

TABLE DES MATIÈRES



PRÉAMBULE

- La rédaction du *Routard* 6
- Introduction 11
- Nos coups de cœur 12
- Lu sur routard.com 27
- Itinéraires conseillés 28

COMMENT Y ALLER ? 33

- Par la route 33
- En bus 33
- En train 33
- En avion 36

BON À SAVOIR AVANT LE DÉPART 40

- Adresses et infos utiles 40
- Budget 42
- Incendies : précautions à prendre 44
- Livres de route 45

• Personnes handicapées.....45	• Randonnées.....48
• Plongée sous-marine.....46	• Sites internet49

LE VAR 50

• ABC du Var.....50	• Circuler dans le département.....51
• Adresse et infos utiles51	• Toulon54

LA CÔTE À L'OUEST DE TOULON 67

• Où jouer au vieux loup de mer ?	• Bandol.....80
• Où plonger ?68	• Saint-Cyr-sur-Mer83
• La Seyne-sur-Mer69	• La Cadière-d'Azur85
• Six-Fours-les-Plages72	• Le Castellet86
• Sanary-sur-Mer77	• Le Beausset87

LA « PROVENCE VERTE » 89

• Adresses utiles89	• Brignoles95
• La Sainte-Baume90	• Le val d'Argens97
• De Saint-Maximin à Brignoles au fil de l'ancienne nationale 792	• Cotignac102

AU CŒUR DU VAR 107

• Adresse utile 107	• Le val d'Issole..... 109
• L'abbaye du Thoronet..... 108	• La plaine des Maures 112

DE TOULON À HYÈRES PAR LE LITTORAL 115

• Le Pradet 116	• Hyères-les-Palmiers..... 119
• Carqueiranne..... 118	• Les îles d'Hyères 132

LE MASSIF ET LA CORNICHE DES MAURES 141

• La Londe-les-Maures 142	• Le Lavandou 155
• Collobrières..... 145	• Le Rayol-Canadel-sur-Mer 159
• Bormes-les-Mimosas 149	• Cavalaire-sur-Mer..... 161

LA PRESQU'ÎLE ET LE GOLFE DE SAINT-TROPEZ 164

• Adresse utile 165	• Gassin 179
• Saint-Tropez 165	• Grimaud 180
• Ramatuelle 174	• Sainte-Maxime 187
• La Croix-Valmer..... 177	

ESTÉREL CÔTE D'AZUR 191

L'Estérel..... 191

• Adresse utile 192	la Côte 195
• Roquebrune-sur-Argens 192	• Fréjus 198
• De Roquebrune à Fréjus par	• Saint-Raphaël 207

Le pays de Fayence..... 219

• Infos utiles 219	• Seillans..... 224
• Fayence..... 219	

LE VERDON (PARC NATUREL RÉGIONAL) 226

• Bargème..... 226	• Le lac de Sainte-Croix..... 230
• Les gorges du Verdon..... 227	• Aups..... 232

LA DRACÉNIÉ ET LE HAUT-VAR..... 235

- Salernes 236
- Les villages perchés de la Dracénié..... 239
- Draguignan 244
- Lorgues 249
- Les Arcs-sur-Argens..... 251

LES ALPES-MARITIMES 254

- ABC des Alpes-Maritimes..... 254
- Adresses et infos utiles..... 255
- Comment circuler... dans les grandes lignes ? 255

LA BAIE DE CANNES 258

- La corniche de l'Estérel 258
- Mandelieu-la-Napoule 260
- Cannes 261
- Les îles de Lérins..... 273

LE PAYS DE GRASSE 276

- Grasse 276
- Le haut pays grassois 283
- Gorges et vallée du Loup 286
- Tourrettes-sur-Loup 288
- Valbonne 290
- Mougins 291

LA BAIE D'ANTIBES 295

- Golfe-Juan 295
- Vallauris 297
- Juan-les-Pins 300
- Antibes..... 304
- Biot 312
- Villeneuve-Loubet 315
- Cagnes-sur-Mer 316

