

Tourisme

Les Mayons

Il y a un monument aux Mayons. Demandez aux habitants de vous indiquer le Grand-Père châtaignier, arbre plusieurs fois centenaires. En plus, cela vous donnera l'occasion de parcourir les ruelles du village et d'avoir un avant-goût de la forêt, patrimoine de cette commune toute entière tournée vers le massif des Maures.

Eglise construite au XIXème siècle (abritant une toile du XVIIème siècle représentant une crucifixion avec Saint-Jean, Marie et le Graal), rues fleuries.

Tanneron

Tanneron est un petit village paisible situé à l'extrême Est du département du Var, en limite des Alpes maritimes. C'est la capitale du massif éponyme réputé pour la qualité et la quantité du mimosa qui inonde le massif. Visiter la Chapelle médiévale Notre Dame de Peygros.

Roquebrune

Situé sur la rive droite de l'Argens, ce vieux village domine toute la plaine.

Roquebrune, trait d'union entre les Massifs des maures et de l'Estérel est une commune très étendue : son territoire s'étire au sud-est jusqu'à la mer (Les Issambres), à l'orée du bois de Malvoisin au nord et aux rochers de Roquebrune (chapelle ND de la Roquette) à l'ouest.

Roquebrune, cité riche d'un patrimoine culturel et architectural, offre à ses visiteurs des promenades agréables et enrichissantes :

- La rue des Portiques dont les arcades et les encadrements d'époque qu'ils dominent sont remarquables.
- Le parcours des 7 Fontaines au milieu des rues et des placettes.

Fédération Française de Cyclotourisme
Club des Cent Cols
www.centcols.org



Séjour Mimosas AGAY 2008

Du 9 au 14 mars



Pour la première fois le Club des Cent Cols organise un séjour en tout début d'année: en quelque sorte la « Primavera » des randonnées du Club.

Pour la première fois donc, il nous est donné de parcourir les massifs des Maures et de l'Estérel riches en cols et en émotions.

Quoi de plus beau que de pédaler vers les cimes, de dominer la mer sous un soleil radieux en cette saison.....du moins espérons le et de respirer les senteurs des mimosas fleuris, des eucalyptus et des Pins sylvestres.

Certains parcours permettent de visiter des lieux célèbres par les artistes et les manifestations culturelles: Saint Tropez, Ramatuelle, Cannes....

Le séjour comprend comme à l'accoutumée des circuits pour VTT et pour les routiers.

Il est à noter que ces massifs régulièrement dévastés par les incendies font l'objet d'une surveillance étroite de la part des pompiers et que selon la météo certaines pistes peuvent être interdites provisoirement par arrêté préfectoral.

A priori en cette saison il y a peu de chance pour que cela se produise.

Néanmoins soyez vigilants et respectueux de cette nature fragile. Comme vous pourrez le lire plus loin la forêt a profondément changé à la suite des incendies répétés.

Soyez vigilants également avec la circulation assez dense en pleine journée.

Bonne route.

G.BIRELLI

Géologie

« Entre Saint-Raphaël et la Napoule, lorsqu'on traverse par la corniche ou par le chemin de fer le massif du l'Estérel, le voyageur tombe sous le charme d'un paysage coloré et contrasté. Ce très ancien relief cristallin hors du commun doit probablement son nom à une terre si difficile à cultiver que les Romains la qualifiaient de "sterilis". Les occitans l'appellent l'Esterèu. (coupe- gorge)

Ce décor impressionnant était hanté au XVIIIème siècle par le brigand Gaspard de Besse qui détroussait les voyageurs et agents du fisc.

Sur la côte extrêmement découpée, le relief et la mer s'interpénètrent. Des pointes escarpées alternent avec de minuscules plages. Cette couleur rouge de la roche on la doit à la rhyolite appelée à tort "porphyres rouges de l'Estérel". La rhyolite est une roche vitreuse composée de quartz, de feldspath, d'amphibole et de biotite.

