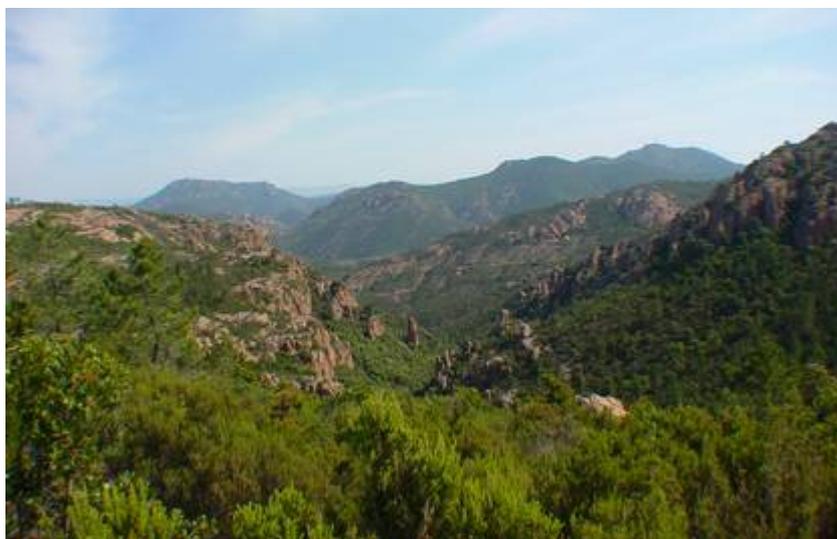


# C061-ST le massif de l'Estérel

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



Entre la Méditerranée et la Provence calcaire, l'Estérel 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'Estérel vous séduira par ces paysages variés, montagneux, forestiers ou maritimes, son calme... et son soleil.

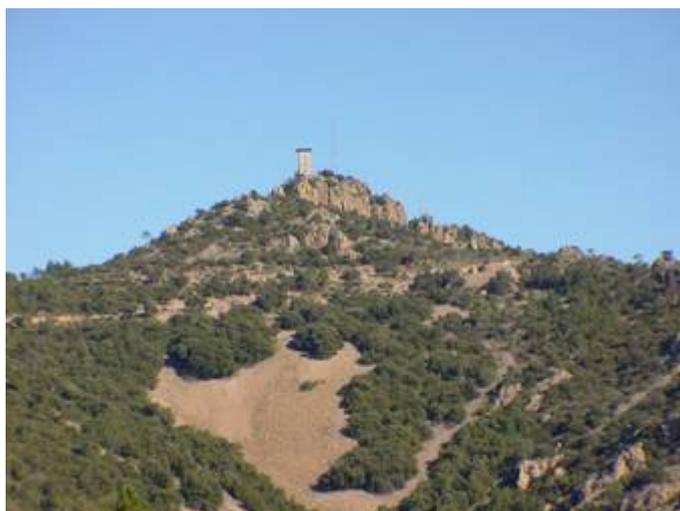
## La randonnée

**Jour 1** - Arrivée à ST RAPHAEL. Coincée entre la Méditerranée et le Massif de l'Estérel, 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, symboles de la folie balnéaire du début du siècle dernier. *Nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 2 étoiles près du port.*

**Jour 2** - LES ADRETS – ST RAPHAEL (21 km – 6h30 de marche). *Transfert en taxi jusque l'auberge des Adrets.* Du pont de l'Estérel, vous grimpez vers la maison forestière de la Duchesse. De là, les plus courageux attaqueront le Mont Vinaigre (point culminant du massif : 618 mètres) par un sentier de chèvres (difficulté niveau 3). Les autres, plus 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 (arbusiers, cystes, lavandes..). La forêt, dont une grande partie a été détruite par des incendies répétés, a cédé sa 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 votre hôtel et le bord de mer - *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'Estérel* 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 par les pistes forestières de niveau 2 – 17 km – 5h30 de marche.

Itinéraire 1 : Vous tournerez le dos au Mont Vinaigre et vous enfoncerez dans le massif en suivant des sentiers qui courent à travers les sous-bois et vous réservent 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 de l'Estérel. Vous remonterez le cours du torrent jusqu'au lac de l'Écureuil puis contournez le Pic de l'Ours pour atteindre le Col Notre-Dame et découvrir un splendide panorama sur la Corniche d'Or. Vous rejoindrez le Col du Trayas et descendrez en bordure de mer pour une soirée de repos bien méritée.



Itinéraire 2 : Nous vous proposons également 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 vers votre hôtel

*Dîner, nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 2 étoiles*

**Jour 4** - MIRAMAR – AGAY (21 km – 7h00 de marche). La journée démarrera 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 dénichées et qui offre d'impressionnants panoramas. Du col, vous grimpez au sommet du Pic d'Aurette (époustouflant panorama) et vous poursuivrez vers le Col de l'Evêque, la grotte de la Ste Baume aménagée en chapelle. Vous grimpez au sommet du Pic du Cap Roux pour admirer un merveilleux panorama sur la massif et la corniche de l'Esterel. Vous descendrez 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. *Dîner, nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 2 étoiles au bord de mer*



**Jour 5** - AGAY – ST 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<sup>ème</sup> 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 emprunterez les boulevards qui longent la plage pour rejoindre le centre-ville dominé par l'église néo-byzantine construite au début du 20<sup>ème</sup> siècle. *Nuit et petit-déjeuner dans un hôtel 2 étoiles près du port*

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

\*\*\*\*\*

## Meilleure période

De fin avril à mi-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 2 étoiles avec petit-déjeuner, comme indiqué ci-dessus
- 2 dîners (menu du terroir ou équivalent)
- 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