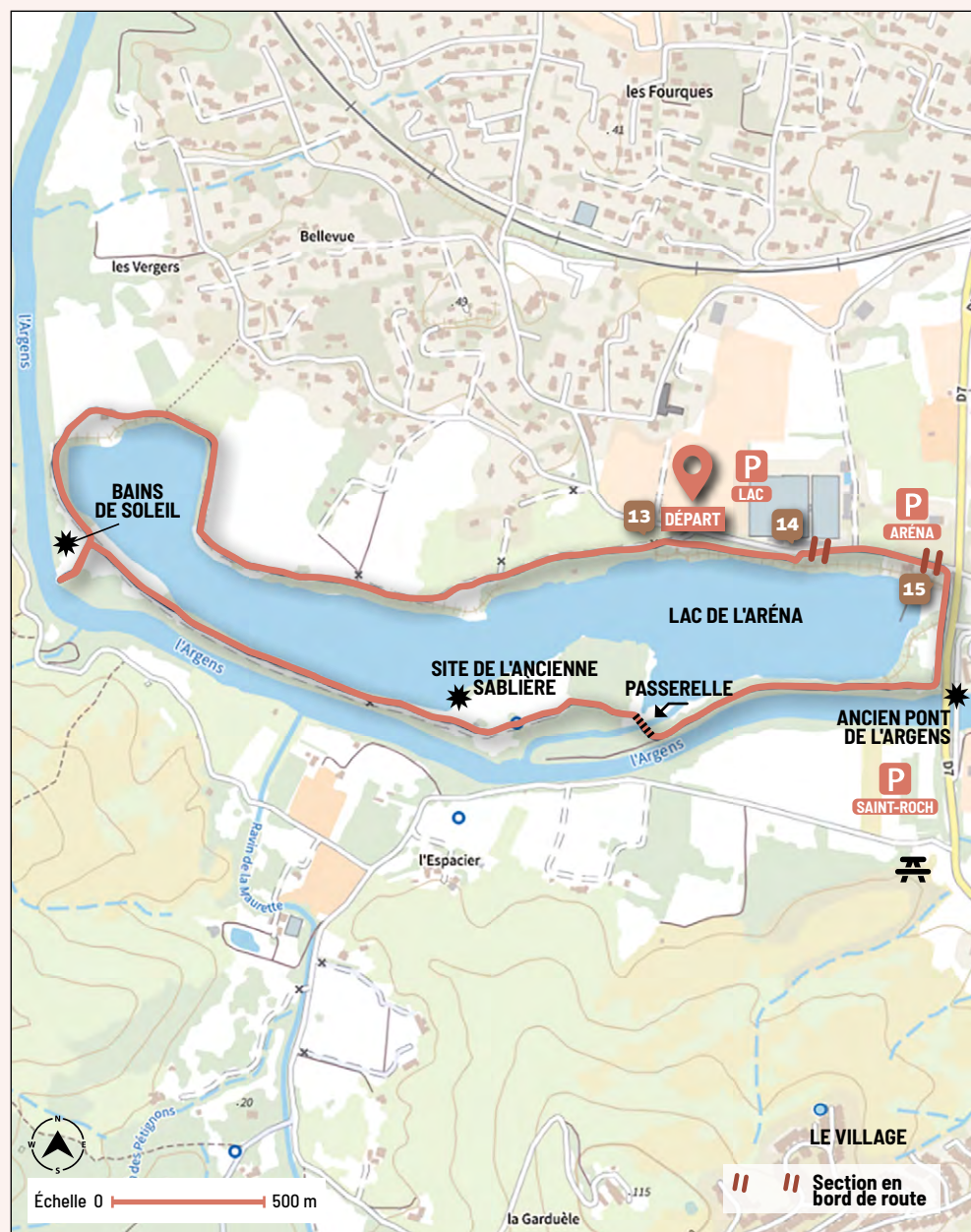
En chemin

Chapelle Sainte-Anne
Aqueduc des 25 ponts



LE LAC DE L'ARÉNA

Le lac de l'Aréna, façonné par la mise en eau d'une ancienne carrière d'extraction de sable, abrite un écosystème préservé au pied du Rocher.



© IGN - Édition 2025 - Copie et reproduction interdites

ROQUEBRUNE VILLAGE

LE LAC DE L'ARÉNA



DÉPART

Au départ du parking du Lac, prendre à gauche au panneau d'information et s'engager sur le chemin après la barrière en laissant le poteau [P13] sur la gauche. Progresser sur 310 m pour apercevoir, de l'autre côté du lac, l'ancien quai de la sablière.

Poursuivre sur 450 m et faire une pause sur le tronc d'arbre aménagé en banc pour profiter du panorama sur le Rocher de Roquebrune et ses Trois Croix.

Continuer sur 600 m jusqu'au poteau indiquant un point de vue. Effectuer un aller-retour de 200 m pour rejoindre un rocher émergeant de l'Argens, puis, sur le retour, apprécier une pause sur les bains de soleil.

Poursuivre sur 600 m pour atteindre le site de l'ancienne sablière. Prendre à gauche et emprunter l'ancien quai autrefois utilisé par les péniches. Continuer sur 400 m, franchir la passerelle et, une fois de l'autre côté, longer l'Argens sur 450 m.

Au panneau d'information situé sur la gauche, poursuivre sur 70 m pour profiter d'un point de vue sur l'ancien pont. Prendre à gauche, traverser le parking et, au poteau [P15], bifurquer à gauche sur la route. Au poteau [P14], emprunter la passerelle en bois sur la gauche et longer le lac pour rejoindre le parking du point de départ.



LE LAC DE L'ARÉNA

Infos pratiques

Le parcours est accessible aux poussettes tout-terrain. En cas de fortes pluies, le passage de la passerelle devient impraticable.

3.6 km



Niveau de difficulté

Famille Détente

POINT DE DÉPART

P Lac
[43.452326, 6.627722]



Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

Avant d'entrer dans le village et de franchir le pont de l'Argens, prendre à droite sur le chemin du Lac.

Poursuivre sur 900 m, puis tourner à gauche.

Parkings alternatifs

P Saint-Roch
[43.448293, 6.632803]

P L'Aréna
[43.452126, 6.632726]