L'origine géologique de la région est à rechercher dans des âges très reculés de l'ère primaire. En effet, l'histoire de la formation de ce massif de faible altitude (point culminant Mont Vinaigre 614 m) remonterait au Stéphanien, il y a 290 millions d'années. Des failles verticales orientées Nord Sud sont à l'origine d'effondrements avec la mise en place de bassins marécageux ou lacustres. Un peu plus tard au Permien (280 Ma) un mécanisme de distension donne naissance au nord du massif à de grandes cassures orientées Est Ouest.

Cette ouverture au droit des failles permet le passage de laves en quantité modeste provoquant des coulées calco- alcaline de rhyolite et des débordements d'ignimbrites selon la dynamique de la bouteille de champagne. Ces magmas sont caractérisés par une forte teneur en silice et surtout une très forte teneur en gaz dissous.

Au permien inférieur, le paysage a tendance à ce niveler à cause des coulées d'ignimbrites de plus en plus puissantes qui remplissent les creux auxquels viennent s'ajouter les dépôts de sédiments issus de l'érosion du relief. Ces nuées représentent ce que le volcanisme peut produire de pire en terme de force de destruction. Ces coulées proviennent des grandes fissures du Nord et du Nord-est. La principale que l'on rencontre vient de Maure Vieille au dessus de Théoule et barre le secteur Est effondré. Le drainage du bassin qui s'effectuait d'ouest en est se trouve ainsi barré, c'est alors que se forme un petit lac.

Plus tard, une vallée perce le barrage au sud de Maure Vieille.

Une deuxième grande coulée d'ignimbrite recouvre les reliefs et barre à nouveau la dépression à l'Est. Un nouveau lac se forme avec dépôt de tufogrès.

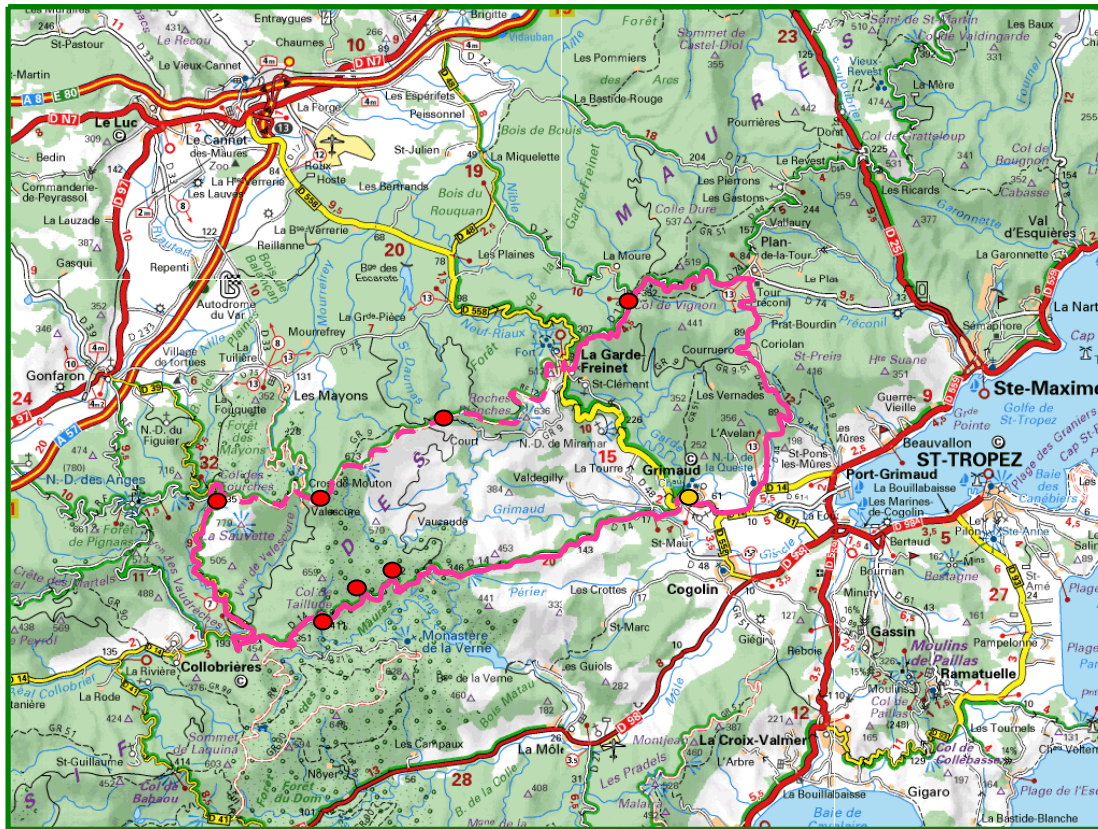
Une vallée perce à nouveau le barrage mais cette fois-ci dans la partie nord-est du massif. Cette vallée entaille le haut de la coulée à l'ouest (Baisse des Charretiers).

