



www.visitgolfecom
Golfe de Saint-Tropez
Territoire d'exception

Escursioni

GOLFE DE SAINT-TROPEZ

a piedi, a cavallo, in bici...

2025



CARTA TURISTICA GOLFE DE SAINT-TROPEZ



AMUSEZ-VOUS !



FINO AL 20% DI SCONTO SULLE ATTIVITÀ DEL TEMPO LIBERO!

- Prenotate la vostra attività online
- Sport acquatici, navette per barche
- Parchi per il tempo libero, go-kart, golf, equitazione
- Escursioni e visite guidate, degustazione di vini
- Spa, massaggi



www.amusezvous.net

- Pagamento sicuro
- Rimborso in caso di cancellazione nel maltempo

SCOPRITE IL GOLFO DI SAINT-TROPEZ IN BICICLETTA !



L'itinerario ciclabile V65 Littoral vi offre un percorso da esplorare al vostro ritmo. Collega Sainte-Maxime a Rayol-Canadel-sur-Mer. Potete anche unirvi a Saint-Tropez per un tour di scoperta.

Molti fornitori di servizi offrono noleggio di biciclette e tour guidati per tutti i livelli. Prenotate subito la vostra vacanza in bicicletta e approfittate delle offerte speciali su www.amusezvous.net.

LE GOLFE À VÉLO
Changez de vie, Partez au vélo

PEDALATE IN TUTTA TRANQUILLITÀ GRAZIE AL MARCHIO ACCUEIL VÉLO !



Approfittate dei servizi offerti: parcheggi custoditi, punti di riparazione, informazioni turistiche e persino fontane d'acqua per dissetarvi.

Tutti i siti della regione con il marchio Accueil Vélo vi offrono un'accoglienza personalizzata in base alle vostre esigenze di ciclisti.



OPTATE PER LE NAVETTE GRATUITE PER LA SPIAGGIA !



Le navette estive gratuite vi portano alle spiagge per tutto il giorno, in modo che possiate sfruttare al massimo la vostra vacanza senza preoccuparvi del parcheggio. Un mezzo di trasporto pratico ed economico che contribuisce alla tutela dell'ambiente.

OTTIMIZZATE I TEMPI DI VIAGGIO CON L'APP PYSAE !

Selezionate la vostra linea, la vostra fermata e seguite la vostra navetta in tempo reale. Niente più attese! Con Pysae sapete esattamente quando arriverà la vostra navetta.



PERCORSI PEDONALI INTERCOMUNALI



A Da "La Garde-Freinet" al "Plan de la Tour" passando da "La Mourre" Boschi, pietre e uomini
 6h15 - 19,5 km (Andata semplice) - 410 m - 650 m
 Partendo dall'Ufficio de Tourisme di La Garde-Freinet, seguite la segnaletica gialla in direzione di "Plan de la Tour / Le San Peire".
 Copertura forestale rappresentativa del "Massif des Maures" lungo tutto il percorso della passeggiata con tante curiosità: il ponte romano di Préverger, il lavatoio di la Mourre, la passerelle des Gorges, le rocce di granito di Plan de la Tour, la cima di San Peire.

B Da "La Garde-Freinet" a "Grimaud" passando dalla "Roche Percée" De La Gardi à Grimaou par la Roque Troucada
 2h30 - 10 km (Andata semplice) - 340 m - 287 m
 Partendo dall'Ufficio de Tourisme di La Garde-Freinet, seguite la segnaletica gialla in direzione di Grimaud.
 Bel panorama sulla piana di Grimaud.

C Da "La Garde-Freinet" a "Grimaud" passando dalle "Vernades" Borghi nel cuore della foresta
 4h10 - 16,5 km (Andata semplice) - 410 m - 675 m
 Partendo dall'Ufficio de Tourisme di La Garde-Freinet, seguite la segnaletica gialla in direzione di La Mourre, poi in direzione di Grimaud.
 Panorama sui versanti occidentali del "Massif des Maures" con copertura forestale caratteristica.

D Da "Grimaud" a "Cogolin" passando dalla "Réparade" o dalla "Fons Couverte" Le scorcioie tra Grimaud e Cogolin
 2h - 8 km (Ad anello) - 115 m - 40 m
 Sentieri in parte asfaltati percorribili tutto l'anno.
 Partendo dall'Ufficio de Tourisme di Grimaud, salite fino al parcheggio del castello e seguite la segnaletica gialla in direzione di Cogolin.
 Piccola escursione facile con una passeggiata nel cuore della piana di Grimaud.

E Dal "La Mole" a "Cogolin" passando dalla "Chapelle Sainte-Magdeleine" Sulle tracce dell'antico borgo di La Mole
 4h25 - 15,8 km (aller) - 247 m - 454 m
 Partendo dall'Ufficio de Tourisme di La Mole, prendete la direzione della diga lungo la pista di St. Julien oppure con la variante della "Route des Goules" seguendo la segnaletica gialla in direzione di Cogolin. Sentiero asfaltato nella piana di Cogolin.
 La diga "Barrage de la Verne", la cappella di Sainte Magdeleine, la piana di Cogolin.