Durée estimée
1h30



Parcours
Boucle



Altitude
Mini 8
Maxi 12



Dénivelé cumulé
+8m

En chemin



Site de l'ancienne sablière
Bains de soleil
Ancien pont de l'Argens

TRACÉ GPX



RANDO

11

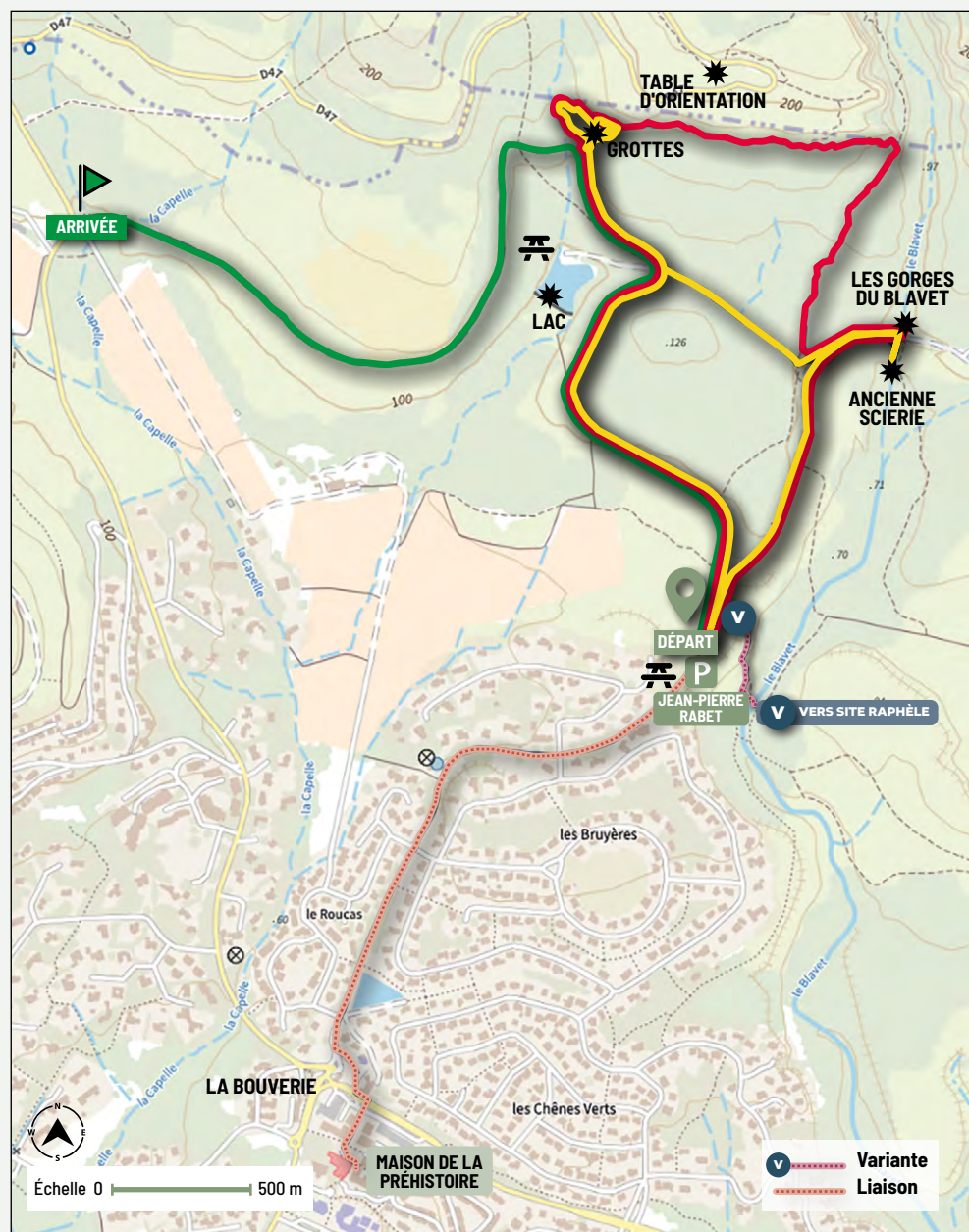


MARCHER NOUS RELIE À L'ESSENTIEL

- DAVID LE BRETON -

SITE DU BLAVET

Au pied des majestueuses gorges du Blavet, où la roche rouge de l'Estérel s'élève en falaises abruptes, les sentiers de randonnée mènent sur les traces de l'homme préhistorique.



LA BOUVERIE

SENTIER JAUNE



DÉPART

Depuis le parking Jean-Pierre Rabet, emprunter la piste de la Lieutenante. À 120 m, prendre à gauche sur la piste de la Bouverie et progresser sur 800 m.

À l'intersection indiquée par un panneau, possibilité de prendre à gauche pour rejoindre l'aire de pique-nique au bord du lac.

Reprendre l'itinéraire en poursuivant sur la piste sur 200 m pour atteindre les grottes. Au panneau directionnel, prendre à droite par les escaliers en pierre, parcourir 30 m, puis bifurquer à gauche. Continuer sur 100 m et prendre à droite pour atteindre la première grotte. Suivre le sentier balisé en jaune qui longe l'ensemble des grottes.

Engager ensuite la montée sur la gauche. Une fois au sommet, effectuer un aller-retour de 40 m sur la gauche pour admirer le panorama sur la plaine de l'Argens, le Rocher de Roquebrune et l'Estérel. Revenir sur ses pas jusqu'à la piste sans repasser par les grottes.

De retour sur la piste, prendre à gauche et avancer sur 200 m, puis poursuivre sur environ 400 m à gauche sur le sentier jaune. À hauteur d'un grand pin méditerranéen bordant la piste, bifurquer à gauche et suivre la piste sur 180 m pour rejoindre le pont du Blavet.

À l'entrée du pont, un sentier sur la droite mène à un belvédère qui surplombe l'ancienne scierie. Depuis le pont, profiter du panorama sur les gorges du Blavet.

Revenir sur ses pas en empruntant la piste sur 700 m pour rejoindre le parking du point de départ.



LES GORGES DU BLAVET

Info pratique

Le parcours est accessible aux poussettes tout-terrain.

3 km

Niveau de difficulté Famille Détente

POINT DE DÉPART

P Jean-Pierre Rabet
[43.507563, 6.652375]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

Au rond-point des 4 chemins, poursuivre en direction de la Bouverie sur environ 4,5 km.

Au rond-point du centre de la Bouverie, prendre la deuxième sortie puis continuer tout droit sur l'avenue Louis Blériot (panneau site du Blavet).

Parking alternatif

P Les Messugues
[43.500282, 6.645189]

Durée estimée
1h20

Parcours
Boucle

Altitude
Mini 93
Maxi 140

Dénivelé cumulé
+50m

Couleur du parcours balisé



En chemin

Les grottes préhistoriques
L'ancienne scierie
Les gorges du Blavet

À proximité
Maison de la Préhistoire
[à 1,3 km du départ de la randonnée]
Table d'orientation
[43.516500, 6.652399]



TRACÉ GPX RANDO
12

SENTIER ROUGE



DÉPART

Depuis le parking Jean-Pierre Rabet, emprunter la piste de la Lieutenante. À 120 m, prendre à gauche sur la piste de la Bouverie et progresser sur 800 m.

À l'intersection indiquée par un panneau, possibilité de prendre à gauche pour rejoindre l'aire de pique-nique au bord du lac.

Reprendre l'itinéraire en poursuivant sur la piste sur 200 m pour atteindre les grottes. À la vue du panneau directionnel, prendre à droite par les escaliers en pierre, parcourir 30 m, puis bifurquer à gauche. Continuer sur 100 m et prendre à droite pour atteindre la première grotte. Suivre le sentier balisé en rouge qui longe l'ensemble des grottes.

Engager ensuite la montée sur la gauche. Une fois au sommet, effectuer un aller-retour de 40 m sur la gauche pour admirer le panorama sur la plaine de l'Argens, le Rocher de Roquebrune et l'Estérel.

Reprendre le sentier rouge sur la droite et avancer sur environ 500 m en longeant les falaises, véritable terrain d'aventure pour les grimpeurs. En bas de la descente, tourner à droite pour retrouver la piste principale. À hauteur d'un grand pin méditerranéen bordant la piste, bifurquer à gauche et suivre la piste sur 180 m pour rejoindre le pont du Blavet.

À l'entrée du pont, un sentier sur la droite mène à un belvédère qui surplombe l'ancienne scierie. Depuis le pont, profiter du panorama sur les gorges du Blavet.

Revenir sur ses pas en empruntant la piste sur 700 m pour rejoindre le parking du point de départ.



LES GROTTES PRÉHISTORIQUES



3.4 km



Niveau de difficulté Sportif

POINT DE DÉPART

P Jean-Pierre Rabet
[43.507563, 6.652375]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

Au rond-point des 4 chemins, poursuivre en direction de la Bouverie sur environ 4,5 km.
Au rond-point du centre de la Bouverie, prendre la deuxième sortie puis continuer tout droit sur l'avenue Louis Blériot (panneau site du Blavet).

Parking alternatif

P Les Messugues
[43.500282, 6.645189]

Durée estimée 2h10	Parcours Boucle
Altitude Mini 93 Maxi 168	Dénivelé cumulé +80m
Couleur du parcours balisé	

En chemin

Les grottes préhistoriques
Les gorges du Blavet
Le site d'escalade

À proximité
Maison de la Préhistoire
[à 1,3 km du départ de la randonnée]
Table d'orientation
[43.516500, 6.652399]



SENTIER VERT



DÉPART

Depuis le parking Jean-Pierre Rabet, emprunter la piste de la Lieutenante. À 120 m, prendre à gauche sur la piste de la Bouverie et progresser sur 800 m.

À l'intersection indiquée par un panneau, possibilité de prendre à gauche pour rejoindre l'aire de pique-nique au bord du lac et profiter d'une pause.

Reprendre l'itinéraire en poursuivant sur la piste principale sur 1800 m jusqu'à atteindre une barrière. À ce niveau, faire demi-tour et revenir sur ses pas pour rejoindre le parking.

Durant l'aller ou le retour, à la vue du panneau directionnel, possibilité de visiter les grottes en empruntant les escaliers (200 m aller-retour).