Le poids considérable des coulées reposant sur le vide formé par la vidange du réservoir magmatique

N°	Dis-tance	Localités	Partiel	Route	Longitude	Latitude
	0	Grimaud	30 m			
	0,1	Tourner à DROITE ,C6 [Chemin de la Castellane]	0,7 km	C6		
	0,8	Tourner à GAUCHE , prendre D14 [Chemin de la Castellane]	0,5 km	D14		
	1,3	Prendre D48 à GAUCHE, puis DROITE D14	7,8 km	D48		
1	9,1	FR-83-0350b Col du Périer	0,1 km	D14	006°25'32"E	043°15'15"N
2	15,8	FR-83-0411 Col de Taillude	90 m	D14	006°22'21"E	043°14'39"N
3	17,1	FR-83-0385 Col Boulin	60 m	D14	006°21'45"E	043°14'36"N
	17,2	Tourner à GAUCHE , prendre D14	3,9 km	D14		
	21	Tourner à DROITE , prendre D39	8,5 km	D39		
4	29,6	FR-83-0535 Col des Fourches,	40 m	D39		
	29,64	Tourner à DROITE , Piste des Crêtes Marc Robert		R1	006°19'36"E	043°16'58"N
5		FR-83-0556 Col du Cros de Mouton,	4,58km	R1	006°21'50"E	043°16'48"N
6	34,22	FR-83-0580 Col de la Court,	8,100km	R1	006°24'57"E	043°18'00"N
	42,32	La Garde-Freinet,	9,72km	R1		
	52,04	Tourner à GAUCHE , prendre D75	4,3 km	D75		
	56,34	Le nom de la route devient D74	80 m	D74		
7	56,42	FR-83-0352 Col de Vignon ou Basse d'Avignon,	5,6 km	D74	006°30'01"E	043°20'03"N
	62,02	À Plan-de-la-Tour,	0,2 km			
	62,22	Tourner à DROITE , prendre D74	0,5 km	D74		
	62,72	Tourner à DROITE , prendre D44 [Rue Jean Jaurès]	0,3 km	D44		
	63,02	Continuer TOUT DROIT sur D44	10,1 km	D44		
	73,12	Tourner à DROITE , prendre D14	1,7 km	D14		
	74,82	Au rond-point, prendre la première sortie vers D558	1,2 km	D558		
	76,02	Tourner à GAUCHE, prendre Chemin de l'Enclos	0,4 km			
	76,42	Tourner à GAUCHE , prendre Chemin de la Castellane	0,2 km	C6		
	76,62	Tourner à DROITE (nord), prendre les routes locales	30 m			
	76,65	Grimaud				

Circuits Route et VTT n°6

Vendredi 14 mars - Circuit de la Garde Freinet - 77 km 7 cols



lors de gigantesques éruptions, provoque un phénomène de subsidence de la partie centrale de la dépression permienne.

Dans cette zone d'effondrement se forme un grand lac où se déposent des sédiments très fins contenant des micas provenant des roches métamorphiques des Maures et du Tanneron. Ces roches sont appelées psammites. Après cette phase de volcanisme fissural, de vrais volcans vont s'édifier comme celui de Maure Vieille. Il s'agit d'un strato volcan dont les coulées de lave alternent avec les couches constituées de projections de cendres et de lapillis. Une explosion plus violente détruit l'appareil et donne naissance à une caldeira d'explosion. Lors de cette explosion un énorme nuage se développe et les cendres vont se déposer sous forme de cinérites (une roche formée par l'agglomération de cendres), ils constituent de nos jours un niveau de repère.

