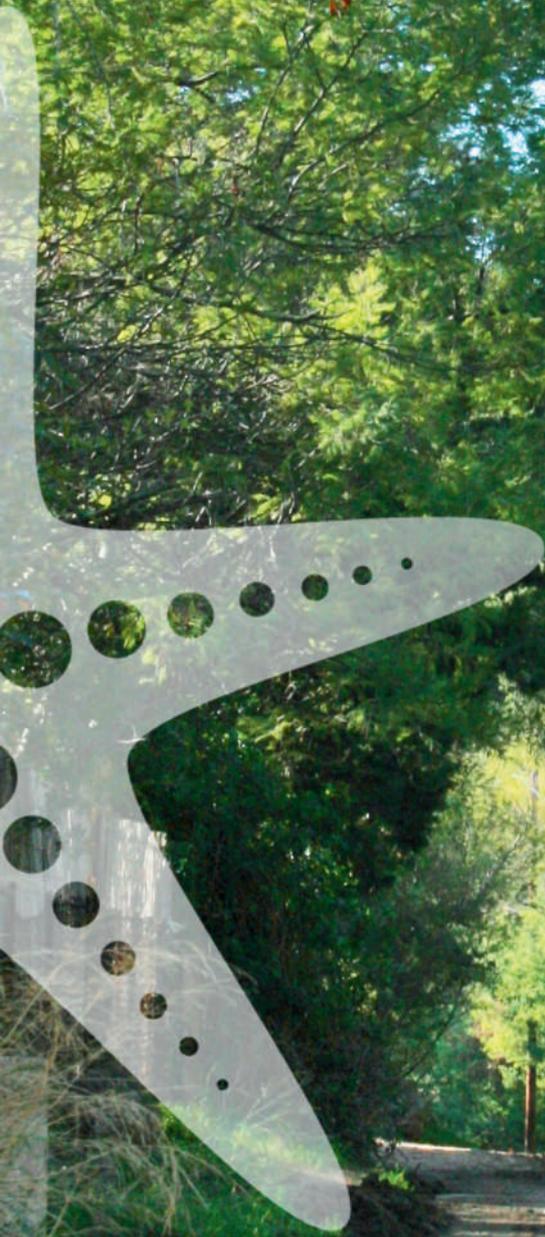


CAVALAIRE
— GOLFE DE SAINT-TROPEZ —



À VÉLO

By Bicycle

ACCUEIL VÉLO



Bike home

Cavalaire se situe sur la V65 qui est une voie cyclable reliant Sanary à Nice, soit plus de 260 km. Cette proximité combinée à tous les efforts réalisés pour accueillir au mieux les visiteurs à vélo, lui ont valu l'obtention du label Accueil Vélo.

La V65 permet de parcourir le littoral varois par la côte ou l'intérieur des terres en suivant le tracé de l'ancienne voie de chemin de fer de Provence. Ainsi, le circuit est relativement plat.

Pour plus de choix, parcourez les propositions de circuits du Golfe de Saint-Tropez :



Scan moi

Cavalaire is on the V65 cycle route linking Sanary to Nice, a distance of over 260 km. This proximity, combined with all the efforts made to welcome visitors by bike, has earned Cavalaire the 'Accueil Vélo' label.

The V65 allows you to cycle along the Var coastline or inland, following the route of the old Provence railway line. The route is therefore relatively flat.

For more choice, take a look at the suggested routes in the Gulf of Saint Tropez.