LE SENTIER DU BLAVET

Info pratique

Le parcours est accessible aux poussettes tout-terrain.

4.7 km



Niveau de difficulté Famille Détente

POINT DE DÉPART

P Jean-Pierre Rabet
[43.507563, 6.652375]



Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

Au rond-point des 4 chemins, poursuivre en direction de la Bouverie sur environ 4,5 km.
Au rond-point du centre de la Bouverie, prendre la deuxième sortie puis continuer tout droit sur l'avenue Louis Blériot (panneau site du Blavet).

Parking alternatif

P Les Messugues
[43.500282, 6.645189]

Durée estimée 1h15	Parcours Aller/retour
Altitude Mini 93 Maxi 134	Dénivelé cumulé +40m
Couleur du parcours balisé	

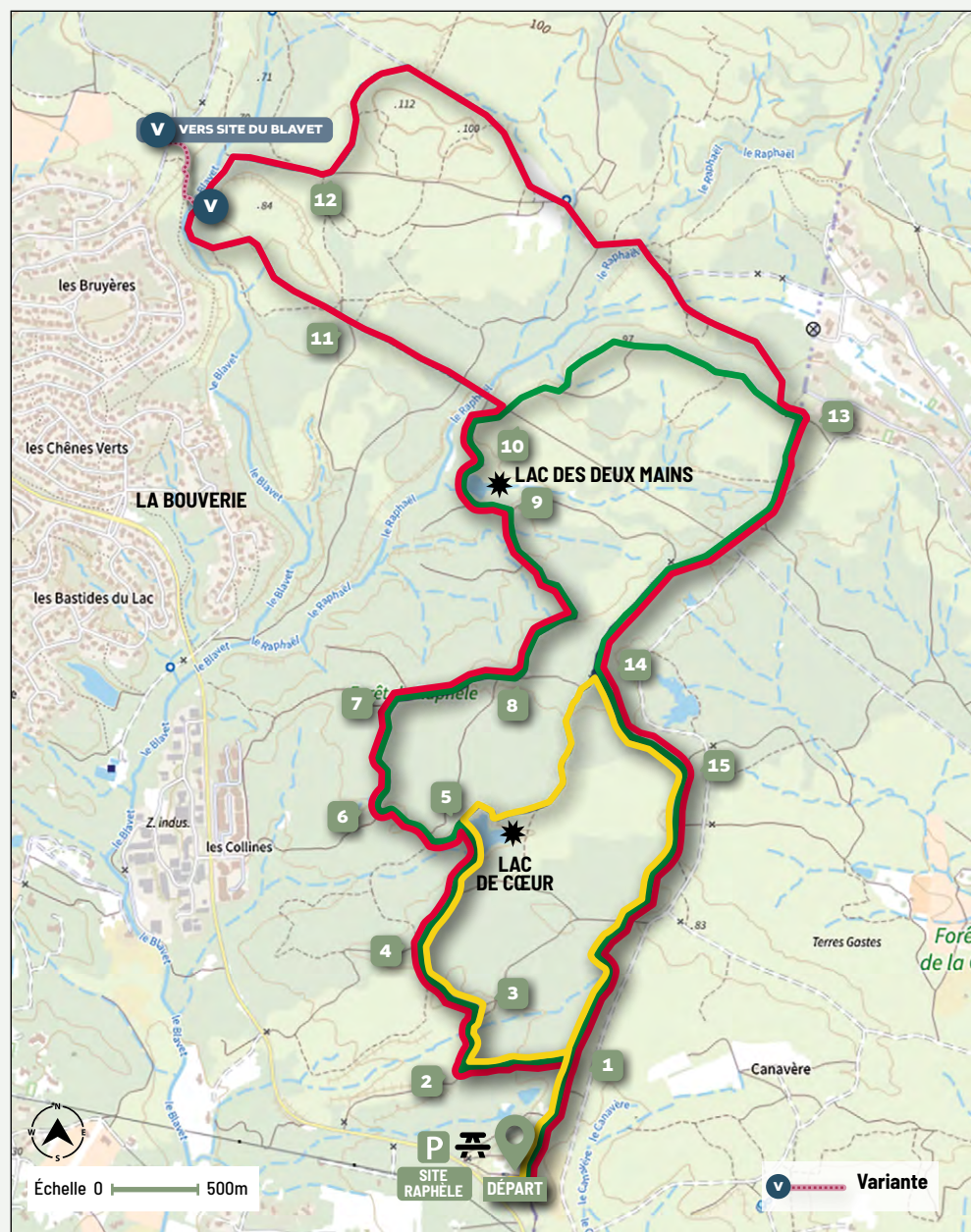
À proximité

Les grottes préhistoriques
Maison de la Préhistoire
[à 1,3 km du départ de la randonnée]
Table d'orientation
[43.516500, 6.652399]



SITE RAPHÈLE

Au détour des sentiers, le lac de Cœur et le lac des Deux Mains se révèlent dans une nature préservée.



LA BOUVÉRIE

PARCOURS 1



DÉPART

Depuis le parking du site Raphèle, à côté du panneau d'information, prendre à gauche et longer le Cercle Canin sur 70 m. Après les deux rochers, prendre à gauche et suivre le sentier sur 360 m.

Au poteau [P1], prendre à gauche et poursuivre sur plus de 200 m pour arriver au poteau [P2]. Prendre à droite et suivre le sentier jaune sur 200 m. Au poteau [P3], prendre légèrement à gauche sur 450 m.

Au poteau [P4], entamer la descente à gauche qui vous mène au lac de Cœur. Continuer sur le sentier sur 250 m jusqu'au poteau [P5]. Bifurquer à droite et faire le tour du lac. 150 m après le poteau, faire une petite pause au bord du lac avant de reprendre le sentier jaune.

Continuer tout droit sur le sentier sur 750 m jusqu'à atteindre une barrière. Après avoir franchi la barrière, poursuivre sur 80 m pour arriver au poteau [P14]. Prendre à droite et suivre le sentier jaune sur 430 m. Au poteau [P15], continuer sur le sentier jaune qui vous conduira au point de départ.



LE SENTIER RAPHÈLE

Info pratique

Le parcours est accessible aux poussettes tout-terrain.

4.2 km

Niveau de difficulté

Famille Détente

POINT DE DÉPART

P Site Raphèle
[43.481413, 6.664573]



Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

Poursuivre sur la DN7 jusqu'au rond-point du Bouvreuil. Prendre la direction de la route de la Bouverie et continuer sur 2,5 km.

Tourner à droite pour accéder au parking du Site Raphèle - Cercle Canin.



Durée estimée
1h15



Parcours
Boucle

Altitude
Mini 53
Maxi 84

Dénivelé cumulé
+40m

Couleur du parcours balisé



En chemin

Lac de Cœur



TRACÉ GPX



RANDO

15

PARCOURS 2



DÉPART

Depuis le parking du site Raphèle, à côté du panneau d'information, prendre à gauche et longer le Cercle Canin sur 70 m. Après les deux rochers, prendre à gauche et suivre le sentier sur 360 m.

Au poteau [P1], prendre à gauche et poursuivre sur plus de 200 m pour arriver au poteau [P2]. Prendre à droite et suivre le sentier vert sur 200 m. Au poteau [P3], prendre légèrement à gauche sur 450 m.

Au poteau [P4], entamer la descente à gauche qui vous mène au lac de Cœur. Continuer sur le sentier sur 250 m jusqu'au poteau [P5]. Bifurquer à gauche et suivre le sentier sur 320 m jusqu'au poteau [P6]. Poursuivre sur 360 m.

Au poteau [P7], continuer sur 370 m. Au poteau [P8], prendre à gauche et poursuivre sur 1 200 m jusqu'au poteau [P9]. Bifurquer à gauche et après quelques mètres, longer le lac des Deux Mains sur 520 m.

Au poteau [P10], continuer tout droit sur le sentier vert sur 1 000 m pour arriver au poteau [P13]. Bifurquer à droite sur la piste et suivre le balisage vert sur 1 010 m.

Au poteau [P14], continuer sur 430 m et au poteau [P15], prendre légèrement à droite jusqu'à rejoindre le parking en suivant le sentier vert.



LE LAC DE CŒUR

Info pratique

Le parcours est accessible aux poussettes tout-terrain.