Le magma est alors presque complètement dégazé, son degré d'explosivité est quasiment nul. Il donne naissance à des extrusions de dômes soit dans le lac post ignimbritique, soit sur les reliefs le bordant au nord. Trois de ces dômes se mettent en place dans l'ancien exutoire du lac. Il s'agit de la Baisse des Charretiers, des Collets Redons et de Maure Vieille.

Au permien supérieur, des émissions gazeuses liées à un volcanisme basique enrichissent les eaux en CO₂, Ca⁺⁺ et F. Il en résulte un dépôt de calcaire à fluorite. Beaucoup plus tard à l'ère tertiaire, il y a environ 61 millions d'années, une série de sills d'esterellite apparaît de part et d'autre d'Aigue Bonne. Enfin, la masse la plus importante d'esterellite se met en place dans une direction nord ouest - sud est. Plus tard encore, à la fin de l'ère tertiaire, vers 5 ou 6 millions d'années, la Provence bascule en Méditerranée. Le réseau hydrographique s'oriente alors de nord au sud.

Les nombreuses manifestations éruptives ont produit d'énormes quantités de cendres. Leur altération parfois mêlées à du sable fin aurait donné les schistes rouges ou rouge violacé permien. Ils affleurent dans une large bande de Fréjus jusqu'à Toulon. Dans les Alpes-Maritimes, on les retrouve sur le bord sud du massif du Mercantour, de St Sauveur-sur-Tinée jusqu'à Tende, où les roches passent des teintes violacées au vert. Enfin ces schistes rouges, appelées aussi pélites, forment le Dôme de Barrot, où leur épaisseur dépasse encore 1 000 m. Ils sont omniprésents dans les gorges du Cians et de Daluis.

Le volcanisme de l'Esterel est terminé depuis fort longtemps, mais rien n'interdit de rêver, de s'abandonner à la contemplation du paysage lorsque la lumière rougeoyante du couchant joue sa grande fantasmagorie sur les rochers du Cap Roux. »

ROMAIN Jacqueline - Promenades à thème géologique dans les Maures et l'Esterel - collection équilibrées - Editions Serre.

Végétation

Les Maures et l'Estérel étaient jusqu'à la Première Guerre Mondiale entièrement couverts d'épaisses forêts de pins et de chênes-lièges. A la suite de grands incendies en 1943, 1964, 1985, 1986, la quasi totalité des Massifs ont été ravagés. Sa reconstitution exige un effort gigantesque de la part de l'ONF. En près d'un siècle le maquis occupe 60% du territoire alors qu'il était inconnu au début du siècle précédent. Pendant les périodes d'été ou sèches l'accès est réglementé. La forêt domaniale est composée de pins frappés d'une maladie qui les empêchent d'atteindre la maturité, de chênes-lièges, de pins d'Alep, pin parasol, chênes verts et eucalyptus.

Les massifs présentent en plus une végétation d'arbrisseaux: bruyères, arbousiers, lentisques, cistes, genêts et lavandes.

Faune

Dans l'ensemble des massifs on peut rencontrer de nombreux sangliers en troupeaux, des cerfs, perdreaux, faisans et lièvres ainsi que des chevreuils