F Da "La Mole" a "Cogolin" passando da "La Patronne" e il "Val d'Asier" Immersi nella frescura di uno scrigno di verde : la valle di La Mole
 3h10 - 12,1 km (Andata semplice) - 40 m - 97 m
 Partendo dall'Ufficio de Tourisme di La Mole, prendete la direzione di Rayol-Canadel-sur-Mer. Seguite la segnaletica gialla in direzione Cogolin, costeggiando il fiume La Mole sulla riva destra.
 Praticabile a piedi e in bici, l'area umida protetta della "Vallée de la Mole", alberi eccezionali.

G Da "Cogolin" a "La Croix Valmer", passando da "Les Ajusts" Nel cuore della Plaine de la Giscle
 2h30 - 9,5 km - 125 m - 190 m
 Partendo dall'Ufficio de Tourisme di Cogolin, prendete la direzione Saint-Tropez-La Croix Valmer, seguite la segnaletica gialla in direzione di La Croix Valmer. In alternativa, prendete la direzione Grimaud poi seguite la segnaletica gialla in direzione di La Mole e La Croix Valmer.
 La piana "Plaine de la Giscle", la traversata dei vigneti e del canneto (canier), la fioritura delle vigne.

H "La Mourre, la Nible et les Maximins"
 5-6h - 19,5 km - 321 m - 170 m
 Verso Le Plan de la Tour
 Seguite le indicazioni fornite nella passeggiata n°4, quindi seguite la segnaletica gialla in direzione "Hameau de La Mourre" e "Le Plan-de-la-Tour". Questa escursione, lunga più di 19 km, se fatta tutta in una volta, si rivolge a camminatori allenati. Tuttavia, può essere fatta in più tappe, partendo dalla "Mourre" o da "Le-Plan-de-la-Tour".

I Les Hameaux du Sud
 5h - 16 km - 515 m - 162 m
 Attraversando quartieri pittoreschi si vedono panorami sulla natura selvaggia, la piana di Grimaud e di Cogolin. Partenza route de la Court, aire de Val Verdun, Camp de la Suyère, Val d'Aubert, les Silières.

J La Mourre, la Nible et les Maximins
 5-6h - 19,5 km - 321 m - 170 m
 Verso Le Plan de la Tour
 Seguite le indicazioni fornite nella passeggiata n°4, quindi seguite la segnaletica gialla in direzione "Hameau de La Mourre" e "Le Plan-de-la-Tour". Questa escursione, lunga più di 19 km, se fatta tutta in una volta, si rivolge a camminatori allenati. Tuttavia, può essere fatta in più tappe, partendo dalla "Mourre" o da "Le-Plan-de-la-Tour".

K Les Roches blanches
 3-4h - 5,8/8 km - 637 m - 300 m
 Panorami splendidi, sentiero d'interesse geologico, il quarzo roccia bianca gli ha dato il suo nome.

L Les Hameaux du Sud
 5h - 16 km - 515 m - 162 m
 Attraversando quartieri pittoreschi si vedono panorami sulla natura selvaggia, la piana di Grimaud e di Cogolin. Partenza route de la Court, aire de Val Verdun, Camp de la Suyère, Val d'Aubert, les Silières.

M La Mourre et Le Plan de la Tour
 Verso La Mourre 1h30 - 4,5 km - 321 m - 170 m
 Verso Le Plan de la Tour 2h45 - 9 km - 321 m - 170 m
 Seguite le indicazioni fornite nella passeggiata n°4, quindi seguite la segnaletica gialla in direzione "Hameau de La Mourre" e "Le Plan-de-la-Tour". Questa escursione, lunga più di 19 km, se fatta tutta in una volta, si rivolge a camminatori allenati. Tuttavia, può essere fatta in più tappe, partendo dalla "Mourre" o da "Le-Plan-de-la-Tour".

I SENTIERI ESCURSIONISTICI COMUNALI PER SCOPRIRE IL GOLFO DI SAINT TROPEZ

LA GARDE-FREINET



Come un'isola in foresta, questo paese tipico, è il punto di partenza ideale per un'escursione.

Paese d'eccellenza per le escursioni La Garde-Freinet offre una gamma importante di passeggiate. 1 a 8 Sentieri ad anello segnalati da frecce e pannelli. Parcheggio in paese.

1 La Croix et le Fort
 1h30 - 3 km - 461 m - 100 m
 Partenza dalla zona della Planète. Questo sentiero permette di raggiungere il Forte Freinet, sito emblematico che secondo la tradizione sarebbe stato il rifugio dei Saraceni presenti in Provenza durante il IX° e il X° secolo. Si tratta in realtà di un paesino rupestre medievale che data della fine del XII° la cui fossa tagliata nella roccia è veramente spettacolare. Tavola d'orientamento.

2 Saint-Clément
 1h20 - 4 km - 257 m - 150 m
 Passeggiate in famiglia. Cappella medievale restaurata negli anni Sessanta dallo scultore Di Teana, e dedicata al santo patrono di la Garde-Freinet.

3 Notre-Dame de Miremer
 3 h - 9,7 km - 380 m - 50 m
 Questa cappella medievale, luogo di pellegrinaggio (aperta l'8 settembre) offre un panorama grandioso sul Golfo di Saint-Tropez e il massiccio delle Maures. Il suo versante est, i cui terreni terrazzati sono stati restaurati, e sui quali si trovano conserve diverse varietà di alberi da fico.