7.6 km



Niveau de difficulté



Famille sportive

POINT DE DÉPART

P Site Raphèle
[43.481413, 6.664573]



Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

Poursuivre sur la DN7 jusqu'au rond-point du Bouvreuil. Prendre la direction de la route de la Bouverie et continuer sur 2,5 km.

Tourner à droite pour accéder au parking du Site Raphèle - Cercle Canin.

Durée estimée
2h15Parcours
BoucleAltitude
Mini
53Maxi
91Dénivelé cumulé
+82m

Couleur du parcours balisé



En chemin



Lac de Cœur
Lac des Deux Mains

TRACÉ GPX



RANDO

16

PARCOURS 3



DÉPART

Depuis le parking du site Raphèle, à côté du panneau d'information, prendre à gauche et longer le Cercle Canin sur 70 m. Après les deux rochers, prendre à gauche et suivre le sentier sur 360 m.

Au poteau [P1], prendre à gauche et poursuivre sur plus de 200 m pour arriver au poteau [P2]. Prendre à droite et suivre le sentier jaune sur 200 m. Au poteau [P3], prendre légèrement à gauche sur 450 m.

Au poteau [P4], entamer la descente à gauche qui vous mène au lac de Cœur. Continuer sur le sentier sur 250 m jusqu'au poteau [P5]. Bifurquer à gauche et suivre le sentier sur 320 m jusqu'au poteau [P6]. Poursuivre sur 360 m.

Au poteau [P7], continuer 370 m. Au poteau [P8], prendre à gauche et poursuivre sur 1 200 m jusqu'au poteau [P9]. Bifurquer à gauche et après quelques mètres, longer le lac des Deux Mains sur 520 m.

Au poteau [P10], prendre à gauche. Franchir le gué et emprunter la montée en face, puis suivre le sentier rouge jusqu'au poteau [P11].

Poursuivre sur environ 800 m en longeant la petite rivière du Blavet sur la gauche. Bifurquer à droite sur 270 m pour arriver au poteau [P12]. Prendre à gauche sur le sentier menant à la piste de la Lieutenante sur 450 m puis tourner à droite. Suivre la piste de la Lieutenante jusqu'à la barrière sur 1 060 m.

Après avoir franchi la barrière, prendre le sentier à droite et continuer sur le sentier rouge pendant 500 m jusqu'au poteau [P13]. Prendre à droite sur la piste sur 1 010 m.

Au poteau [P14], continuer sur 430 m et au poteau [P15], prendre légèrement à droite jusqu'à rejoindre le parking en suivant le sentier vert.

Infos pratiques

Certaines descentes présentent une technicité, avec des passages rocailloux et instables, particulièrement glissants par temps de pluie. En cas de fortes pluies, le franchissement du gué devient impraticable.



10.5 km



Niveau de difficulté



Sportif

POINT DE DÉPART

P Site Raphèle
[43.481413, 6.664573]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

Poursuivre sur la DN7 jusqu'au rond-point du Bouvreuil. Prendre la direction de la route de la Bouverie et continuer sur 2,5 km.

Tourner à droite pour accéder au parking du Site Raphèle - Cercle Canin.

Durée estimée
2h50Parcours
BoucleAltitude
Mini
53Maxi
93Dénivelé cumulé
+97m

Couleur du parcours balisé



En chemin



Lac de Cœur
Lac des Deux Mains

TRACÉ GPX



RANDO

17



LA NATURE PARLE
À CEUX
QUI L'ÉCOUTENT

- SENECA -

SENTIER DU LITTORAL

Au fil des kilomètres, le sentier des douaniers dévoile toute la richesse du littoral méditerranéen.



LES ISSAMBRES

SENTIER DU LITTORAL



Depuis le parking, prendre à droite en direction de la plage de l'Arpillon. Après 80 m, emprunter à gauche la montée en béton pour rejoindre la promenade et suivre le sentier bleu.

Poursuivre sur environ 230 m, puis retrouver le bord de mer par les escaliers. En bas, tourner à gauche et longer le littoral sur 360 m.

Bifurquer à gauche par les escaliers en bois pour rejoindre le parc Bédouce, un cadre idéal pour une pause pique-nique à l'ombre des pins. Après avoir traversé le parc, prendre la direction de la route et marcher environ 300 m en bordure de chaussée pour retrouver le sentier bleu.

Emprunter les escaliers sur la droite pour rejoindre les rochers au plus près de l'eau. À partir de ce point, progresser sur le sentier en longeant la côte sur 1 330 m.

Faire une pause à la calanque Tardieu, puis poursuivre sur environ 400 m jusqu'à la calanque Bonne Eau (avant d'arriver, passage étroit demandant une vigilance accrue). La calanque de Bonne Eau est l'endroit idéal pour un pique-nique avec des tables aménagées à disposition.

Poursuivre sur 1 200 m pour atteindre le site du vivier Gallo-Romain, classé monument historique. Suivre le sentier bleu et traverser un court passage en bord de route, protégé par un muret en béton. Rejoindre le littoral sur la droite et continuer jusqu'à Port Ferréol.

Suivre le sentier jusqu'à la plage de la Gaillarde, la traverser, puis emprunter le sentier à travers les rochers pour rejoindre le parking.

Le retour s'effectue par le même itinéraire, ou possibilité de regagner le point de départ en empruntant la ligne de bus 876 ou 23 (Saint-Aygulf > Les Issambres).

Infos pratiques

Mettre des chaussures de randonnée adaptées même si le sentier se situe près du littoral. Certains rochers peuvent être glissants et requièrent une prudence particulière. En cas de vent violent et de houle, l'accès au sentier du littoral est dangereux.

6.2 km

Niveau de difficulté Sportif

POINT DE DÉPART

P Pointe de l'Arpillon
[43.340206, 6.694583]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction Les Issambres.

Emprunter la D559 jusqu'à la plage de San Peire, puis suivre la direction du parking de la Pointe de l'Arpillon.



Durée estimée
2h30



Parcours
Aller

Altitude
Mini **2**
Maxi **12**

Dénivelé cumulé
+35m

Couleur du parcours balisé



En chemin

Calanque de Tardieu
Calanque de Bonne Eau
Vivier Gallo-Romain
Sentier sous-marin

TRACÉ GPX



RANDO

18



LE SENTIER SOUS-MARIN

DE LA CALANQUE DE BONNE EAU

Le sentier sous-marin de la calanque de Bonne Eau invite à explorer librement un site naturel protégé depuis le sentier du littoral. Ce parcours en **boucle d'environ 200 m** est **balisé par 5 bouées numérotées** et **jalonné de panneaux d'interprétation immergés** permettant d'identifier en autonomie les habitats et les espèces emblématiques de la calanque.

Le secret pour un moment d'émerveillement : discrétion et observation.

LES 5 HALTES DU PARCOURS

La première halte, les **galets et rochers**, dévoile un univers miniature : dans ces premiers mètres éclairés, les algues colonisent les fonds tandis que la faune se réfugie sur les faces cachées des pierres. En **pleine eau**, plancton et necton forment la base de la chaîne alimentaire. Bancs de mulets, sars et dorades y évoluent. Vient ensuite l'**herbier de posidonie**, plante à fleurs endémique de la Méditerranée et véritable poumon du littoral. Sur **le sable**, milieu en apparence désert, la vie se cache et se camoufle. Patience et discrétion récompensent l'observateur attentif. Dernière halte, **la roche** offre un feu d'artifice de couleurs : éponges, anémones et tomates de mer filtrent l'eau, tandis que girelles, rascasses et oursins peuplent les anfractuosités.

Accès

Parking de la calanque de Bonne Eau
43°21'13.38"N 6°42'48.75"E

Accès libre et gratuit

AVANT DE SE METTRE À L'EAU

La calanque de Bonne Eau est un espace naturel fragile : la qualité de l'observation dépend directement du respect accordé au milieu.