Histoire

« Les premiers habitants connus du massif de l'Estérel s'appelaient les Oxubii ! On ne sait pas grand chose des habitants de l'Estérel antérieurement aux Oxubii. Des vestiges d'occupation de la zone au Paléolithique, Néolithique et au Chalcolithique ont été retrouvés dans la région lors de fouilles archéologiques. Sur le massif de l'Estérel, ces sites ont été datés de 600.000 à 10.000 ans avant notre ère. Des outils de pierre taillée, en rhyolite, remontant à la période la plus ancienne, ont été retrouvés près d'une ferme à Roussivau. Des silex taillés, contemporains de la période Périgourdine (25.000 ans av. notre ère) ont été trouvés à Gratadis. Ces outils, de même que la silhouette rouge d'une main datée entre 10.000 et 8.000 ans av. notre ère, peuvent être vus au Musée Archéologique de St. Raphaël. Des menhirs ont été retrouvés dans la région. Celui de *Veysnières*, gallo-celtique, est exposé dans le jardin du Musée. Celui de *Valescure* a été trouvé lors de la construction d'un lotissement. Il a été déplacé et érigé en bordure de la route (D.100). Le plus beau, en place sur son site original naturel est, sans conteste, celui d'Aire Peyronne, dans la banlieue de St. Raphaël. Il remonte à environ 4500 ans, à l'époque chalcolithique. Il présente plus de 200 cupules, taillées volontairement par l'homme, sans que l'on puisse expliquer à quel rite religieux cette pratique correspondait.

Page 4

Des Oxubii, les descendants tardifs des hommes du chalcolithique, on ne sait presque rien, sinon

