



# TABLE DES MATIÈRES

LES COUPS DE CŒUR DU ROUTARD .....	7
------------------------------------	---

## COMMENT Y ALLER ?

• PAR LA ROUTE .....	10	• EN TRAIN .....	10
• EN CAR .....	10	• EN AVION .....	14

## CÔTE D'AZUR UTILE

• ABC DE LA CÔTE D'AZUR (RÉGION PACA) .....	18	• LIVRES DE ROUTE .....	23
• AVANT LE DÉPART .....	20	• PERSONNES HANDICAPÉES .....	24
• BUDGET .....	22	• PLONGÉE SOUS-MARINE .....	24
• INCENDIES : PRÉCAUTIONS À PRENDRE .....	23	• RANDONNÉES .....	27
		• SITES INTERNET .....	28

## HOMMES, CULTURE, ENVIRONNEMENT

• CUISINE .....	29	• LANGUE RÉGIONALE .....	42
• ÉCONOMIE .....	31	• PERSONNAGES .....	43
• ENVIRONNEMENT .....	32	• SITE INSCRIT AU PATRIMOINE MONDIAL DE L'UNESCO .....	45
• GÉOGRAPHIE .....	33	• TÉ, TU TIRES OU TU POINTES ? .....	46
• HABITAT ET ARCHITECTURE .....	34	• VINS ET ALCOOLS .....	46
• HISTOIRE .....	36		

## LE VAR

• ABC DU VAR .....	48	• CIRCULER DANS LE DÉPARTEMENT .....	49
• ADRESSE ET INFOS UTILES .....	49		

## LA CÔTE VAROISE OCCIDENTALE

• TOULON .....	52
----------------	----

### La « côte provençale »

• OÙ FAIRE LE LOUP DE MER ? .....	65
• LA SEYNE-SUR-MER .....	65
• La presqu'île de Saint-Mandrier	
• SIX-FOURS-LES-PLAGES .....	68
• Le cap Sicié • L'archipel des Embiez	

### ENTRE VIGNOBLE DE BANDOL ET MÉDITERRANÉE

• Ollioules : les gorges d'Ollioules, le Gros Cerveau	
• SANARY-SUR-MER .....	73
• BANDOL .....	76
• SAINT-CYR-SUR-MER .....	79
• LA CADIÈRE-D'AZUR .....	82
• LE CASTELLET .....	84

- **LE BEAUSSET** ..... 85
- La Maison de la nature des

Quatre Frères, Le vieil Événos

## L'ARRIÈRE-PAYS TOULONNAIS

### La « Provence verte »

- **BRIGNOLES** ..... 87
- L'abbaye de La Celle • Le musée des Gueules Rouges à Tourves • Le Val
- **LA SAINTE-BAUME** ..... 89
- La chaîne de la Sainte-Baume : la grotte de la Sainte-Baume, l'Espace Trouin-Le Corbusier et l'église romane à Plan-d'Aups • Saint-Maximin-la-Sainte-Baume
- **LE VAL D'ARGENS** ..... 93
- Varages • Barjols • Correns : le vallon Sourn, le centre d'art contemporain de Châteauvert

- Montfort-sur-Argens
- **COTIGNAC** ..... 99
- Carcès • Entrecasteaux

### Au cœur du Var

- **ADRESSE UTILE** ..... 104
- **L'ABBAYE DU THORONET** ..... 104
- **LE VAL D'ISSOLE** ..... 106
- Besse-sur-Issole • Flassans-sur-Issole
- **LA PLAINE DES MAURES** ..... 108
- Le Luc-en-Provence : le lac des Escarcets • Le Vieux-Cannet • Les Mayons : le village des Tortues à Gonfaron, le massif des Maures

## LA CÔTE, DE TOULON À L'ESTÉREL

### La « Provence d'Azur »

- **LE PRADET** ..... 111
- **CARQUEIRANNE** ..... 113
- **HYÈRES-LES-PALMIERS** ..... 114
- La presqu'île de Giens
- **LES ÎLES D'HYÈRES** ..... 128
- Porquerolles • Port-Cros • L'île du Levant
- **LA LONDE-LES-MAURES** ..... 137

- **SAINT-TROPEZ** ..... 161
- **RAMATUELLE** ..... 168
- **LA CROIX-VALMER** ..... 171
- **GASSIN** ..... 173
- **GRIMAUD** ..... 174
- Port-Grimaud • Cogolin • La Garde-Freinet • Plan-de-la-Tour
- **SAINTE-MAXIME** ..... 181