SÉCURITÉ ET ÉQUIPEMENT

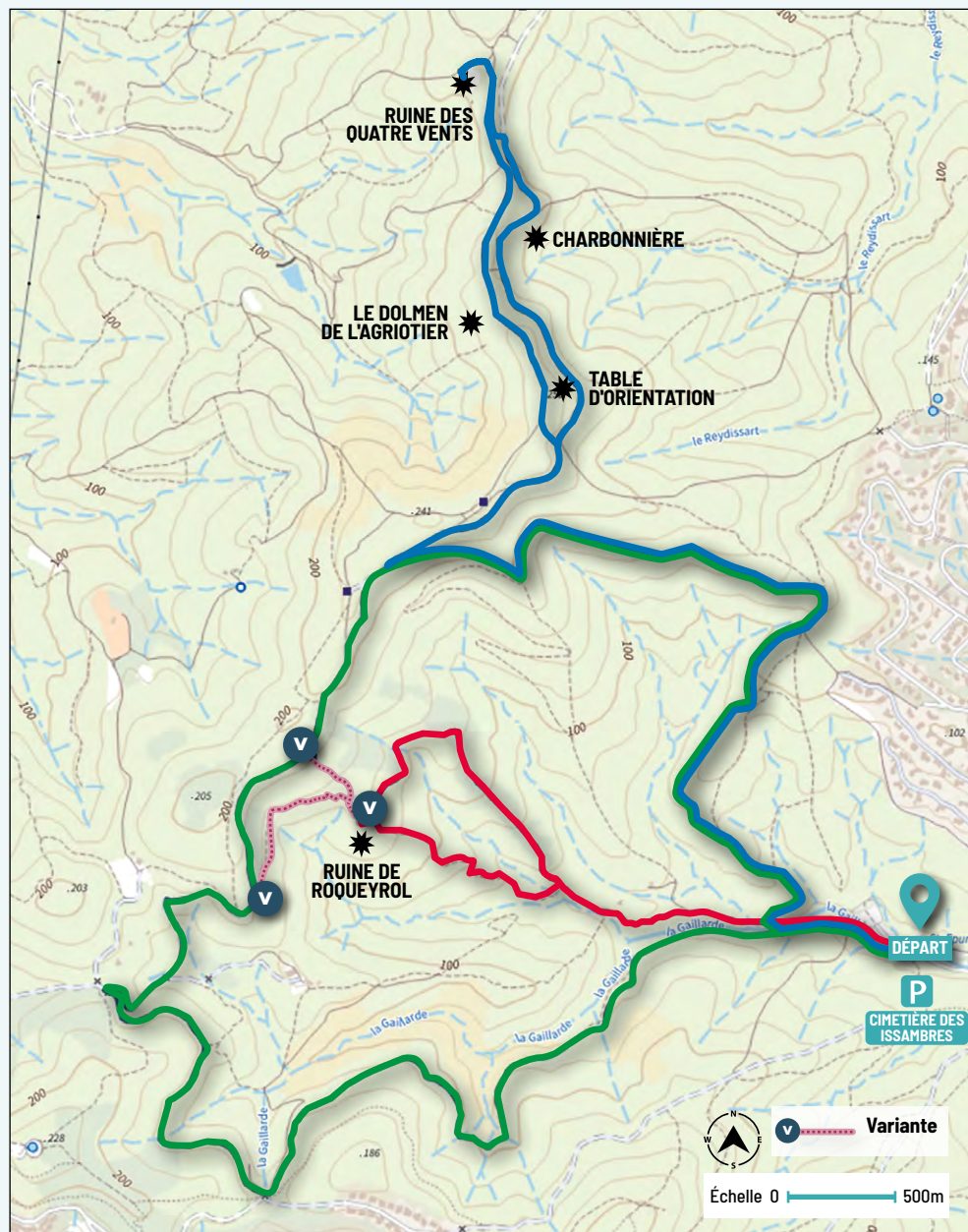
- Se renseigner sur les conditions météorologiques (vent, vagues) avant la sortie
- Savoir utiliser palmes, masque et tuba
- Partir en groupe (2 pers. minimum) et accompagner systématiquement les enfants
- Utiliser si possible un support flottant et porter un vêtement thermique si l'eau est fraîche

PROTÉGEONS ENSEMBLE LA NATURE

- Éviter de piétiner le lieu de mise à l'eau et de toucher les fonds avec les palmes
- Laisser les espèces dans leur milieu, qu'elles soient vivantes ou mortes
- Ne pas retourner les pierres et ne pas déranger les animaux
- Ne pas nourrir la faune. Ramasser les déchets croisés sur le parcours
- La chasse sous-marine, la pêche à la ligne, les engins à coque dure et les scooters sous-marins sont interdits sur la zone du sentier

VALLON DE LA GAILLARDE

Les sentiers du Vallon de la Gaillarde offrent de superbes panoramas sur le golfe de Saint-Tropez et le massif de l'Estérel, tout en révélant les traces d'un passé agricole.



LES ISSAMBRES

SENTIER DE L'HISTOIRE



DÉPART

Depuis le parking du Cimetière, se diriger vers la piste forestière "La Gaillarde" à droite, en contrebas du cimetière. Franchir la barrière et progresser sur 260 m avant de prendre à droite.

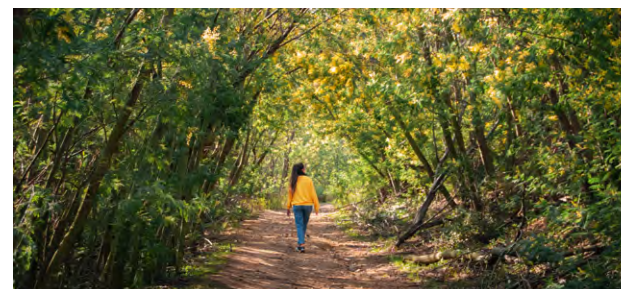
Franchir le pont en béton, poursuivre sur 40 m, puis prendre à gauche. Traverser une forêt de mimosas sur 230 m, particulièrement envoûtante lors de la floraison de mi-janvier à mi-mars, lorsque les fleurs dorées diffusent leur parfum délicat.

Continuer tout droit sur 130 m le long du sentier balisé en rouge, puis prendre à gauche et poursuivre sur 170 m.

Poursuivre tout droit et entamer une montée progressive de 800 m sur un terrain rocailleux, pouvant être glissant en cas de pluie, pour atteindre la ruine de Roqueyrol.

Faire une pause pour profiter du site bordé par une plantation d'oliviers et admirer la vue panoramique sur le massif des Petites Maures, la mer Méditerranée et le massif de l'Estérel.

Prendre le sentier à gauche de la ruine en marchant au milieu des oliviers et entamer la descente sur 600 m, en suivant le balisage rouge. Le terrain peut s'avérer glissant par temps de pluie. En bas du chemin, prendre à droite pour retourner au parking de départ.



FORÊT DE MIMOSAS

Infos pratiques

Certaines montées et descentes nécessitent une attention particulière en raison de passages rocailleux et instables, pouvant devenir glissants selon les conditions météorologiques. En cas de fortes pluies, le franchissement du pont ainsi que le sentier aux abords peuvent s'avérer impraticables.

3.2 km

Niveau de difficulté Famille sportive

POINT DE DÉPART

P Cimetière des Issambres
[43.368779, 6.701428]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction Les Issambres.

Emprunter la D559 jusqu'à la plage de la Gaillarde.

Traverser le Domaine de la Gaillarde, situé en face de la plage.

Le parking se trouve au niveau du cimetière.

Durée estimée
1h30

Parcours
Boucle

Altitude
 Mini 19
 Maxi 135

Dénivelé cumulé
+116m

Couleur du parcours balisé



En chemin
Ruine de Roqueyrol



RANDO
19



SENTIER DE L'AGRIOTIER



DÉPART

Depuis le parking du Cimetière, se diriger vers la piste forestière "La Gaillarde" à droite, en contrebas du cimetière. Franchir la barrière et progresser sur 260 m avant de prendre à droite.

Franchir le pont bétonné, poursuivre sur 40 m, puis emprunter la montée à droite sur le sentier balisé en bleu et progresser sur 1 110 m.

Au panneau d'information du Conservatoire du Littoral, bifurquer à gauche et poursuivre l'ascension en empruntant la piste sur 840 m. Faire une pause sur le banc pour profiter du panorama, puis reprendre la montée sur environ 400 m. Tourner à droite et continuer sur le sentier sur 500 m.

Prendre la montée sur la gauche, puis 30 m plus loin, bifurquer à droite sur 90 m. À la table d'orientation, prendre le temps d'admirer la vue panoramique sur Fréjus, Saint-Raphaël, les étangs de Villepey et le massif de l'Estérel.