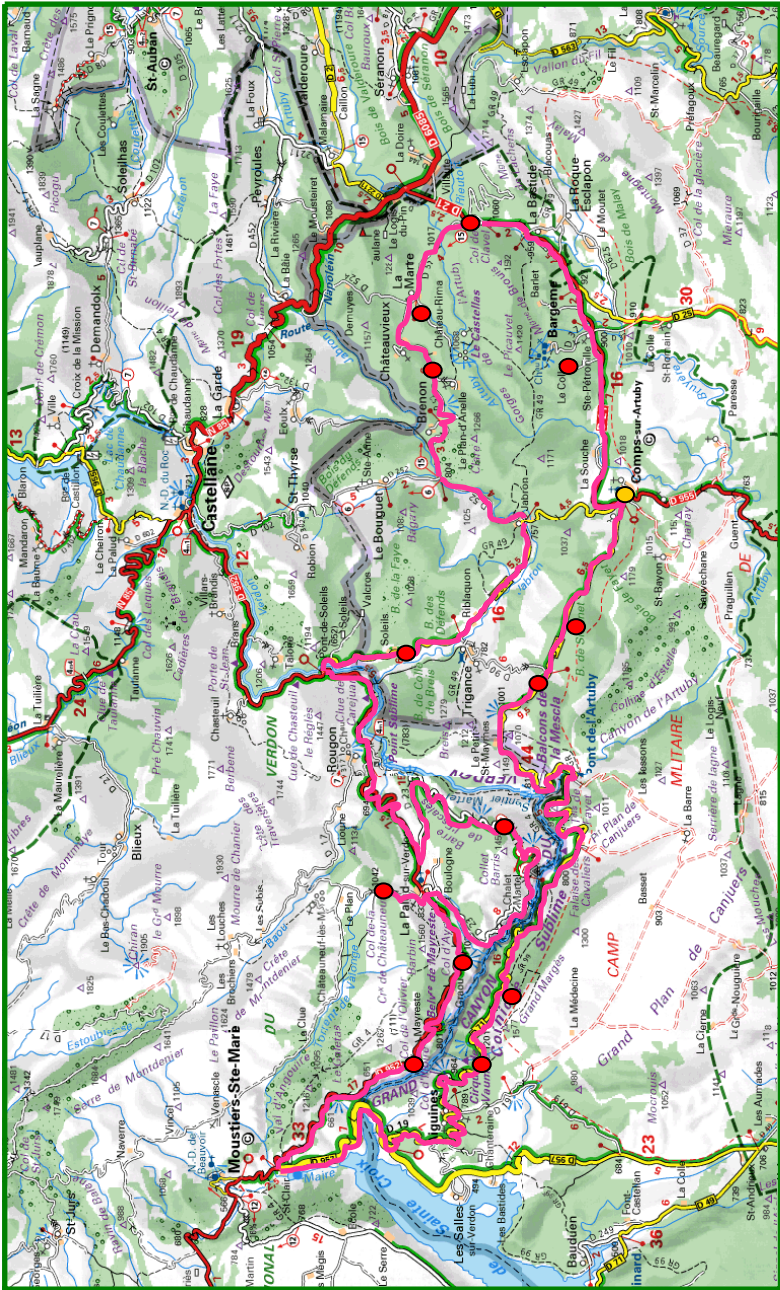
N°	Distance	Localités	Partiel	Route	Longitude	Latitude
	0,0	Départ de Comps-sur-Artuby	0,3			
	0,3	Prendre D955 à GAUCHE	0,8	D955		
	1,1	Prendre D21 à GAUCHE	6,0	D21		
	7,2	Tourner à GAUCHE	1,0			
1	8,3	FR-83-0960 Le Collet	0,1		006°33'50"E	043°43'13"N
	9,4	Tourner à GAUCHE, prendre D21	1,1	D21		
	10,5	Tourner à DROITE, prendre D37	1,7	D37		
	12,2	Prendre D25 à DROITE	60 m	D25		
2	12,3	FR-83-0910 La Colle	40 m		006°34'57"E	043°42'08"N
	12,3	Prendre D25 à GAUCHE	2,7	D25		
	15,0	Prendre D21 à DROITE	4,5	D21		
3	19,6	FR-83-1069a Col de Clavel	70 m		006°37'49"E	043°45'00"N
	20,2	Prendre D52 à GAUCHE (nord)	7,8	D52		
4	28,1	FR-83-0965 Col de Siron	80 m	D52	006°33'46"E	043°45'58"N
5	31,1	FR-83-1070 Baisse de Picon	0,8	S	006°32'39"E	043°45'16"N
	39,0	Tourner à DROITE, prendre D955	4,9 km	D955		
6	46,4	FR-83-0720 Collet d'Ampon	0,1		006°26'46"E	043°46'50"N
	63,1	Tourner à GAUCHE, prendre D23	0,2 km	D23		
	63,4	À la Palud-sur-Verdon	80 m	D123		
7	65,8	FR-04-1042 Col de la Croix de Châteauneuf	2,1	D952	006°20'28"E	043°47'42"N
8	77,4	FR-04-1280a Pas de l'Abauc	50 m	D23	006°22'07"E	043°45'35"N
	77,4	Tourner à GAUCHE, prendre D23	8,1			
9	89,4	FR-04-1032 Col d'Ayens	40 m	D952	006°18'54"E	043°46'08"N
10	95,5	FR-04-0711 Col de l'Olivier	10,1		006°16'04"E	043°47'03"N
	105,9	À Moustiers-Sainte-Marie	90 m			
	106,2	Quitter le rond-point pour prendre D952	1,9	D952		
	108,1	Prendre D957 à DROITE	6,8	D957		
	114,9	Tourner à GAUCHE, prendre D19	6,6	D19		
	121,4	Prendre D71 à GAUCHE	2,4	D71		
11	123,9	FR-83-0964 Col d'Illuire	30 m		006°15'37"E	043°46'30"N
	123,9	Prendre D71 à GAUCHE	3,1	D71		
12	127,0	FR-83-1201 Col de Vaumale	30 m	D71	006°16'21"E	043°45'55"N
13	131,4	FR-83-1305 Pas de Garimbau	0,9 km	D71	006°18'18"E	043°44'44"N
14	157,0	FR-83-1005a Pas des Averses	0,4 km	R1	006°27'48"E	043°43'19"N
	162,1	Arrivée Comps-sur-Artuby				

Jeud 13 mars VTT Circuit du Verdon

Page 29

Circuit Route n°5

Jeu



que les premiers Romains qui s'y sont frottés s'y sont piqués .