### Le massif des Maures

- Pierrefeu-du-Var
- **COLLOBRIÈRES** ..... 141
- La chapelle Notre-Dame-des-Anges • La chartreuse de la Verne • La Mole
- **BORMES-LES-MIMOSAS** ..... 145
- Le fort de Brégançon
- **LE LAVANDOU** ..... 150
- **LE RAYOL-CANADEL-SUR-MER** ..... 155
- **CAVALAIRE-SUR-MER** ..... 157

### L'Estérel

- **ADRESSE UTILE** ..... 186
- **ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS**... 186
- **DE ROQUEBRUNE À FRÉJUS PAR LA CÔTE** ..... 189
- Les Issambres • Saint-Aygulf
- **FRÉJUS** ..... 192
- Le mont Vinaigre
- **SAINT-RAPHAËL** ..... 201
- Le Dramont • Agay • Le massif de l'Estérel : le sentier biologique du rocher Saint-Barthélémy, la grotte de la Sainte-Beaume, l'Étang d'Aubert, le pic de l'Ours, la corniche d'Or de l'Estérel

### La presqu'île et le golfe de Saint-Tropez

- **ADRESSE UTILE** ..... 160

## ENTRE ESTÉREL ET VERDON

### Le pays de Fayence

- **INFOS UTILES** ..... 213

- **BAGNOLS-EN-FORÊT** ..... 213
- **FAYENCE** ..... 214

- Montauroux et le lac de Saint-Cassien : les bambous du Mandarin à Montauroux, Tanneron, les gorges de la Siagne • Callian
- **SEILLANS** ..... 217
- **MONS** ..... 219

## Le Verdon

- **BARGÈME** ..... 220

## LA DRACÉNIÉ

- **LES VILLAGES PERCHÉS DE LA DRACÉNIÉ** ..... 230
  - Sillans-la-Cascade • Salernes
  - Villecroze • Tourtour • Ampus
  - Châteaudouble • Bargemon
  - Claviers • Callas • Figanières
- **DRAGUIGNAN** ..... 238
  - Trans-en-Provence • Flayosc
- **LORGUES** ..... 244

- **LES GORGES DU VERDON** ..... 221
  - Trigance • La Corniche Sublime
  - Le lac de Sainte-Croix

## Les villages du Haut-Var

- **AUPS** ..... 227
  - Moissac-Bellevue • Fox-Amphoux

- La chapelle Notre-Dame-de-Ben-Va • La colline et la chapelle Saint-Ferréol
- **LES ARCS-SUR-ARGENS** ..... 245
  - La chapelle Sainte-Roseline
  - Le musée de la Libération au Muy • Le château de Saint-Martin à Taradeau

# LES ALPES-MARITIMES

- **ABC DES ALPES-MARITIMES**.... 248
- **ADRESSES ET INFOS UTILES**.... 249
- **COMMENT CIRCULER... DANS LES GRANDES LIGNES ?**..... 249

## À L'OUEST DE NICE, CÔTE ET ARRIÈRE-PAYS

### La baie de Cannes

- Miramar • Théoule-sur-Mer
- **MANDELIEU-LA-NAPOULE** ..... 254
- **CANNES** ..... 256
  - La chapelle Bellini • La Croix des Gardes • Le Cannet
- **LES ÎLES DE LÉRINS** ..... 266
  - L'île Sainte-Marguerite • L'île Saint-Honorat

### Le pays de Grasse

- **GRASSE** ..... 269
  - Galimard • Le domaine de Manon • Mouans-Sartoux • Opio
  - Le Rouret
- **LE HAUT-PAYS GRASSOIS** ..... 276
  - Cabris • Saint-Vallier-de-Thiery
  - Le plateau de Caussols • Gourdon
- **GORGES ET VALLÉE DU LOUP** ..... 279
  - Le Bar-sur-Loup
- **TOURRETTES-SUR-LOUP** ..... 281
- **VALBONNE** ..... 283
  - Sophia-Antipolis

- **MOUGINS** ..... 285
  - Notre-Dame-de-Vie • Le parc forestier de la Valmasque et l'étang de Fontmerle

### De Golfe-Juan à Cagnes-sur-Mer

- **GOLFE-JUAN** ..... 288
- **VALLAURIS** ..... 290
- **JUAN-LES-PINS** ..... 294
  - Le cap d'Antibes
- **ANTIBES** ..... 298
- **BIOT** ..... 307
- **VILLENEUVE-LOUBET** ..... 309
- **CAGNES-SUR-MER** ..... 311