Entamer la descente sur le sentier bleu sur 200 m. Sur la gauche, découvrir le dolmen de l'Agriotier, puis poursuivre tout droit sur environ 600 m avant de prendre à gauche pour rejoindre la Ruine des Quatre Vents.

Revenir sur ses pas sur 200 m et retrouver la piste empruntée précédemment, située sur la gauche. À l'intersection, prendre à droite.

À 200 m, sur la gauche, prendre le temps d'observer une ancienne charbonnière, vestige de l'exploitation du bois autrefois pratiquée dans la région. Poursuivre ensuite tout droit sur environ 300 m, puis prendre à droite pour retrouver la piste empruntée à l'aller.

Effectuer le retour en suivant le même itinéraire jusqu'au parking.

Infos pratiques

Certaines montées et descentes nécessitent une attention particulière en raison de passages rocailloux et instables, pouvant devenir glissants selon les conditions météorologiques. En cas de fortes pluies, le franchissement du pont ainsi que le sentier aux abords peuvent s'avérer impraticables.

8.3 km



Niveau de difficulté Sportif

POINT DE DÉPART

P Cimetière des Issambres
[43.368779, 6.701428]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction Les Issambres.

Emprunter la D559 jusqu'à la plage de la Gaillarde.

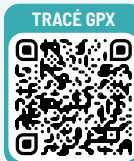
Traverser le Domaine de la Gaillarde, situé en face de la plage.

Le parking se trouve au niveau du cimetière.

Durée estimée 3h	Parcours Aller/retour
Altitude Mini 20 Maxi 237	Dénivelé cumulé +254m
Couleur du parcours balisé	

En chemin

Table d'orientation
Le dolmen de l'Agriotier
La ruine des Quatre Vents
La charbonnière



RANDO

20



SENTIER DE L'AGRICULTURE



DÉPART

Depuis le parking du Cimetière, se diriger vers la piste forestière "La Gaillarde" à droite, en contrebas du cimetière. Franchir la barrière et progresser sur 260 m.

À l'intersection continuer tout droit sur la piste. Après environ 1 150 m, un espace dégagé offre un panorama sur la mer Méditerranée et le massif de l'Estérel.

Poursuivre sur 1 500 m jusqu'à une barrière, puis prendre à droite sur la piste descendante. Continuer sur 200 m et bifurquer à gauche sur la piste ascendante sur 380 m. Suivre toujours tout droit le sentier balisé en vert sur 850 m en profitant de la vue panoramique de l'Estérel au golfe de Saint-Tropez.

À l'intersection, emprunter la piste à droite en direction de La Gaillarde. Après environ 1 000 m, faire une pause pour consulter le panneau d'information du Conservatoire du Littoral et découvrir les particularités du site. Prendre à droite, puis de nouveau à droite 100 m plus loin. Entamer la descente en suivant le sentier balisé en vert sur 1 270 m.

À l'intersection, prendre à gauche, franchir le pont en béton, puis tourner de nouveau à gauche pour rejoindre la piste. Poursuivre tout droit pour rejoindre le parking.



LE VALLON DE LA GAILLARDE

Infos pratiques

Certaines montées et descentes nécessitent une attention particulière en raison de passages rocailloux et instables, pouvant devenir glissants selon les conditions météorologiques. En cas de fortes pluies, le franchissement du pont ainsi que le sentier aux abords peuvent s'avérer impraticables.

7 km



Niveau de difficulté Sportif

POINT DE DÉPART

P Cimetière des Issambres
[43.368779, 6.701428]

Accès :

Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction Les Issambres.

Emprunter la D559 jusqu'à la plage de la Gaillarde.

Traverser le Domaine de la Gaillarde, situé en face de la plage.

Le parking se trouve au niveau du cimetière.

Durée estimée 2h30	Parcours Boucle
Altitude Mini 20 Maxi 217	Dénivelé cumulé +220m
Couleur du parcours balisé	

En chemin

Panorama du golfe de Saint-Tropez au massif de l'Estérel

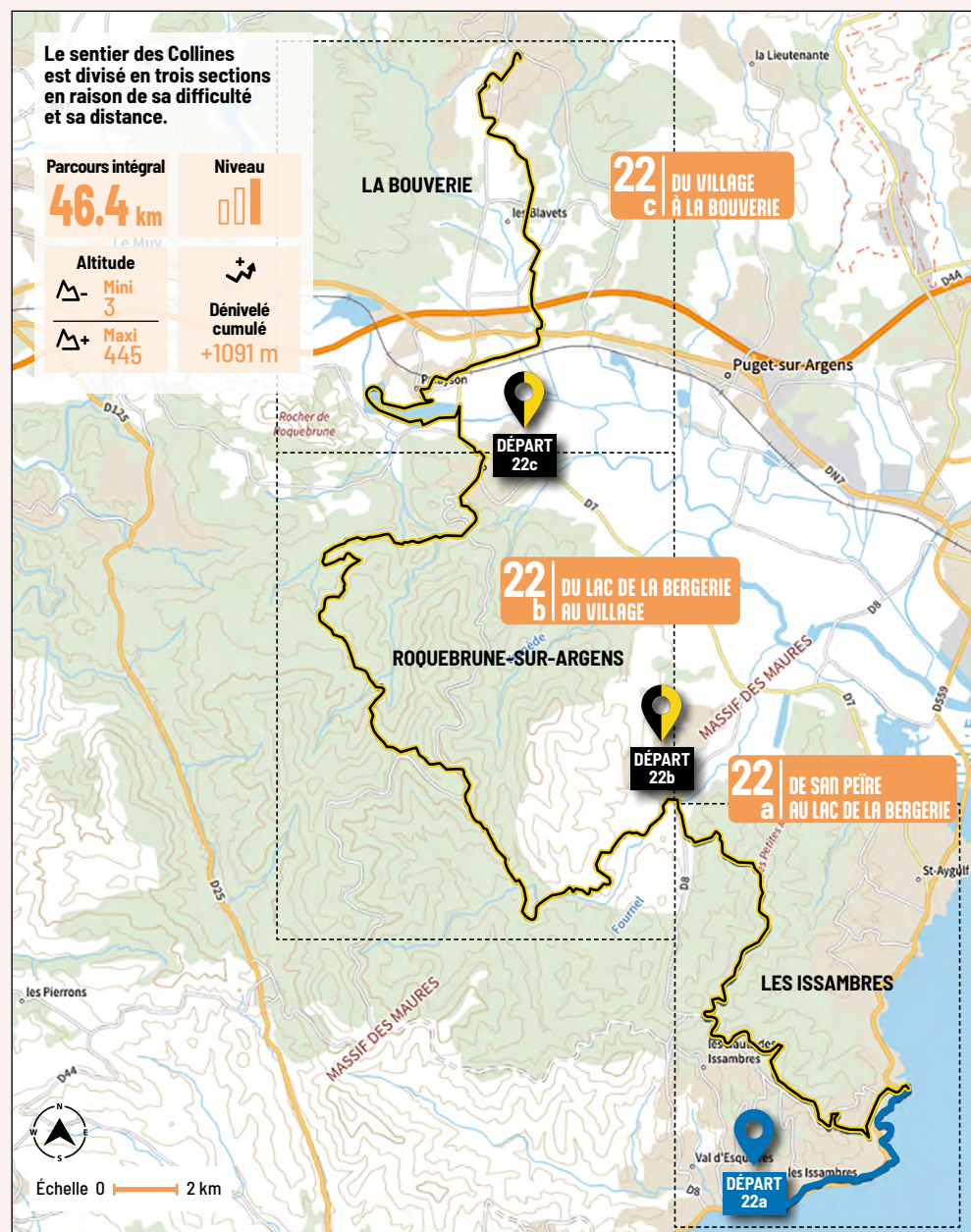


RANDO

21

SENTIER DES COLLINES

Du littoral des Issambres aux gorges du Blavet, en passant par le Rocher de Roquebrune et ses forêts préservées, chaque étape dévoile un décor unique entre mer, nature et héritage provençal.