4 Peyros
 1h30 - 4,5 km - 452 m - 100 m
 Magnifico sottobosco di castagni. Panorama sulla pianura di St Clément e N.-D. de Miremer.

5 Les Roches blanches
 3-4h - 5,8/8 km - 637 m - 300 m
 Panorami splendidi, sentiero d'interesse geologico, il quarzo roccia bianca gli ha dato il suo nome.

6 Les Hameaux du Sud
 5h - 16 km - 515 m - 162 m
 Attraversando quartieri pittoreschi si vedono panorami sulla natura selvaggia, la piana di Grimaud e di Cogolin. Partenza route de la Court, aire de Val Verdun, Camp de la Suyère, Val d'Aubert, les Silières.

7 La Mourre, la Nible et les Maximins
 5-6h - 19,5 km - 321 m - 170 m
 Verso Le Plan de la Tour
 Seguite le indicazioni fornite nella passeggiata n°4, quindi seguite la segnaletica gialla in direzione "Hameau de La Mourre" e "Le Plan-de-la-Tour". Questa escursione, lunga più di 19 km, se fatta tutta in una volta, si rivolge a camminatori allenati. Tuttavia, può essere fatta in più tappe, partendo dalla "Mourre" o da "Le-Plan-de-la-Tour".

8 Les Roches blanches
 3-4h - 5,8/8 km - 637 m - 300 m
 Panorami splendidi, sentiero d'interesse geologico, il quarzo roccia bianca gli ha dato il suo nome.

9 La Mourre et Le Plan de la Tour
 Verso La Mourre 1h30 - 4,5 km - 321 m - 170 m
 Verso Le Plan de la Tour 2h45 - 9 km - 321 m - 170 m
 Seguite le indicazioni fornite nella passeggiata n°4, quindi seguite la segnaletica gialla in direzione "Hameau de La Mourre" e "Le Plan-de-la-Tour". Questa escursione, lunga più di 19 km, se fatta tutta in una volta, si rivolge a camminatori allenati. Tuttavia, può essere fatta in più tappe, partendo dalla "Mourre" o da "Le-Plan-de-la-Tour".

10 Sentiero Botanico - ad anello
 20 mn - 700 m - Accesso : chemin de la mort du Luc.
 Partenza: quartier Nègresse, dopo i Campi da Tennis, risalite il sentiero fino alla prima biforcazione (seguita la segnaletica a partire dalla ZAC di Valensolle, un'area attrezzata con qualche commero. Percorso d'iniziazione sul tema della flora di pianura con : felci, doradilla degli asini, euforbia dei boschi, salaparriglia, mirto. Piccola area picnic.

11 Sentiero Botanic - ad anello
 20 mn - 700 m - Accesso : chemin de la mort du Luc.
 Partenza: quartier Nègresse, dopo i Campi da Tennis, risalite il sentiero fino alla prima biforcazione (seguita la segnaletica a partire dalla ZAC di Valensolle, un'area attrezzata con qualche commero. Percorso d'iniziazione sul tema della flora di pianura con : felci, doradilla degli asini, euforbia dei boschi, salaparriglia, mirto. Piccola area picnic.

12 Le Pont Romain
 1-2h - 4 km - 180 m - 170 m
 Sentiero pittoresco per raggiungere il mulino ad acqua di Blanche (18. secolo), passando da un apiario fotorato (del 17. secolo). Luogo fresco per fare pic nic d'estate. Riprendere la stessa strada per il ritorno.

13 Le moulin de l'Adrech
 1 h - 3 km - 400 m - 100 m
 Partenza dall'Ufficio turistico (Ufficio de Tourisme). All'uscita del borgo, seguite la direzione di Grimaud. Risalite la strada a sinistra verso il sentiero Chemin de l'Adrech. Attraversate i parcheggi fino al terreno multisport. Imboccate la pista di terra. All'altezza dei contatori elettrici, imboccate sulla sinistra il sentiero con curve a gomito. Aggirate il mulino e imboccate il sentiero per raggiungere il Chemin des deux moulins. Imboccate a sinistra la stradina di terra che raggiunge la RD75. Svitare a destra per circa 30 m (attenzione alle auto) e imboccare la Chemin du Defend, che scende a sinistra. Attraversare la rotonda e proseguire dritto verso Rue Saint-Jean e Ufficio del Comune di la Garde-Freinet.

14 Le moulin de l'Adrech
 1 h - 3 km - 400 m - 100 m
 Partenza dall'Ufficio turistico (Ufficio de Tourisme). All'uscita del borgo, seguite la direzione di Grimaud. Risalite la strada a sinistra verso il sentiero Chemin de l'Adrech. Attraversate i parcheggi fino al terreno multisport. Imboccate la pista di terra. All'altezza dei contatori elettrici, imboccate sulla sinistra il sentiero con curve a gomito. Aggirate il mulino e imboccate il sentiero per raggiungere il Chemin des deux moulins. Imboccate a sinistra la stradina di terra che raggiunge la RD75. Svitare a destra per circa 30 m (attenzione alle auto) e imboccare la Chemin du Defend, che scende a sinistra. Attraversare la rotonda e proseguire dritto verso Rue Saint-Jean e Ufficio del Comune di la Garde-Freinet.