### Le pays de Vence

- **LA COLLE-SUR-LOUP** ..... 317
- **SAIN'T-PAUL-DE-VENCE** ..... 318
- **VENCE** ..... 322
  - De Vence à Courségoules
- **LA ROUTE DES CRÊTES** ..... 327
  - Saint-Jeannet • Gattières • Carros • Le Broc

## Le parc naturel régional des Préalpes d'Azur

- **PLATEAUX ET CLUES** ..... 330
  - Bouyon • Bézaudun-les-Alpes

## LES VALLÉES ALPINES AU NORD DE NICE

- **INFOS TOURISTIQUES** ..... 337
- **ARRIVER – QUITTER** ..... 337
- **LA VALLÉE DU VAR PAR LE TRAIN DES PIGNES** ..... 338
  - Malaussène • Villars-sur-Var • Touët-sur-Var • Puget-Théniers : Roudoule écomusée en terre Gavotte à Puget-Rostang • Entrevaux
- **LES GORGES DE DALUIS ET DU CIANS** ..... 340
  - Guillaumes
- **VALBERG** ..... 342
  - Beuil
- **LA BASSE VALLÉE DE LA TINÉE** .. 345
  - Roubion • Roure • Saint-Sauveur-sur-Tinée • Ilonse • Marie
- **LA VALLÉE DE LA VÉSUBIE** ..... 347
  - Utelle : la Madone-d'Utelle et

- Courségoules • Gréolières • Thorenc • La route des clues
- **LA VALLÉE DE L'ESTÉRON** ..... 335
  - Pierrefeu • Toudon • Bonson • Gilette

- Notre-Dame-des-Miracles • Lantosque • Roquebillière : excursions à Berthemont-les-Bains, au vallon de la Gordolasque et à la vallée des Merveilles
- **SAINT-MARTIN-VÉSUBIE** ..... 351
  - Le Boréon : Alpha – Le Temps du loup, la vallée des Merveilles, le refuge de Cougourde et le lac de Trécolpas, le lac Nègre, les Adus • La Madone-de-Fenestre • Le col de Turini : l'Authion et du col de Turini à Sospel
- **LES VILLAGES PERCHÉS AU NORD DE NICE** ..... 357
  - Lucéram • L'Escarène • Peille • Peillon • Contes : le village médiéval de Chateauneuf-Villevieille • Coaraze • Levens

## DE NICE À LA FRONTIÈRE ITALIENNE, CÔTE ET ARRIÈRE-PAYS

- **NICE** ..... 366

### La Riviera française

- **CIRCULER DANS LES GRANDES LIGNES** ... 432
- **LA BASSE CORNICHE** ..... 433
  - Villefranche-sur-Mer • Le cap Ferrat • Beaulieu-sur-Mer
- **MONACO (LA PRINCIPAUTÉ DE)** ..... 446
  - ABC DE MONACO • La villa Les Camélias au Cap d'Ail
- **LA MOYENNE CORNICHE** ..... 460
  - Èze
- **LA GRANDE CORNICHE** ..... 463

- La Turbie • Roquebrune-Cap-Martin
- **MENTON** ..... 467
  - Gorbio • Sainte-Agnès • Castellar

### Les vallées de la Bévéra et de la Roya

- **SOSPEL** ..... 478
- **LA VALLÉE DE LA ROYA** ..... 481
  - Breil-sur-Roya • Saorge • La Brigue : le sanctuaire Notre-Dame-des-Fontaines • Saint-Dalmas-de-Tende • Granile
- **TENDE** ..... 487
- **LA VALLÉE DES MERVEILLES** ... 489

- **INDEX GÉNÉRAL** ..... 511
- **OÙ TROUVER LES CARTES ET LES PLANS ?** ..... 519

#### IMPORTANT : DERNIÈRE MINUTE

Sauf exception, le *Routard* bénéficie d'une parution annuelle à date fixe. Entre deux dates, des événements fortuits (formalités, taux de change, catastrophes naturelles, conditions d'accès aux sites, fermetures inopinées, etc.) peuvent intervenir et modifier vos projets de voyage. Pour éviter les déconvenues, nous vous recommandons de consulter la rubrique « Guide » par pays de notre site [routard.com](http://routard.com) et plus particulièrement les dernières **Actus voyageurs**.