

# TABLE DES MATIÈRES



## PRÉAMBULE

- La rédaction du *Routard* ..... 6
- Introduction ..... 11
- Nos coups de cœur ..... 12
- Itinéraires conseillés ..... 28
- Lu sur routard.com ..... 33

## COMMENT Y ALLER ? ..... 34

- Par la route ..... 34
- En bus ..... 34
- En train ..... 34
- En avion ..... 38

## BON À SAVOIR AVANT LE DÉPART ..... 40

- Adresses et infos utiles ..... 40
- Budget ..... 41
- Climat ..... 42
- Incendies : précautions à prendre ..... 42

• Livres de route .....	43	• Randonnées.....	46
• Personnes handicapées.....	43	• Sites internet .....	47
• Plongée sous-marine.....	44		

## **LE VAR** ..... 48

• ABC du Var .....	48	• Toulon .....	52
--------------------	----	----------------	----

### **LA CÔTE À L'OUEST DE TOULON**..... 65

• La Seyne-sur-Mer .....	67	• Six-Fours-les-Plages .....	70
--------------------------	----	------------------------------	----

### **Le pays Sud Sainte-Baume** ..... 73 |

• Sanary-sur-Mer .....	73	• La Cadière-d'Azur.....	83
• Bandol.....	78	• Le Castellet .....	84
• Saint-Cyr-sur-Mer.....	81	• Le Beausset .....	85

### **LA « PROVENCE VERTE »**..... 87

• La Sainte-Baume .....	87	• Brignoles .....	93
• De Saint-Maximin à Brignoles au fil de l'ancienne nationale 7 .....	89	• Le val d'Argens.....	94
		• Cotignac.....	100

### **AU CŒUR DU VAR**..... 105

• L'abbaye du Thoronet.....	106	• La plaine des Maures.....	109
• Le val d'Issole.....	107		

### **DE TOULON À HYÈRES PAR LE LITTORAL**..... 113

• Le Pradet .....	113	• Hyères-les-Palmiers.....	116
• Carqueiranne.....	115	• Les îles d'Hyères .....	130

### **LE MASSIF ET LA CORNICHE DES MAURES**..... 138

• La Londe-les-Maures .....	139	• Le Lavandou .....	151
• Collobrières.....	142	• Rayol-Canadel-sur-Mer .....	155
• Bormes-les-Mimosas .....	146	• Cavalaire-sur-Mer.....	158

### **LA PRESQU'ÎLE ET LE GOLFE DE SAINT-TROPEZ**..... 161

• Saint-Tropez .....	162	• Gassin .....	176
• Ramatuelle.....	171	• Grimaud .....	177
• La Croix-Valmer.....	174	• Sainte-Maxime.....	183

### **ESTÉREL CÔTE D'AZUR**..... 188

#### **L'Estérel**..... 188

• Roquebrune-sur-Argens .....	189	• Fréjus .....	194
• De Roquebrune à Fréjus par la Côte .....	191	• Saint-Raphaël .....	202

#### **Le pays de Fayence**..... 213

• Fayence.....	214	• Seillans.....	219
----------------	-----	-----------------	-----

### **LE VERDON (PARC NATUREL RÉGIONAL)**..... 221

• Bargème .....	221		
-----------------	-----	--	--

#### **Le pays Lacs et Gorges du Verdon (LGV)**..... 222

• Les gorges du Verdon.....	222	• Aups.....	228
• Le lac de Sainte-Croix.....	224		

**LA DRACÉNIÉ ..... 233**

- Salernes ..... 234
- Les villages perchés de la Dracénié ..... 236
- Draguignan ..... 240
- Lorgues ..... 245
- Les Arcs-sur-Argens ..... 247

**LES ALPES-MARITIMES ..... 250**

- ABC des Alpes-Maritimes ..... 250

**LA BAIE DE CANNES ..... 254**

- La corniche de l'Estérel ..... 254
- Mandelieu-la-Napoule ..... 256
- Cannes ..... 258
- Les îles de Lérins ..... 271

**LE PAYS DE GRASSE ..... 273**

- Grasse ..... 273
- Le haut pays grassois ..... 280
- Gorges et vallée du Loup ..... 283
- Tourrettes-sur-Loup ..... 285
- Valbonne ..... 287
- Mougins ..... 288

**LA BAIE D'ANTIBES ..... 291**

- Golfe-Juan ..... 292
- Vallauris ..... 293
- Juan-les-Pins ..... 297
- Antibes ..... 301
- Biot ..... 309
- Villeneuve-Loubet ..... 312
- Cagnes-sur-Mer ..... 313

**LE PAYS DE VENCE ET LES PRÉALPES D'AZUR ..... 318**

- La Colle-sur-Loup ..... 319
- Saint-Paul-de-Vence ..... 320
- Vençe ..... 323
- La route des Crêtes ..... 328
- Plateaux et clues ..... 331
- La vallée de l'Estéron ..... 335

**LES VALLÉES ALPINES ET LE PARC NATIONAL DU MERCANTOUR ..... 337**

- La vallée du Var par le train des Pignes ..... 339
- Les gorges de Daluis et du Cians ..... 342
- Valberg ..... 344
- La basse vallée de la Tinée ..... 347
- La vallée de la Vésubie ..... 349
- Saint-Martin-Vésubie ..... 353

**NICE ET SES VILLAGES PERCHÉS ..... 358**

- Nice ..... 358
- Les villages perchés au nord de Nice ..... 421

**LA RIVIERA FRANÇAISE ..... 430****La basse Corniche ..... 430**

- Villefranche-sur-Mer ..... 430
- Le cap Ferrat ..... 434
- Beaulieu-sur-Mer ..... 439
- Monaco (la principauté de) ..... 442

**La moyenne et la grande Corniche ..... 458**

- Èze ..... 458
- Roquebrune-Cap-Martin ..... 462
- Menton ..... 465

**LES VALLÉES DE LA BÉVÉRA ET DE LA ROYA ..... 476**

- Sospel ..... 476
- La vallée de la Roya ..... 478
- Tende ..... 484
- La vallée des Merveilles et celle de Fontanalba ..... 486

**HOMMES, CULTURE, ENVIRONNEMENT ..... 489**

- Cuisine ..... 489
- Économie ..... 491
- Environnement ..... 492
- Géographie ..... 493
- Habitat et architecture ..... 494
- Histoire ..... 496
- Langue régionale ..... 501
- Personnages ..... 502
- Site inscrit au Patrimoine mondial de l'Unesco ..... 505
- Tu tires ? ou tu pointes ? ..... 505
- Vins et alcools ..... 505

**Index général ..... 513****Liste des cartes et plans ..... 519****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
-  Pizzeria
-  Boulangerie, sandwicherie
-  Glacier
-  Café, salon de thé
-  Pâtisserie
-  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