LES BALADES

Walks

Retrouvez toute une sélection de **circuit à vélo dans le Golfe de Saint-Tropez** :
<https://www.golfe-saint-tropez-information.com/fr/circuits-a-velo>

Pour les plus courageux, voici une sélection de **balades à vélo dans le Var** :
<https://www.visitvar.fr/que-faire-var/activites-nature/velo/>

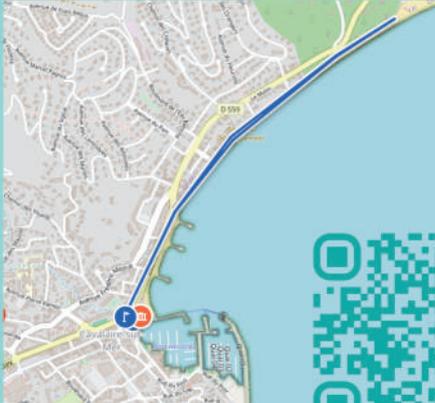
Discover a whole selection of **cycling tours in the Gulf of Saint-Tropez**:
<https://www.golfe-saint-tropez-information.com/fr/circuits-a-velo>

For the more adventurous, here's a **selection of bike rides in the Var**:
<https://www.visitvar.fr/que-faire-var/activites-nature/velo/>



PISTES CYCLABLES

Cycle paths



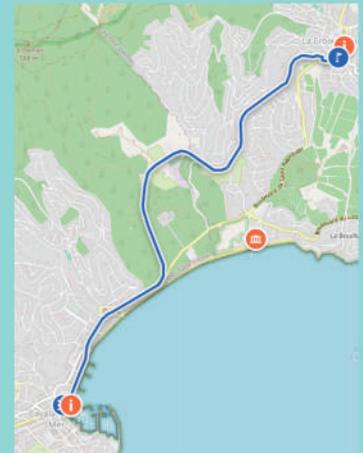
PROMENADE DE LA MER

Difficulté : Très Facile
Distance : 4.1 km
Durée : 1h

*Difficulty: Very Easy,
Distance: 4.1 km, Duration: 1h*

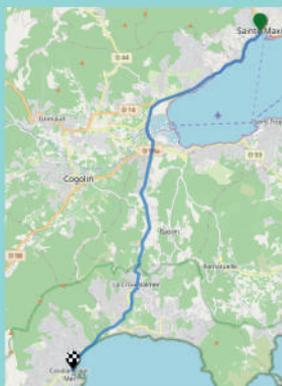
CROIX VALMER À CAVALAIRE

Difficulté : Facile
Distance : 5.9 km
Durée : 20 minutes



*Difficulty: Easy,
Distance: 5.9 km, Duration: 20min*

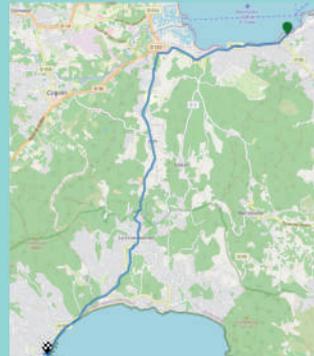
CAVALAIRE À SAINTE-MAXIME



Durée : 1h15min
Distance : 19,8km
Difficulté : Modérée

*Difficulty: Moderate,
Distance: 19.8 km, Duration: 1h15min*

CAVALAIRE À SAINT-TROPEZ



Difficulté : Modéré
Distance : 16,7 km
Durée : 1h5min

*Difficulty: Moderate,
Distance: 16.7 km, Duration: 1h15min*

POINTS D'EAU

Water points

Retrouvez dans ce plan les différents points d'eau pour se rafraîchir ou s'hydrater au cours de votre randonnée à vélo.

Sanitaires et points d'eau

Dans la Maison de la Mer, où se trouve l'Office de Tourisme, il y a des sanitaires :

- Hommes
- Femmes et espace bébé

Bien évidemment, ces sanitaires sont accompagnés d'un point d'eau. Dans un rayon de 300 mètres, en plus de ceux de la Maison de la Mer, nous pouvons en retrouver sur :

- La place Benjamin Gaillard
- Sur la place du Casino
- A côté du Gymnase Henry Gros

Plusieurs points d'eau à moins de 300 mètres sont également disponibles :

- Espace sport promenade de la mer
- Place des arts
- Au gymnase et à la capitainerie sur leurs horaires d'ouverture

Le plan de la ville met en évidence les sanitaires ouverts au public de la ville.

This map shows the various water points where you can refresh or hydrate while cycling.