LE PAYS DE VENICE ET LES PRÉALPES D'AZUR 321

- La Colle-sur-Loup 321
- Saint-Paul-de-Vence 323
- Vençe..... 326
- La route des Crêtes 331
- Plateaux et clues 334
- La vallée de l'Estéron 339

LES VALLÉES ALPINES ET LE PARC NATIONAL DU MERCANTOUR 341

- Infos pratiques 341
- La vallée du Var par le train des Pignes..... 341
- Les gorges de Daluis et du Cians.. 346
- Valberg 347
- La basse vallée de la Tinée 351
- La vallée de la Vésubie 352
- Saint-Martin-Vésubie..... 356

NICE ET SES VILLAGES PERCHÉS 362

- Les villages perchés au nord de Nice 362
- Nice 371

LA RIVIERA FRANÇAISE 434**La basse Corniche 435**

- Villefranche-sur-Mer 435
- Le cap Ferrat 440
- Beaulieu-sur-Mer..... 444
- Monaco (la principauté de)..... 447

La moyenne et la grande Corniches 465

- Èze 465
- Roquebrune-Cap-Martin 469
- Menton 472

LES VALLÉES DE LA BÉVÉRA ET DE LA ROYA 482

- Sospel..... 482
- La vallée de la Roya 484
- Tende..... 490
- La vallée des Merveilles..... 492

HOMMES, CULTURE, ENVIRONNEMENT 494

- Cuisine 494
- Économie 496
- Environnement 497
- Géographie 498
- Habitat et architecture 499
- Histoire 500
- Langue régionale 506
- Personnages 507
- Site inscrit au Patrimoine mondial de l'Unesco 510
- Té, tu tires ou tu pointes ? 510
- Vins et alcools 510

Index général 533**Liste des cartes et plans 539****Recommandation à ceux qui souhaitent profiter des réductions et avantages proposés dans le Routard par les hôteliers et les restaurateurs.**




À l'hôtel, pensez à les demander au moment de la réservation ou, si vous n'avez pas réservé, **à l'arrivée**. Ils ne sont valables que pour les réservations en direct et ne sont pas cumulables avec d'autres offres promotionnelles (notamment sur Internet). Au restaurant, parlez-en **au moment** de la commande et surtout **avant** que l'addition soit établie. Poser votre *Routard* sur la table ne suffit pas : le personnel de salle n'est pas toujours au courant et une fois le ticket de caisse imprimé, il est souvent difficile de modifier le total. En cas de doute, montrez la notice relative à l'établissement dans le *Routard* de l'année et, bien sûr, ne manquez pas de nous faire part de toute difficulté rencontrée.

☎ 112 : c'est le numéro d'urgence commun à la France et à tous les pays de l'UE, à composer en cas d'accident, agression ou détresse. Il permet de se faire localiser et aider en français, tout en améliorant les délais d'intervention des services de secours.

Pictogrammes du Routard**Établissements**

-  Hôtel, auberge, chambre d'hôtes
-  Camping
-  Restaurant
-  Boulangerie, sandwicherie
-  Glacier
-  Café, salon de thé
-  Café, bar
-  Bar musical
-  Club, boîte de nuit
-  Salle de spectacle
-  Office de tourisme
-  Poste
-  Boutique, magasin, marché
-  Accès Internet
-  Hôpital, urgences







Sites

-  Plage
-  Site de plongée
-  Piste cyclable, parcours à vélo

Transports

-  Aéroport
-  Gare ferroviaire
-  Gare routière, arrêt de bus
-  Station de métro
-  Station de tramway
-  Parking
-  Taxi
-  Taxi collectif
-  Bateau
-  Bateau fluvial

Attraits et équipements

-  Présente un intérêt touristique
-  Recommandé pour les enfants
-  Adapté aux personnes handicapées
-  Ordinateur à disposition
-  Connexion wifi
-  Inscrit au Patrimoine mondial de l'Unesco