

C061-CO Le massif de l'Esterel

**Interdiction de randonner dans l'Esterel du 20/06 au 10/09
à cause des forts risques d'incendies.**



Entre la Méditerranée et la Provence calcaire, l'Esterel est un massif volcanique de faible altitude, au relief tourmenté et profondément raviné. Ces pitons, de couleur rouge foncé, contrastent violemment avec le ciel et l'eau transparente de la Méditerranée qui s'infiltré dans le Massif et nous offre des calanques aux parois abruptes, des pointes, des caps, des criques ou de belles plages de sable fin. Très difficile d'accès, longtemps isolé et évité, repère de brigands ou d'anciens forçats, l'Esterel vous séduira par ces paysages variés, montagneux, forestiers ou maritimes, son calme... et son soleil.

La randonnée

Jour 1 - Arrivée à ST RAPHAEL. Coincée entre la Méditerranée et le Massif de l'Esterel, la ville de St Raphaël déploie ses charmes de vieux village médiéval et de station balnéaire. Les buts de promenade ne manquent pas : la vieille ville regroupée autour de l'église St Pierre et le musée archéologique ou bien les villas du front de mer, symbole de la folie balnéaire du début du siècle dernier. *Nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 4 étoiles face à la mer*

Jour 2 - LES ADRETS – ST RAPHAEL (21 km – 6h30 de marche). Transfert en taxi jusque l'auberge des Adrets. Du pont de l'Esterel, vous grimpez vers la maison forestière de la Duchesse. De là, les plus courageux graviront le Mont Vinaigre (point culminant du massif : 618 mètres) par un petit sentier rocailleux assez difficile. Les autres, moins téméraires, se contenteront de suivre la route des cols qui contourne le Mont et rejoindront les premiers à la Maison Forestière du Malpey. Puis, par quelques sentiers bien balisés, vous regagnerez St Raphaël en traversant des forêts de chênes-lièges, de chênes verts et de pins d'où surgissent d'énormes blocs de porphyres rouges. Les sous-bois abritent de nombreux arbrisseaux (arbousiers, cistes, lavandes..). La forêt a beaucoup souffert et souffre toujours d'incendies répétés qui la détruisent par endroits. Alors elle cède place à un maquis malgré les efforts de l'Office National des Forêts qui s'évertue à replanter, entretenir et protéger ce merveilleux site délicat et fragile, malheureusement peu respecté ! Vous déboucherez dans le haut de St Raphaël que vous traverserez pour regagner le bord de mer et votre hôtel - *Nuit et petit-déjeuner dans le même hôtel*



Jour 3 - LES ADRETS – MIRAMAR (commune de THEOULE SUR MER) – (26 km ou 17 km). Vous retournerez en taxi jusqu'au pont de l'Esterel et grimpez de nouveau jusque la maison forestière de la Duchesse. Deux itinéraires possibles : un de niveau 3 – 26 km – 7h30 de marche, un autre plus facile de niveau 2 par les pistes forestières – 17 km – 5h30 de marche.

Itinéraire 1 : Vous tournerez le dos au Mont Vinaigre et vous enfoncez dans le massif en suivant des sentiers qui courent à travers les sous-bois et vous offrent des paysages grandioses sur le massif. Vous vous dirigerez vers l'Est vers les Servières puis bifurquerez vers le Sud vers le Pic de Perthus. Du col du Perthus, vous commencerez votre descente dans le ravin de Mal-Infernet, un des plus beaux sites sauvages de l'Esterel.

Vous remonterez le cours du torrent jusqu'au lac de l'Ecureuil puis contournerez le Pic de l'Ours pour atteindre le Col Notre-Dame et découvrir un splendide panorama sur la Corniche d'Or et la mer. Vous rejoindrez le Col du Trayas et descendrez en bordure de mer pour une soirée de repos bien méritée.