Sanitary facilities and water points

There are toilets in the Maison de la Mer, where the Tourist Office is located:

- Men's
- For women and babies

Naturally, these toilets are accompanied by a water point.

Within a 300 metre radius, in addition to those in the Maison de la Mer, we can find them on :

- Place Benjamin Gaillard
- Place du Casino
- Next to the Henry Gros Gymnasium

There are also several water points within 300 metres:

- Espace sport promenade de la mer
- Place des arts
- At the gymnasium and the harbour master's office during their opening hours

The map of the town highlights the public toilets in the town.

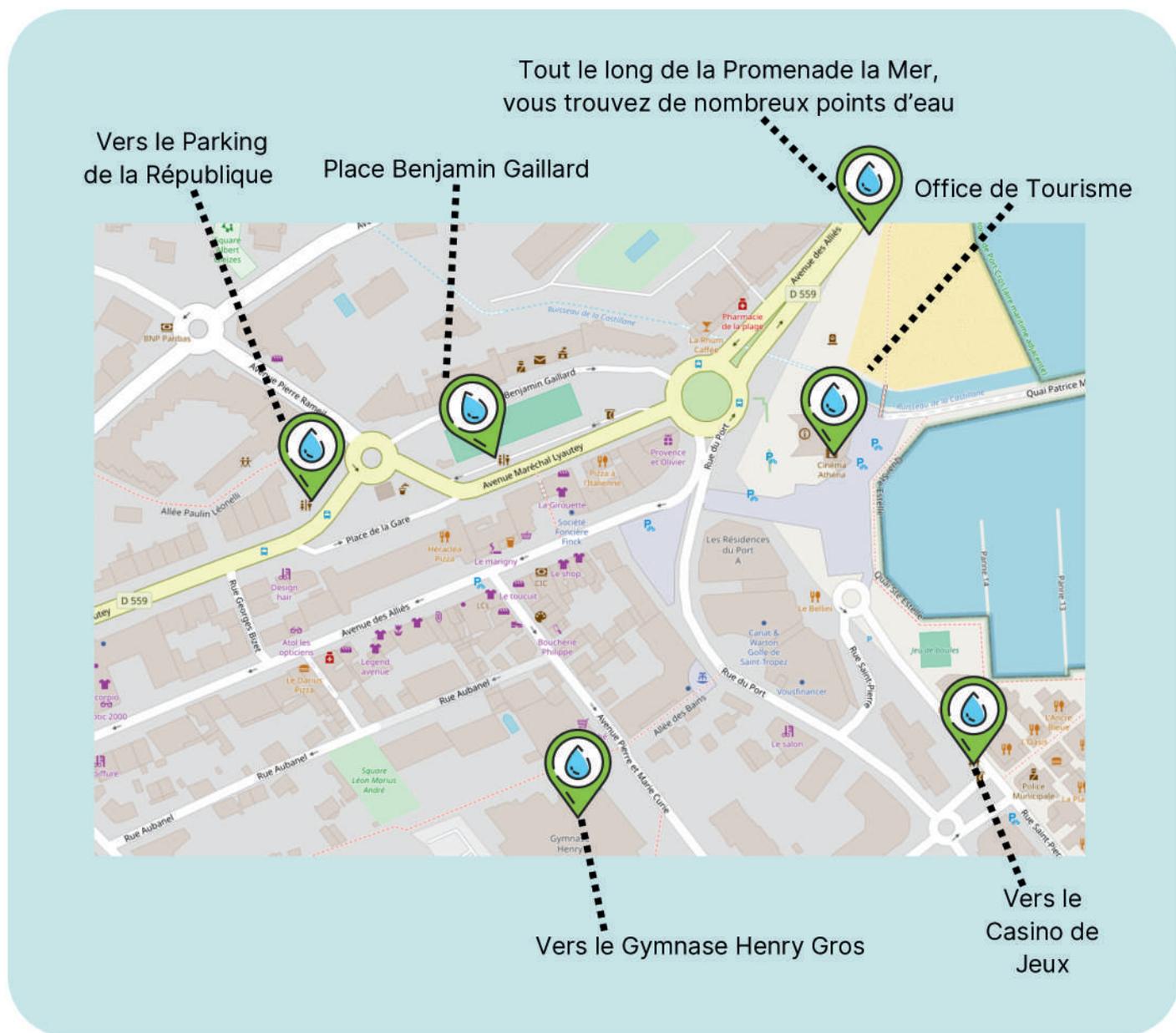


LA CARTE

Map of water points

Voici la carte pour retrouver les différents points d’eau dans la ville de Cavalaire-sur-Mer.