15 Le Baume des Maures
 1h30 - 1 km - 400 m - 110 m
 Partenza dal Parking de la Planète (La Garde Freinet) seguite la segnaletica blu in direzione La Croix des Maures. Dal cartello segnaletico, scendere il versante sulla sinistra, per 500 m, lungo un sentiero a tornanti. Arriverete a la Baume des Maures. Risalire lungo il sentiero. Giunti a la Croix des Maures, per il ritorno, seguite le indicazioni "village".

16 Le Baume des Maures
 1h30 - 1 km - 400 m - 110 m
 Partenza dal Parking di La Croix des Maures; seguire la segnaletica blu in direzione La Croix des Maures. Dal cartello segnaletico, scendere il versante a sinistra, per 500 m, lungo un sentiero a tornanti. Percorrere la stessa strada per il ritorno.

17 Sentiero della Castellane
 45 mn - 3 km - 88 m - Segnalazione gialla - Place Neuv
 Partendo dall'Ufficio del Turismo, visitare il Musée du Patrimoine e delle tradizioni popolari, l'ex fabbrica di toraccioli e il frantoio per scoprire le ricchezze del passato. Partire alla scoperta della parte bassa del paese passando dal sentiero della Castellane. Ritornare dal sentiero di Mignonne, poi davanti alla residenza Beausolle fino all'Ufficio del Turismo sulla RD 558.

18 Tre sentieri ad anello con partenza dal parcheggio del Pont des Fées, sotto il mulino, per poi scoprire tutta la ricchezza del Mont Roux, il patrimonio della valle di Garde con vista sul villaggio di Grimaud e le colline circostanti.

19 Sentiero della scoperta del Pont des Fées
 Ad anello, pannelli informativi sulla flora, la fauna e il patrimonio della valle.
 1h - 1,9 km - 59 m - Segnalazione gialla
 Il Pont des Fées (ponte delle fate), acquedotto di epoca moderna (XVIIe - XVIIIe) permetteva mediante un canale forzato di portare l'acqua della sorgente ad Pancou distante 3 km fino ad una fontana del villaggio. Opera eccezionale unica nel suo genere a Provenza.

20 Sentiero della Calade ad anello
 1h20 - 4,2 km - 100 m
 Segnalazione gialla - Segnalazione gialla
 Quartiere St Michel - passeggiata lungo la Garde e l'Oratorio St Joseph-Paese.

21 Sentiero Grimaud/Port Grimaud
 1h30 - 6,1 km - 93 m - Segnalazione gialla
 Prendere la via del Pré Saint Michel, poi seguire il ruscello per la via della Garde. Attraversare la via dipartimentale 14 (a attenzione alla circolazione), poi prendere la via Bagatin. Girare alla sinistra, passare davanti la scuola dei Blaquères ed seguire la Carrrière d'Agio Puto. Alla frazione di Saint-Pons les Mûres, attraversare la via, e imboccare la pista ciclabile a destra fino alla strada de la Mer. Poi seguire la strada fino alla entrata di Port Grimaud.

22 Sentiero Le Peyron
 40 mn - 2,7 km - 0 m - Segnalazione gialla
 Dal club canino, seguire la via des Ajusts, poi a destra la via en terra che segue le vigne. A destra, seguire il fiume La Giscle, lasciare a sinistra il ponte che porta a Cogolin, continuare tutto dritto nel campo delle carme. Arrivato alla pista in ghiaia, tornare a destra fino al club canino.

LEGGENDA

- DURATA**: i tempi di percorso indicati corrispondono ad una marcia effettiva senza pause né soste.
 - GRADO DI DIFFICOLTÀ**
 - Accessibile a tutti
 - Qualche difficoltà dovuta alla ripidità del sentiero
 - Passaggi delicati e tecnici sull'itinerario e/o salita ripida.
 - Segnalazione
 - Altitudine
 - Dislivello
 - Parcheggio
 - Sentieri praticabili con:
 - il cavallo
 - il rampicino
- I circuiti sono su sentieri in terra, strade asfaltate e sentieri del litorale. Troverete la segnalazione su paletti, frecce o al suolo.

GRIMAUD



Al filo dell'acqua, cui tutto è emozione, armonia, pienezza.

16 Sentiero della Castellane
 45 mn - 3 km - 88 m - Segnalazione gialla - Place Neuv
 Partendo dall'Ufficio del Turismo, visitare il Musée du Patrimoine e delle tradizioni popolari, l'ex fabbrica di toraccioli e il frantoio per scoprire le ricchezze del passato. Partire alla scoperta della parte bassa del paese passando dal sentiero della Castellane. Ritornare dal sentiero di Mignonne, poi davanti alla residenza Beausolle fino all'Ufficio del Turismo sulla RD 558.

17 Tre sentieri ad anello con partenza dal parcheggio del Pont des Fées, sotto il mulino, per poi scoprire tutta la ricchezza del Mont Roux, il patrimonio della valle di Garde con vista sul villaggio di Grimaud e le colline circostanti.