LES ISSAMBRES • ROQUEBRUNE VILLAGE • LA BOUVERIE

DE SAN PEÏRE AU LAC DE LA BERGERIE



Depuis le parking, prendre à droite en direction de la **plage de l'Arpillon**. Après 80 m, emprunter la montée en béton à gauche. Suivre le sentier bleu sur 230 m puis retrouver le bord de mer par les escaliers. Tourner à gauche et longer le littoral sur 360 m.

Bifurquer à gauche par les escaliers en bois pour traverser le parc Bédouce et rejoindre le bord de route. Marcher 300 m en bordure de chaussée pour retrouver le sentier bleu.

Emprunter les escaliers à droite pour rejoindre les rochers au bord de l'eau. Suivre le sentier côtier sur 1 330 m jusqu'à la calanque Tardieu, puis poursuivre sur 400 m jusqu'à la calanque Bonne Eau. Prudence, des passages techniques nécessitent une attention particulière.

Poursuivre sur 1 200 m jusqu'au vivier Gallo-Romain, classé monument historique. Continuer sur 100 m, prendre à gauche sur le "chemin des Cigales de Ferréol" en suivant le balisage noir/jaune à partir de ce point. Après 200 m, tourner à droite, traverser la route avec précaution, puis emprunter les escaliers à droite. En haut, tourner à gauche.



LA CALANQUE BONNE EAU



16.2 km

Niveau de difficulté Très sportif

POINT DE DÉPART

P Pointe de l'Arpillon
[43.340206, 6.694583]

Accès :
Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction Les Issambres.

Emprunter la D559 jusqu'à la plage de San Peïre, puis suivre la direction du parking de la Pointe de l'Arpillon.

 Durée estimée 6h45	 Parcours Aller
Altitude Mini 3 Maxi 239	Dénivelé cumulé +400m
Couleurs du parcours balisé 	

En chemin

Vivier Gallo-Romain
Chapelle des Dolmens
Table d'orientation
Dolmen de l'Agriotier
La ruine des Quatre Vents



RANDO
22a

... DE SAN PEÏRE AU LAC DE LA BERGERIE (SUITE)

Bifurquer à gauche sur l'avenue de l'Ancien Train des Pignes, continuer sur 850 m avant de tourner à gauche en direction du théâtre de verdure. Après 340 m, prendre les escaliers à gauche et poursuivre sur le sentier balisé sur 510 m.

Prendre à gauche sur 60 m, puis de nouveau à gauche sur 350 m pour rejoindre les escaliers sur la droite. Effectuer un aller-retour pour découvrir la chapelle des Dolmens. Tourner à gauche et poursuivre sur 980 m, puis prendre le sentier sur la droite.

Bifurquer à gauche et amorcer une descente sur 400 m, puis poursuivre sur le sentier sur 780 m. À la fin du sentier, tourner à gauche pour rejoindre une piste et progresser sur 1 000 m jusqu'à une barrière. **Prendre à droite de la barrière sur 200 m**, puis à gauche après la seconde barrière. Continuer sur la piste avec une montée de 300 m.

Continuer sur 1 600 m, prendre la piste sur la gauche, longer la citerne et poursuivre jusqu'à la table d'orientation. Continuer tout droit sur 100 m en passant devant le dolmen de l'Agriotier sur la gauche. Poursuivre sur le sentier sur 600 m.

Prendre à gauche le sentier descendant. Avant de s'y engager, faire un détour pour découvrir les vestiges de la ruine des Quatre Vents (100 m aller-retour).

Bifurquer à gauche et amorcer une descente rocailleuse et raide sur 500 m. En bas, traverser le gué, puis emprunter le sentier serpentant dans le sous-bois sur la droite sur 350 m. Au bout du chemin continuer sur la gauche sur 200 m puis poursuivre tout droit sur un sentier plus étroit. Franchir un pont après 300 m et continuer sur le sentier jusqu'à atteindre le lac de la Bergerie.

Le retour s'effectue par le même itinéraire ou prévoir un véhicule au point d'arrivée.

Infos pratiques !

Le sentier des collines est réservé aux sportifs. Certaines descentes présentent une technicité, avec des passages rocailloux et instables, particulièrement glissants par temps de pluie. En cas de vent violent, l'accès au sentier du littoral est dangereux.

LES ISSAMBRES • ROQUEBRUNE VILLAGE • LA BOUVÉRIE

DU LAC DE LA BERGERIE AU VILLAGE



Depuis le parking du lac de la Bergerie, suivre la piste noir/jaune à gauche pendant 400 m, franchir le pont et atteindre une prairie. Continuer sur 420 m. Prendre à gauche le sentier sous-bois sur 2 770 m.

Traverser le gué, puis emprunter à gauche un sentier qui serpente à travers les rochers. Après 300 m, prendre à droite pour rejoindre la piste. Bifurquer à droite, **passer à côté de la citerne**, puis prendre la piste descendante. Franchir un autre gué, puis attaquer une montée de 2 500 m.

Prendre à droite sur la route pendant 1 000 m, puis à gauche, emprunter le chemin montant au milieu des châtaigniers sur 600 m. Bifurquer à gauche pendant 300 m, puis **prendre la piste "Les Campons" pendant 700 m.**

Prendre le chemin à droite sur 800 m, franchir un gué et arriver au [P14]. Prendre à gauche jusqu'au [P13], puis continuer tout droit sur le sentier noir/jaune en direction du lac "Les Clos".



LE VILLAGE DE ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS



17.5 km



Niveau de difficulté Très sportif

POINT DE DÉPART

P Lac de la Bergerie
[43.396976, 6.672298]

Accès :
Autoroute A8,
sortie 36 Le Muy
ou 37 Puget-sur-Argens,
puis suivre la direction
Les Issambres en empruntant la D7.
Prendre à droite après le camping
Domaine de la Bergerie.



Durée estimée
7h30



Parcours
Aller

Altitude

Mini 17
 Maxi 441



Dénivelé cumulé
+565m

Couleur du parcours balisé



En chemin

Lac des Clos
Aqueduc des 25 ponts
Maison du Chocolat et Cacao
Village médiéval

TRACÉ GPX



RANDO

22
b

... DU LAC DE LA BERGERIE AU VILLAGE (SUITE)

Après la passerelle, prendre à droite sur 500 m, puis à la jonction, prendre à droite pour dépasser le [P19] et atteindre le [P8]. Prendre à gauche sur 1 000 m, puis à droite au [P7]. Traverser "La Maurette" et poursuivre jusqu'à l'ancienne scierie.

Au [P20], monter sur 300 m, puis descendre au [P16] jusqu'au gué de "La Petite Maurette". Parcourir 30 m, prendre à gauche, puis au [P17], continuer sur 100 m et prendre à droite vers l'aqueduc des 25 Ponts. Continuer tout droit depuis le [P18] sur le sentier botanique jusqu'à la chapelle Saint-Anne sur 900 m. Poursuivre sur 300 m, puis prendre la rue de l'Hospice, passer devant la Maison du Chocolat et Cacao, et suivre la direction du centre du village. Franchir la fontaine vieille, le lavoir, puis la Mairie, et prendre la rue Grande André Cabasse.

Au niveau du cadran solaire, prendre à gauche la rue de la Pompe sur 200 m, puis tourner à gauche pour arriver à l'Office de Tourisme.

Le retour s'effectue par le même itinéraire, ou en prenant la ligne de bus 11 au départ de Roquebrune Village, arrêt "Deux Collines".



L'AQUEDUC DES 25 PONTS

Infos pratiques

Le sentier des collines est réservé aux sportifs. Certaines descentes présentent une technicité, avec des passages rocaillieux et instables, particulièrement glissants par temps de pluie. En cas de fortes pluies, le franchissement des gués devient impraticable.

LES ISSAMBRES • ROQUEBRUNE VILLAGE • LA BOUVERIE

DU VILLAGE À LA BOUVERIE



DÉPART

Depuis l'Office de Tourisme, traverser la place Germain Ollier, en direction du lac de l'Aréna. Après 600 m, franchir le pont de l'Argens.

Au poteau [P15], prendre à gauche sur le parking, puis continuer sur le sentier du lac jusqu'à l'ancien site de la sablière à 900 m. Rejoindre ensuite le parking du Lac Aréna.