Here's a map showing the different water points in Cavalaire-sur-Mer.



STATIONNEMENT

Parking

Retrouvez dans ce plan les différentes aires de stationnement pour vélos.
Les différentes adresses où se trouvent les arceaux de vélo :

This map shows the various cycle parking areas.

The different addresses where you can find the bike racks :

- Multisport Frais Vallon x5
- Allée de la Plage x3
- Avenue des Myrtes x5
- Promenade de la Mer x3
- Plage des Dauphins x3
- Poste de secours des Dauphins x3
- Hôtel de Ville x2
- Maison de la Mer x11
- Place Sainte-Estelle x3
- Place des Bains x2
- Gymnase Henri Gros x5
- Avenue des Alliés (Méditerranée) x2
- Avenue des Alliés (Face S2F) x2
- Avenue des Alliés (Face Optic 2000) x2
- Place de la Gare x3
- 320 Av. Pierre Rameil (Parvis École Maternelle) x3
- Boulevard Pasteur x1
- Chemin des Canissons x3
- Allée Paulin Leonelli x2
- Pardignon x10
- Bonporteau x5



SÉCURITÉ À VÉLO

Bicycle safety

Avant de partir à vélo, **vérifiez la météo** et **les accès aux massifs forestiers**. Munissez-vous de bouteilles d'eau, d'un chapeau et de chaussures adaptées pour votre sécurité et votre confort. **En cas d'urgence, composez le 112.**

**POUR RESTER INFORMÉ SUR
LES RISQUES DE FEUX DE FORÊT :**

To stay informed about the risks of forest fires



**PRÉVENTION DES FEUX DE
FÔRETS**

Forest fire prevention

Before setting off by bike, **check the weather and access to forest areas**. Bring a bottle of water, a hat and suitable footwear for your safety and comfort. **In an emergency, dial 112.**

RÉPARATION & LOUEURS



Repair & Rental

Un kit de réparation vous est prêté par l'Office de Tourisme pour les petites avaries.

Ce kit comprend :

- 16 en 1 clé de vélo haute dureté,
- Minipompe à vélo,
- Pompe à air,
- Tuyau d'expansion,
- 12 rustines de pneus,
- 2 démonte-pneus en métal,
- 2 démonte-pneus en plastique,
- 2 vis,
- 2 valves d'expansion,
- Valve aiguille,
- Valves adaptateurs.



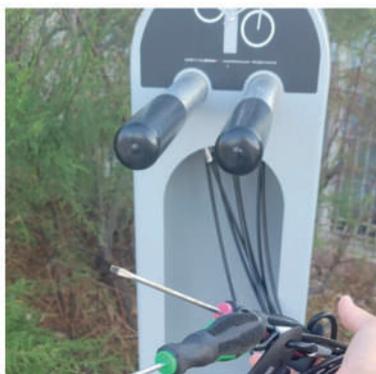
Borne libre
service



Loueurs &
réparateurs

Par ailleurs, une pompe à vélo et un kit de réparation sont également installés sur la V65, au niveau de la Promenade de la mer, rendant ces services accessibles 24h/24.

Ce kit se situe à 650 mètres de l'Office de Tourisme, à côté de l'aire de sport.



A repair kit is available for minor damage.
Just ask at the Tourist Office reception desk.