18 Sentiero della scoperta del Pont des Fées
 Ad anello, pannelli informativi sulla flora, la fauna e il patrimonio della valle.
 1h - 1,9 km - 59 m - Segnalazione gialla
 Il Pont des Fées (ponte delle fate), acquedotto di epoca moderna (XVIIe - XVIIIe) permetteva mediante un canale forzato di portare l'acqua della sorgente ad Pancou distante 3 km fino ad una fontana del villaggio. Opera eccezionale unica nel suo genere a Provenza.

19 Sentiero della Calade ad anello
 1h20 - 4,2 km - 100 m
 Segnalazione gialla - Segnalazione gialla
 Quartiere St Michel - passeggiata lungo la Garde e l'Oratorio St Joseph-Paese.

20 Sentiero Grimaud/Port Grimaud
 1h30 - 6,1 km - 93 m - Segnalazione gialla
 Prendere la via del Pré Saint Michel, poi seguire il ruscello per la via della Garde. Attraversare la via dipartimentale 14 (a attenzione alla circolazione), poi prendere la via Bagatin. Girare alla sinistra, passare davanti la scuola dei Blaquères ed seguire la Carrrière d'Agio Puto. Alla frazione di Saint-Pons les Mûres, attraversare la via, e imboccare la pista ciclabile a destra fino alla strada de la Mer. Poi seguire la strada fino alla entrata di Port Grimaud.

21 Sentiero Le Peyron
 40 mn - 2,7 km - 0 m - Segnalazione gialla
 Dal club canino, seguire la via des Ajusts, poi a destra la via en terra che segue le vigne. A destra, seguire il fiume La Giscle, lasciare a sinistra il ponte che porta a Cogolin, continuare tutto dritto nel campo delle carme. Arrivato alla pista in ghiaia, tornare a destra fino al club canino.

IGN 3545 OT IGN 3544 OT

COGOLIN



Nel cuore del Golfo di Saint-Tropez, villaggio culturale ed artigianale che vive al ritmo delle 4 stagioni, porta animato a 6km.

14 Sentiero Botanico - ad anello
 20 mn - 700 m - Accesso : chemin de la mort du Luc.
 Partenza: quartier Nègresse, dopo i Campi da Tennis, risalite il sentiero fino alla prima biforcazione (seguita la segnaletica a partire dalla ZAC di Valensolle, un'area attrezzata con qualche commero. Percorso d'iniziazione sul tema della flora di pianura con : felci, doradilla degli asini, euforbia dei boschi, salaparriglia, mirto. Piccola area picnic.

15 Percorso scoperta: le attività tradizionali della Valle de La Mole
 2h - 6 km aller-retour - Accesso : chemin du Colombier.
 Partenza : terrain des Aubrettes. Partenza della strada (riva destra) con barriera (iscrizione sulla barriera: 802, Valle della Mole). Attraverso una pista agevole per ciclisti e pedoni, 5 cartelli vi guideranno e vi condurranno alla scoperta dal quercia sughero, del gelso, del pastorale, delle canne e della brughiera che sono state sfruttate e coltivati nella valle. Quando si raggiunge il cartello "Domaine du Val d'Asier", si deve tornare indietro.

IGN 3545 OT

LE PLAN-DE-LA-TOUR

21 Les Gorges et Les Hameaux Partenze dall'Ufficio del Turismo Sentier 22 A "Les Gorges" 1h15 - 5,2 km - Partendo dall'ufficio turistico (Office de Tourisme), all'uscita di 4 Chemins, dirigetevi verso Sainte Maxime (RD74), quindi, all'uscita del borgo, all'ultima rotonda, imboccate la prima strada sulla destra. Con, sulla sinistra, le vestigia della cappella Saint-Pierre (proprietà privata), proseguite dritti sul sentiero. Dopo la piccola collinetta, all'incrocio, imboccate la salita sulla sinistra fino al quado chiamato "Gorges", la cui acqua alimentava un mulino (Moulin de la Resende). Proseguite lungo il vigneto fino all'incrocio, quindi, di fronte al portale, proseguite sulla sinistra. Prendete a destra all'incrocio, scorgete in lontananza di fronte a voi l'antenna del ripetitore. Scoperto il pianurino e dei menhir ornati. Nella frazione Prat Bourdin imboccate a destra il piccolo sentiero fino all'ovile, quindi fate ritorno al paese seguendo il percorso a ritroso.

22 Sentier 22 B "Les Hameaux" 1h - 4,5 km - Partendo dall'ufficio turistico, giunti al "4 Chemins", seguite la direzione di Grimaud (RD44), imboccando la strada pedonale fino all'uscita del paese, quindi sulla destra (punto di riferimento: un pannello segnaletico relativo alla velocità), risalite la strada in direzione del Chemin du Précaud e proseguite dritto lungo la carrozzabile verso la frazione Hameau du Précaud. Al centro del borghetto, all'altezza della fontana, voltate a destra in direzione dell'incrocio delle Rue des Roubauds. All'incrocio, nei pressi delle cassette delle poste, imboccate il sentiero sulla destra. Al crocevia, prendete a destra poi proseguite lungo il sentiero che sale sulla vostra sinistra in direzione dell'Hameau du Vermet. Per tornare al paese seguite lo stesso percorso a ritroso e giunti all'incrocio con il Chemin du Précaud, imboccate la stradina di terra sulla sinistra e scendete verso il borgo, fino a Place Foch.