Bifurquer à gauche au parking, parcourir 180 m, puis emprunter la route du "chemin de Bellevue". Bifurquer à droite sur "chemin de Palayson" et suivre le sentier noir/jaune sur 900 m. Traverser la route, passer sous le deuxième pont, puis prendre à droite sur "chemin de la gare".

Continuer en longeant la voie ferrée sur 1 500 m, prendre à droite, puis passer sous le pont de la RDN7. De l'autre côté, prendre à droite sur 50 m, puis à gauche sur le "chemin de la Jaine" sur 50 m. Maintenir deux fois à gauche sur le "chemin André Sérié".

Bifurquer à gauche, parcourir 780 m, puis prendre à droite pour rejoindre le "chemin du Blavet". Suivre le sentier noir/jaune et l'impasse "Jas Neuf" sur 500 m. Prendre à droite pour traverser les vignes, puis traverser la route et retrouver le sentier noir/jaune à gauche. Poursuivre sur 1 090 m.

À la barrière, prendre à gauche, parcourir 100 m, puis à droite pour traverser le parking. Au portillon, prendre à droite, continuer jusqu'à la route et la traverser juste après le parc de jeux. Au niveau du trottoir, prendre à gauche et continuer 500 m (en passant les deux ronds-points), puis prendre les deuxième escaliers à droite. Traverser les commerces et après 80 m, prendre à droite en direction de la Maison de la Préhistoire.

Le retour s'effectue par le même itinéraire, ou en prenant la ligne de bus 11 au départ de la Bouverie, arrêt "Roquebrune Village".

Infos pratiques

Certains passages en bord de route nécessitent la prudence. En cas de fortes pluies, le passage sous le pont de la RDN7 devient impraticable.



12.7 km



Niveau de difficulté | Sportif

POINT DE DÉPART



DÉPART

Office de Tourisme

P Saint-Roch
[43.448293, 6.632803]

Accès :
Autoroute A8, sortie 36 Le Muy ou 37 Puget-sur-Argens, puis suivre la direction de Roquebrune-sur-Argens.

À l'entrée du village, prendre la première à droite après le pont de l'Argens.

Parkings alternatifs

P Perazzini
[43.445517, 6.640148]

P Cimetière
[43.440032, 6.634034]



Durée estimée
4h30



Parcours
Aller

Altitude

Mini 9

Maxi 76



Dénivelé cumulé
+84m

Couleur du parcours balisé



En chemin

Ancienne sablière
Maison de la Préhistoire

TRACÉ GPX



RANDO

22
C

VENIR À ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS



GARES TGV

Saint-Raphaël / Valescure
Les Arcs / Draguignan



VOITURE

Autoroute A8 :
Sortie 36 Le Muy
ou sortie 37 Puget-sur-Argens



AÉROPORT NICE CÔTE D'AZUR (62KM)

↔ ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS



BUS

ZOU 90 Nice aéroport - Saint-Raphaël Gare routière



BUS

Ligne 4 jusqu'à Roquebrune village

ou ZOU 826 jusqu'aux 4 chemins / RDN7

AÉROPORT MARSEILLE PROVENCE (140KM)

↔ ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS



Navette

Navette aéroport jusqu'à la Gare Marseille Saint-Charles
TER de Marseille à Saint-Raphaël



BUS

Ligne 4 jusqu'à Roquebrune village

ou ZOU 826 jusqu'aux 4 chemins / RDN7



Navette

Ligne 40 Le Car : Navette aéroport - Aix Gare routière



ZOU 60 Gare routière Aix-en-Provence
Gare routière de Fréjus



BUS

Ligne 4 jusqu'à Roquebrune village
ou ZOU 826 jusqu'aux 4 chemins / RDN7

SE DÉPLACER EN MOBILITÉ DOUCE



LE BON RÉFLEXE

Pensez à covoiturer !



BORNES DE RECHARGE

Véhicules électriques



LE BUS

Estérel Côte d'Azur Agglomération

Navette Roquebrune

La Bouverie ↔ Les Issambres
en juillet - août

- 4 Roquebrune village
↔ Saint-Raphaël Gare routière
- 11 Roquebrune village
↔ Fréjus Gare SNCF
- 23 Les Issambres
↔ Saint-Raphaël Gare routière

ZOU

Le réseau régional

- 876 Saint-Tropez ↔ Saint-Raphaël
Arrêts aux Issambres
- 826 Draguignan ↔ Saint-Raphaël
Arrêt aux 4 chemins / RDN7



Les lignes de bus sont données à titre
indicatif. Vérifiez les périodes et horaires
de passages des bus avant votre trajet.



SE BALADER À VÉLO

Location de vélos

Station Bees (vélos électriques)
www.stationbees.com

Au paradis des campeurs
(vélos / VTAE / vélos électriques)
www.auparadisdescampeurs.com





Laissez-vous guider !

LES BALADES COUP DE CŒUR DE L'OFFICE DE TOURISME



ATELIER KIDS : À LA DÉCOUVERTE DES SECRETS DE LA NATURE

Une découverte ludique de la biodiversité provençale, spécialement conçue pour les enfants de 6 à 10 ans.

Au fil d'une balade pensée comme un terrain de jeu, les jeunes aventuriers apprennent à reconnaître les plantes emblématiques de la région et percent les secrets du rythme circadien des animaux : qui dort le jour ? Qui s'éveille à la nuit tombée ? Entre jeux, observations et anecdotes surprenantes, l'atelier éveille la curiosité et aiguise le sens de l'observation. Une véritable invitation à découvrir la nature autrement.

**3.5
km**



DÉPART
Chapelle
Saint-Anne



Durée estimée
2h



8€ enfant



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

DÉFI NATURE ET CANOÛ

En partenariat avec la Base du Rocher

Une aventure en deux temps, à terre puis sur l'eau, où l'esprit d'équipe et la curiosité mènent le jeu.

Pensé comme un jeu de piste, le parcours propose énigmes, observations et défis d'équipe : qui repérera le détail que les autres n'ont pas vu ? Qui saura résoudre l'enquête ? Après les recherches sur le sentier, direction le fleuve pour poursuivre l'aventure en canoë. Entre rires, défis et coups de pagaie, une aventure qui se vit autant qu'elle se partage.

**2
km**



DÉPART
Base
du Rocher



Durée estimée
3h



20€ adulte / 10€ enfant (6-12 ans)
Gratuit pour les - 6 ans
Conditions : à partir de 4 ans et savoir nager



BALADE SAVEURS ET PATRIMOINE®

Laissez-vous guider au cœur de Roquebrune-sur-Argens, un village millénaire où le patrimoine s'allie à la gourmandise.

À travers les ruelles, découvrez les façades colorées et les passages secrets qui racontent le passé du village provençal. Après une halte devant la Tour de l'Horloge, direction la Maison du Patrimoine avec sa glacière du XVIIe siècle et la Maison du Chocolat et Cacao pour un retour en enfance. La balade se termine en douceur avec une dégustation de chocolats chez un artisan chocolatier et une découverte des saveurs locales à la Maison du Terroir.



DÉPART
Office de
tourisme
du village



Durée estimée
2h30



8€ adulte / 4€ enfant (6-12 ans)
Gratuit pour les - 6 ans

RANDONNÉES ACCOMPAGNÉES D'UN GUIDE

Envie de randonner en toute sérénité ? Pour ceux qui souhaitent une expérience enrichissante et sécurisée, des guides de montagne passionnés, partenaires de l'Office de Tourisme, vous accompagneront à la découverte des sites naturels de la destination.

Ils partageront avec vous leurs connaissances sur la faune, la flore et l'histoire locale pour rendre votre randonnée mémorable.



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



**OFFICE DE TOURISME
ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS**

**PLACE GERMAIN OLLIER
83520 ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS**

+33 4 94 19 89 89
village@roquebrunesurargens.fr

**OFFICE DE TOURISME
LES ISSAMBRES**

**PLACE SAN PEÏRE
83380 LES ISSAMBRES**

+33 4 94 19 89 89
issambres@roquebrunesurargens.fr

**MAISON
DU CHOCOLAT ET CACAO**

**CHAPELLE DES SŒURS DE LA CHARITÉ
DE NEVERS, RUE DE L'HOSPICE
83520 ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS**
+33 4 94 45 42 65
chocolat@roquebrunesurargens.fr

WWW.ROQUEBRUNESURARGENS-TOURISME.FR