The kit includes :

- 16 in 1 high hardness bicycle key,
- Mini bike pump,
- Air pump,
- Expansion hose,
- 12 tyre patches,
- 2 metal tyre levers,
- 2 plastic tyre levers,
- 2 screws,
- 2 expansion valves,
- Needle valve,
- Adapter valves.



Borne libre
service



Loueurs &
réparateurs

A bicycle pump and repair kit have also been installed on the V65 at the Promenade de la mer, making these services available 24 hours a day.
The kit is located 650 metres from the Tourist Office, next to the sports area.

TRANSPORT

Transport

Venir en train

Dans la plupart des trains TER SUD Provence-Alpes-Côte d'Azur votre vélo voyage gratuitement, suspendu ou placé dans un espace dédié dans la limite des places disponibles.

Attention, le contrôleur peut interdire l'accès à bord pour des raisons de capacité ou de sécurité, notamment lorsque les TER sont très fréquentés et particulièrement aux heures de pointe : du lundi au vendredi de 7h00 à 9h à et de 16h30 à 18h30.

Le transport des tandems, tricycles, vélos triporteurs, vélos couchés 3 roues et des remorques attachées à l'arrière d'une bicyclette n'est pas autorisé.

Pour plus d'informations, contacter les conseillers SNCF au numéro vert : 0 800 11 40 23 (service et appel gratuits), tous les jours de 7h à 20h.

Coming by train

On most TER SUD Provence-Alpes-Côte d'Azur trains, your bicycle travels free of charge, suspended or placed in a dedicated space within the limits of the seats available.

Please note that the ticket inspector may forbid access to the train for reasons of capacity or safety, especially when the TER is very busy and particularly at peak times: Monday to Friday from 7.00am to 9.00am and from 4.30pm to 6.30pm.

Tandems, tricycles, three-wheelers, recumbent bicycles and trailers attached to the rear of a bicycle are not permitted.

For more information, contact SNCF advisers on the freephone number: 0 800 11 40 23 (free service and call), every day from 7am to 8pm.



TRANSPORT

Transport

En bus **ZOU!**

Dans les bus ZOU, les vélos sont admis dans la soute des cars, dans la limite de trois ou sous réserve d'espace disponible. Pour embarquer votre vélo, accrochez-le au rack ou placez-le en soute (housse de protection fortement conseillée). Pour connaître les conditions de transport des vélos ou de réservation, contactez le service-client ZOU!

Prix d'un appel local Tous les jours de 7h à 20h au 04 13 94 30 50.

En taxi

2 compagnies peuvent prendre des cyclistes et leur(s) vélo(s) grâce à leurs vans :

TAXI LAURY'S France

23, Val de Mer - 83420 La Croix-Valmer

Téléphone : 04 94 55 10 12 - www.taxi-cavalaire.com - Email : taxis@laurys.com

Le service "plus" à votre service 24h/24. Taxi, transports de voyageurs, liaisons aéroports et gares toutes distances, agréé assistance, agréé CPAM. Ouvert à l'année.

TAXI SEVERAL DRIVERS

Résidence Maéva - BP 14 - 83580 Gassin

Téléphone : 07 86 56 34 80 - Email : sisterdrivers@gmail.com

Taxi N°3 Cavalaire. Réservation recommandée. Disponible 7j/7 durant la période estivale. Ouvert toute l'année.

By bus

Bicycles are allowed in the hold of ZOU buses, up to a limit of three or subject to available space. To take your bike on board, hang it on the rack or place it in the hold (protective cover strongly recommended). To find out about the conditions for transporting bikes or booking, contact ZOU! customer service. Customer Service every day from 7am to 8pm on 04 13 94 30 50.

Taxis

2 companies can take cyclists and their bicycles with their vans:

TAXI LAURY'S France: 23, Val de la Mer - 83420 La Croix-Valmer Telephone: 04 94 55 10 12 - www.taxi-cavalaire.com - Email: taxis@laurys.com The 'plus' service at your service 24 hours a day. Taxi, passenger transport, airport and train station connections for all distances, assistance approved, CPAM approved. Open all year round.