IGN 3545 OT **IGN 3544 OT**

23 Les Gorges et Les Hameaux Partenze dall'Ufficio del Turismo Sentier 22 A "Les Gorges" 1h15 - 5,2 km - Partendo dall'ufficio turistico (Office de Tourisme), all'uscita di 4 Chemins, dirigetevi verso Sainte Maxime (RD74), quindi, all'uscita del borgo, all'ultima rotonda, imboccate la prima strada sulla destra. Con, sulla sinistra, le vestigia della cappella Saint-Pierre (proprietà privata), proseguite dritti sul sentiero. Dopo la piccola collinetta, all'incrocio, imboccate la salita sulla sinistra fino al quado chiamato "Gorges", la cui acqua alimentava un mulino (Moulin de la Resende). Proseguite lungo il vigneto fino all'incrocio, quindi, di fronte al portale, proseguite sulla sinistra. Prendete a destra all'incrocio, scorgete in lontananza di fronte a voi l'antenna del ripetitore. Scoperto il pianurino e dei menhir ornati. Nella frazione Prat Bourdin imboccate a destra il piccolo sentiero fino all'ovile, quindi fate ritorno al paese seguendo il percorso a ritroso.

24 Chemin vers la Garde-Freinet - Continuità del sentiero 22 B 1h30 - 13,5 km - 340 m - 400 m Seguite la descrizione dell'escursione 22 B fino all'incrocio nella pineta. Svoltate a sinistra e seguite la segnaletica gialla in direzione di "Hameau De La Moure" e "La Garde-Freinet".

25 hemin vers le San Peire - Continuità del sentiero 22 A 2h - 6 km - 410 m - 370 m Seguite la scheda dell'escursione 22 A, fino al Chemin de la Planète, quindi imboccate il Chemin du Magnan, poi il Chemin de Terre Rouge, quindi, nel punto in cui incontrate dei blocchi giganti di granito grigio, la Piste n° 1713. Si accede al San Peire da una stradina che attraversa le rovine dell'oppidum. In cima, vi attende un magnifico panorama.

26 Sentier des Mines de Vallaur 2h30 - 7 km - 334 m - 325 m Partenza a 1 km dal paese, parcheggio del complesso residenziale "La Buon Aigo" RD44 - Route du Muy (percorso turistico). Dal parcheggio, dirigetevi verso il parco giochi del City Stade. Imboccate sulla destra il rigido sentiero di sassi. All'incrocio, proseguite a sinistra con la pista 1743 che sale lungo 1,6 km. Al nuovo incrocio, imboccate a destra la pista 1744 per 230 metri. Salite a destra il sentiero per raggiungere il belvedere. Panorama sul Golfe de Saint-Tropez, la Pointe du Rabou e il cima del San Peire (403 m) e San Sebastien (333 m). Continuate a destra la pista 1744 fino a raggiungere un altro incrocio (cisterna). Proseguite a sinistra lungo il sentiero a tratti eroso e pieno di sulci che scorre ripidamente a valle. Proccedete per circa 300 metri per vedere, a sinistra, l'ingresso della miniera Victor. Proseguite la discesa e raggiungete la grotta Mari Vallat (rischio intermittente). Imboccate sulla sinistra il sentiero di terra fiancheggiato da cisti, erica e mirto. Superate un capanno e raggiungete le rovine della frazione di Les Martins, memoria della vita di un tempo nelle colline. Infine, risalite alcuni ripidi dislivelli del terreno per poi raggiungere l'incrocio. Imboccate a destra il sentiero fino a tornare al punto di partenza.

IGN 3545 OT **IGN 3544 OT**

GASSIN

27 Per l'escursione "Boucles de l'Arlatane", parcheggio della scuola nella parte nuova del borgo di Gassin.

28 Per le escursioni 30 e 31 parcheggio all'ingresso del centro storico e partenza dall'Ufficio del Turismo (Office de Tourisme). Documentazione dettagliata disponibile presso l'Ufficio del Turismo **IGN 3545 OT**

29 a 28 Les boucles de l'Arlatane 1h - 3,5 km - 140 m - 230 m Vi si accede dalla parte nuova del borgo, giunti alla scuola elementare scendete lungo il sentiero Chemin du Puits Saint-Jean; aggirate il mini-stadio, scendete le scale e seguite la segnaletica (pannelli e frecce in legno). Sentieri alla scoperta del patrimonio storico e paesaggistico. Intorno a Gassin, uno dei borghi più belli di Francia. Magnifico panorama sul Massif des Maures.

30 Chemin de la chapelle Notre-Dame-de-la-Consolation 1h10 - 4,1 km - 180 m - 222 m - Segnaletica blu (questo anello, documento ombreggiato, è particolarmente calmo e pittoresco). Attraverso il centro storico. Nella parte moderna del borgo, imboccate a destra il sentiero Chemin du Puits Saint-Jean. Aggirate lo stadio, scendendo lungo gli scalini. Il sentiero inizialmente attraversa la foresta, poi supera l'area picnic e il lavatoio e giunge all'ex ovile, quindi più in alto, all'antica chiesa parrocchiale.