Itinéraire 2 : Nous vous proposons un parcours moins athlétique (niveau 2) où par les pistes forestières de l'Office National des Forêts, vous traverserez le massif en rejoignant successivement la Baisse Violette, la maison forestière et le col des Trois Termes, le col de la Cadière puis le Col du Trayas. Puis vous redescendrez en bordure de mer où se trouve votre hôtel - *Dîner, nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 4 étoiles du bord de mer*

Jour 4 - MIRAMAR – AGAY (21 km – 7h00 de marche). La journée démarre par une marche le long de la mer et de la plage de la Figueirette avant de rejoindre le Col Notre-Dame par les rues pentues du village de Trayas. De ce col, vous rejoindrez le Col des Lentisques par la route en corniche qui surplombe la côte aux roches rougeoyantes et déchiquetées et offre d'impressionnants panoramas. Du col, vous grimpez au sommet du Pic d'Aurelle (vue époustouflante) et vous poursuivrez vers le Col de l'Evêque, la grotte de la Ste Baume aménagée en chapelle et grimpez au sommet du Pic du Cap Roux pour admirer un merveilleux panorama sur la massif et la corniche de l'Esterel. Puis vous redescendrez par les cols du Cap Roux et du St Pilon vers le plateau d'Anthéor et regagnerez la grande plage d'Agay en faisant un crochet par la table d'orientation du Rastel d'Agay - *Nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 3 étoiles*



Jour 5 - AGAY – SAINT RAPHAEL (15 km – 4h00 de marche). Vous longerez la rade d'Agay jusque la plage de Camp Long où vous rejoindrez le sentier du littoral qui vous conduit par le bord de mer jusque St Raphaël. Vous franchirez le Cap et la Pointe du Dramont (avec l'île d'Or devant vous) avant d'atteindre la plage du Dramont où le 15 août 44, débarqua la 36^{ème} division américaine (Vous pourrez aussi grimper jusqu'au sémaphore d'où vous aurez un magnifique panorama sur la rade d'Agay, la Corniche de l'Esterel et la plage du Dramont). Ce magnifique sentier, très bien aménagé, court sur les rochers rouges de petites pointes en petites criques ou petites plages jusqu'au port de plaisance de Santa Lucia. Puis vous prendrez les boulevards qui longent la plage pour rejoindre le centre-ville dominé par l'église néo-byzantine construite au début du 20^{ème} siècle. *Nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 3 étoiles face à la mer.*

Jour 6 - SAINT RAPHAEL. Fin de la randonnée après le petit-déjeuner.

Meilleure période

Cette randonnée peut se faire de mi-avril à fin octobre, à l'exception de la période estivale durant laquelle le Massif de l'Esterel est interdit à tous les promeneurs à cause des forts risques d'incendies.

Prestations

- ✓ 5 nuits en hôtel 3 et 4 étoiles avec petit-déjeuner, comme indiqué ci-dessus
- ✓ 1 dîner gourmet
- ✓ le transport des bagages entre les hôtels
- ✓ les transferts en taxi
- ✓ le carnet de route détaillé avec informations touristiques et cartes IGN détaillées
- ✓ numéro d'urgence où vous pouvez nous joindre à tout moment
- ✓ *Les repas du midi, les boissons, les coûts de visites de sites ou de transports et autres dépenses personnelles ne sont pas inclus dans ce prix. L'assurance Annulation /Assistance est en sus.*

Difficulté de la randonnée

Niveau 3 – Les étapes nécessitent 6 à 8 heures de marche par jour. Certaines étapes peuvent voisiner les 25 ou 30 kilomètres. Nous sommes en terrain très vallonné, accidenté ou montagneux. Le dénivelé total est de l'ordre de 500 à 700 mètres. Il faut avoir une bonne condition physique et s'être préparé auparavant.

Accès

Par le rail : St Raphaël est desservi par le TGV Sud-Est (plus de 20 trains par jour)

Par la route : Autoroute A8 (Aix en Provence – Nice) - Sortie 38 Fréjus/ St Raphaël. Puis suivre la direction St Raphaël

Où laisser sa voiture : plusieurs parkings dans la ville