TAXI SEVERAL DRIVERS: Résidence Maéva - BP 14 - 83580 Gassin Telephone : 07 86 56 34 80 - Email : sisterdrivers@gmail.com Taxi N°3 Cavalaire. Booking recommended. Available 7 days a week during the summer. Open all year round.

L'OFFICE DE TOURISME

L'Office de Tourisme de Cavalaire sur Mer est à votre disposition :

Maison de la Mer - 50, Rond-Point St Exupéry

Tél : 00 33 (0)4 94 01 92 10

contact@cavalaireurmer.fr – www.cavalaireurmer.fr

- **En saison** : du mi-juin à mi-septembre : tous les jours, de 9h à 19h,
- **Hors-saison** : du lundi au vendredi, de 9h à 12h30 et de 14h à 18h et le Samedi, de 9h à 12h30.

Horaires élargis pendant les vacances scolaires toutes zones.

The Cavalaire sur Mer Tourist Office is at your disposal:

Maison de la Mer - 50, Rond-Point St Exupéry

Tel: 00 33 (0)4 94 01 92 10

contact@cavalaireurmer.fr - www.cavalaireurmer.fr

- **In season:** mid-June to mid-September: daily, 9am to 7pm,
- **Off-season:** Monday to Friday, 9am to 12.30pm and 2pm to 6pm and Saturday, 9am to 12.30pm.

Extended opening times during school holidays in all zones.

CONSEILS

Advice

Hébergement : Une liste des labellisés "Accueil Vélo" est disponible sur demande à l'Office de Tourisme et sur notre site internet : www.cavalaireurmer.fr



Accommodation: A list of those with the Accueil Vélo label is available on request from the Tourist Office and on our website: www.cavalaireurmer.fr

LES CONSEILS DE VOS HÔTESSES D'ACCUEIL

Advice from your receptionist

“ Si vous êtes avec des enfants, nous vous conseillons de prendre la voie verte , la V65 direction le Rayol. Cette portion est relativement plate, ce qui la rend accessible à tous. Par ailleurs, elle n'est pas sur la route, et donc il n'y a pas de voiture à côté (sauf riverain). Attention, il peut y avoir des déviations selon les travaux de réfection.



Si vous souhaitez aller du côté de Saint-Tropez, Port Grimaud etc... vous devez passer par le rond-point de la Foux, où la piste cyclable n'est pas matérialisée. Nous vous conseillons de traverser ce point à pied afin de rejoindre le plus prudemment possible la piste cyclable qui reprend juste après. ”



Pour avoir d'autres idées de balades, vous pouvez télécharger les applications HERE WE GO et VISORANDO (fonctionnement entièrement sans connexion et avec guidage vocal). ”



If you want to go towards Saint-Tropez, Port Grimaud, etc., you have to go via the La Foux roundabout, where the cycle path is not signposted. We advise you to cross this point on foot to join the cycle path as carefully as possible. If you are with children, we recommend that you take the green route, the V65 towards Le Rayol. This section is relatively flat making it accessible to everyone. What's more, it's not on the road, so there are no cars alongside (except for residents). Please note that there may be diversions depending on the roadworks.

For more ideas for outings, you can download the HERE WE GO and VISORANDO applications (which operate entirely without a connection and with voice guidance).



Après une belle balade jusqu'au Dattier en empruntant le chemin du Train des Pignes, offrez-vous une pause bien méritée à la Maison de la Nature. Laissez-vous surprendre par ses ateliers captivants et sa vue imprenable sur le massif des Maures. Pour prolonger ce moment, succombez à une gourmandise à la Maison des Saveurs ou dégustez une boisson rafraîchissante. Une expérience qui ravit les sens et recharge les batteries !



After a beautiful walk to Le Dattier along the Train des Pignes path, take a well-deserved break at the Maison de la Nature. You'll be amazed by the captivating workshops and breathtaking views over the Maures massif. To extend the experience, indulge in a tasty treat at the Maison des Saveurs or enjoy a refreshing drink. An experience that delights the senses and recharges the batteries!