31 Panorami del golfo di Saint Tropez e della baia di Cavalaire 4h40 - 16,9 km - 180 m - 692 m Segnaletica arancione Alla scoperta dello scrigno verde che corona Gassin dal Golfo di Saint-Tropez alla baia di Cavalaire. Scendete lungo la Montée Saint-Joseph, l'Orepassata forata. Scendete verso la cappella poi verso l'ovile. Imboccate il Chemin de Riboty. Attraversate la D558. Proseguite lungo il Chemin de Pimpion. Continuate lungo la pista. Entrate nel Domaine de Chausse attraverso il portale in ferro. Camminate lungo la recinzione. Uscite dal secondo portale in ferro. Alla rotonda di La Croix-Valmer, imboccate la pista ciclabile.

32 Sentier de la mer 2h30 - 9,6 km - 200 m - 432 m - Segnaletica turchese Place Louis Collomb di Sessin, scendete verso il cimitero e aggirate la sala sinistra, seguendo le indicazioni del pannello "Villedieu". Imboccate il sentiero sulla sinistra, quindi seguite la Pista di Villedieu, proseguendo per 2,5 km. Attraversate la Route du Bourdin. Dopo pochi metri troverete un sentiero che, dopo un quado, conduce verso il Chemin de la Palme attraverso le vigne del Domaine du Bourrain. Giunti alla RD98 (una strada dipartimentale), proseguite lungo il marciapiede sulla destra. Alla rotonda, girate a sinistra in direzione di Les Marines de Gassin. Alla seconda rotonda, proseguite dritto passando davanti ai negozi. Proseguite poi fino alla spiaggia e al porto. Per ritornare al punto di partenza, seguite il percorso a ritroso. Volendo potete imboccare la pista intermediale protetta per raggiungere a sinistra Port-Grimaud e a destra Saint-Tropez.

IGN 3545 OT

RAYOL-CANADEL-SUR-MER

33 Antica ferrovia - andata e ritorno - Due circuiti 1h30 - 6 km - Non segnalato - Partenza Ufficio del Turismo Questa antica ferrovia costruita dalla Société des Chemins de Fer Sud France, collegava Tolone a Saint-Raphaël passando dalla costa. Le curve dolci e l'assenza di dislivello ne fanno una passeggiata sicura e ideale per i percorsi in bicicletta e in famiglia.

34 Proprietà Domaine du Rayol Informazioni e prenotazioni a prezzi speciali su www.amusevous.net

Il Giardino del Mediterraneo Il Domaine du Rayol è uno spazio protetto di 20 ettari e proprietà del Conservatorio del Littorale. Il Giardino del Mediterraneo invita i visitatori a scoprire i paesaggi mediterranei del mondo e i paesaggi a clima più arido o subtropicale. Aperto tutto l'anno, entrata a pagamento.

Il sentiero marino Da metà giugno a metà settembre, scoprite la fauna e la flora sottomarina facendo snorkeling con una guida dalla spiaggia del giardino. Per bambini accompagnati a partire dagli 8 anni.

Attività per bambini durante le vacanze scolastiche. A scelta tra "Piedi nell'acqua", "Mani nella terra" o "Piccole creature del giardino".

35 Partenza dall'Ufficio del Turismo - direzione Frejus-Saint-Raphaël passando dalla riva del mare per 3,5 km - seguite la strada panoramica fino alla quarta curva. Parcheggio su strada disponibile. Ingresso al parco in corrispondenza della curva della strada. La Pointe des Sardaïnaux, con il suo parco e le sue calette, è un luogo ideale per le passeggiate in famiglia e per osservare la fauna e la flora mediterranea. Si tratta di una riserva naturale protetta - classificata in Francia come Espace Naturel Sensible - di notevole rilievo, molto ben preservata con una estensione di circa 2 ettari. Da scoprire inoltre due vestigia del passato: un bunker della Seconda guerra mondiale, sul tetto del quale, potrete godere di un punto di vista eccezionale sulla spiaggia di Nartelle e il viale litico di Sardaïnaux costituito da due bacini scavati nel calcareo metallico. Da lì, seguite il sentiero a destra e costegiate il ruscello. Arrivati alla "Route Forestiere de Gagar", svoltate a destra per tornare al punto di partenza.

36 **La Sémaphore** 2h - 6,2 km sul sentiero - 341 m Segnaletazione gialla - e partenza dalla spiaggia Plage de Gagar. Seguite la segnaletica gialla. Dalla "Plage de Gagar", all'ingresso del "Domaine du Cap Lardier", imboccate il "Sentier du Littoral". Attraversate la spiaggia "Plage des Brouis" e la "Pointe d'Andat" fino al "Pins Blancs" (salita difficile) e continuate lungo il sentiero in direzione del "Vieux Sémaphore". Superate il livello della cisterna. Dopo quest'ultima, lasciate la direzione "Cap Lardier" sulla vostra destra e svoltate a sinistra per scendere nuovamente fino al vigneto. Giunti alle stazioni in legno, seguite a sinistra in direzione "Plage de Gagar" in modo da scendere la vallata fino al cancello metallico. Da lì, seguite il sentiero a destra e costegiate il ruscello. Arrivati alla "Route Forestiere de Gagar", svoltate a destra per tornare al punto di partenza.

IGN 3545 OT

IL GOLFO DI SAINT-TROPEZ SU I RETI SOCIALI

@GolfedeSaintTropezDestination @golfestropez @golfesainttropez @GolfedeSaintTropezdeveloppement @GolfedeSaintTropez

RAMATUELLE

36 **Il sentiero del litorale** Segnalato dal porto di Saint-Tropez fino a La Croix Valmer (spiaggia di Gigaro) 34,50 km. Saint-Tropez - Plage de Tahit - 4 km - 4h30 - Segnaletazione gialla **Circuit n° 1:** - La Baie de Pampelonne N/S - 5 km - 1h30 Tahiti - Le Higon - Départ Route de Tahiti Commune lungo la riva del mare, dove si affacciano stabilimenti balneari privati e spiagge pubbliche, lungo la più vasta distesa di sabbia della penisola: la Plage de Pampelonne, che nella notte del 15 agosto 1944 fu teatro dello sbarco degli alleati in Provenza. Sul Boulevard Patch si erge una stele commemorativa di questi eventi.

Circuit n° 2: - Pampelonne - Anse de Bonne Terrasse - 0,5 km - 15 min Parcheggi municipali route de Bonne Terrasse All'estremità meridionale di Pampelonne, imboccate il sentiero sui primi contrafforti della costa rocciosa. Dopo 100 m, non perdetevi il Puits Lou Pils né il sentiero marino, prima di raggiungere la spiaggia di Bonne Terrasse e le sue case di pescatori. A quel punto potete anche chiedere l'anello, raggiungendo la strada dall'accesso pedonale del ristorante "Chez Camille" oppure prolungare seguendo il circuito 3 fino a Cap Camarat.

Circuit n° 3: - Bonne Terrasse - Cap Camarat - 2,5 km - 30 min Il parcheggio è lo stesso del circuito 2 oppure c'è il parcheggio di 30 posti lungo la strada in direzione del ristorante "Chez Camille". Imboccate il circuito 2 e proseguite o risalite la strada fino all'accesso pedonale della Plage de Bonne Terrasse. Costegiate il lungomare e dopo la stazioncina: La strada a destra vi conduce tranquillamente verso la strada del Faro (Paro di Cap Camarat, Route de Camarat) che scoprirete 500 m più avanti risalendo la strada. 30min - Il sentiero scosceso (sulla sinistra) sovrasta il mare fino al Rocher des Portes detta "Isola degli uccelli" (le aux oiseaux). Lungo questo percorso, è possibile arrampicarsi fino al faro, seguendo per circa 15 minuti un sentiero sulla destra.

Circuit n° 4: - Cap Camarat - Plage de l'Escalet - 4,5 km - 3h - Parcheggio ai piedi del Phare de Camarat.

IGN 3545 OT

37 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

38 **Il Sentier de la Chartreuse de la Verne** parte dal Barrage de la Verne, una diga costruita negli anni Novanta 2h - 20 km - Per raggiungere la diga da Cogolin, attraversare il villaggio di La Mole e girare a destra al terzo semaforo del complesso residenziale Le Moulin Roux. Proseguite per 900 m e lasciate il veicolo alla barriera dopo il Domaine de la Pertuade. Dovrete quindi camminare per 2,3 km per raggiungere la diga. Seguire la segnaletica (pietra dipinta di bianca e verde) fino alla Chartreuse de la Verne costeggiando lo sbarramento per la sinistra. Lo sbarramento è la Verne alimentata in acqua probabile la popolazione del Golfo di Saint-Tropez e da Paese del Verne. La sua acqua è trattata nella fabbrica della Verne. Costruito nel 1991 a una diga in terra con un dispositivo che limita l'acqua, tecnica particolarmente originale. Attenzione alle marcature che a volte mancano e sono danneggiate.

La pesca, il nuoto e le attività nautiche sono vietate.

39 **Sentierio di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA CROIX VALMER

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT

LA MOLE

40 **Il sentiero di Santa Madalena** 1h - 4 km - Non segnalato - Parcheggio della Verne Partendo dalla chiesa, imboccate sulla sinistra la Route des Gulais e proseguite per 2,2 km. Giunti all'incrocio, imboccate sulla destra la pista 1973 detta "Les Cabris" e proseguite per circa 1 km. Giunti alla cisterna verde - 4 Chemins - proseguite sulla sinistra per 150 metri, quindi imboccate, ancora sulla sinistra, un sentiero che, all'ombra delle querce, dopo 500 metri vi conduce fino alla cappella.

Da fare : Una volta arrivata alla Cappella, arrampicarsi ancora 30m per raggiungere la rocca che offre una vista straordinaria sulla Mole ed il golfo di Saint-Tropez. Si appropria ad un'entertail del vassoio di Marveille. Il castrum di Santa-Madeleine, vecchio villaggio medievale della Mola, è stato costruito al XIV secolo in basalto locale, roccia vulcanica ed stato abbandonato molto rapidamente. Il colore scuro dei suoi muri e la natura selvaggia della regione, gli danno un'atmosfera magica e misteriosa.

IGN 3545 OT