Aguerries, les légions romaines reviendront quelques années plus tard pour les décimer. Plusieurs traces d'occupation des Oxubii, ont été identifiées. Ils commettent des rapines par la terre et par la mer. Les tribus indigènes celto-ligures qui occupent le Var aux II^e et I^{er} s. av. J.C. sont connues et peuvent être localisées grâce aux textes des auteurs antiques, Pline en particulier. Il s'agit des Camactulici (région de Toulon), des Suelteri (Maures), des Verucini (zone au nord de l'Argens), des Oxubii (Estérel) et des Ligauni (territoire autour de Fayence). Les territoires contrôlés par chaque tribu devaient être très importants. Entre la deuxième et la troisième guerre punique (201-149), les peuples de la région ont formé une sorte de coalition pour défendre leurs territoires contre les Romains qui poussent toujours plus loin les limites de l'Empire. Ce sont les Celto-ligures. Les faits d'armes les plus remarquables ont eu lieu de 185 à 180 av. J.C. Ils ont été rapportés par Tite-Live et Paul Orose. Venant de Rome, le préteur Laelius Baebius, qui se dirige vers l'Espagne à la tête de ses légions, s'arrête dans les Alpes-Maritimes pour soumettre les habitants de cette région. Il s'empare de la petite ville de Cimiez, qu'il saccage, puis de Nice, qui n'oppose aucune résistance. Ayant franchi le Var, il campe un peu à l'Ouest du fleuve, pour laisser reposer ses troupes quelques jours avant de traverser l'Estérel où se tenaient en observation les Oxubii, les Décéates, les Ligaunes, les Bérîtes, les Nérusiens, les Gallitae, les Triullati, les Eguitures. Tous ces peuples, que le danger imminent avait réunis, surveillaient, des hauteurs de l'Estérel, les mouvements de l'armée romaine. Agay est connue comme un port des Oxubii, d'où ils appareillaient pour des opérations de piraterie. Le nom d'Agay - Agathon, en grec, Aegitna pour les Romains - dériverait du celtique *agaze* qui signifie guet. Le Rastel d'Agay, promontoire naturel culminant à 288 m., constituait un poste d'observation idéal. Ils y établirent un oppidum. Par une nuit obscure les tribus Celto-ligures décident de passer à l'attaque. Profitant du sommeil des Romains elles égorgent le général et ses troupes. Quelques temps plus tard, les hordes tribales réservent le même sort au consul Quintus Marcius, envoyé pour venger la mort de Baebius. Selon Orose, elles tuent 4000 romains. Mais en 154 av. JC, le rapport de force est inégal : Opimius Postumius, écrase les Oxubii et les Décéates. En 151, Aegitna est soumise. Pour prévenir toute résurgence de la piraterie côtière des Celto-ligures qui ont survécu en fuyant dans les montagnes, et assurer une libre circulation terrestre sur la voie Aurélienne longeant le littoral, les Romains libèrent en 123-122 une bande côtière de 12 stades (2 220 m). *Pax romana* ! La région est sécurisée. »

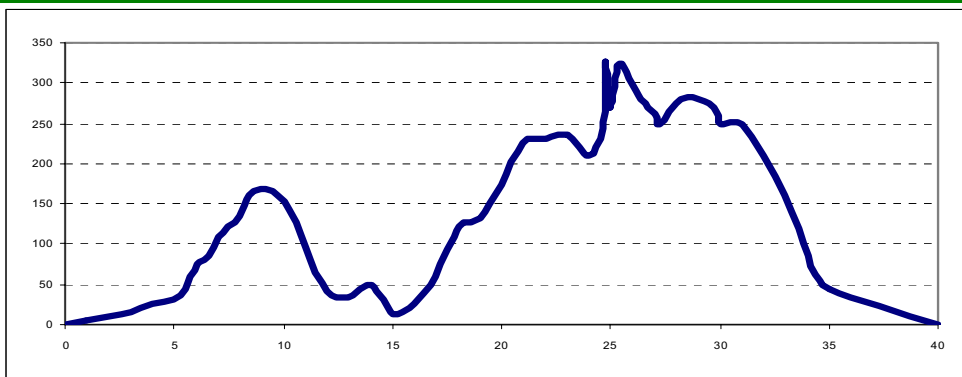
REMPFER Alain – *Estérel Sauvage*

Le Débarquement en 1944

Les plages de l'Estérel et des Maures furent le théâtre d'opérations militaires le 15 août 1944.

Circuit VTT n° 1

Dimanche 9 Mars - Circuit de l'Esquillon - 40 km à 50 km - 13 à 18 cols

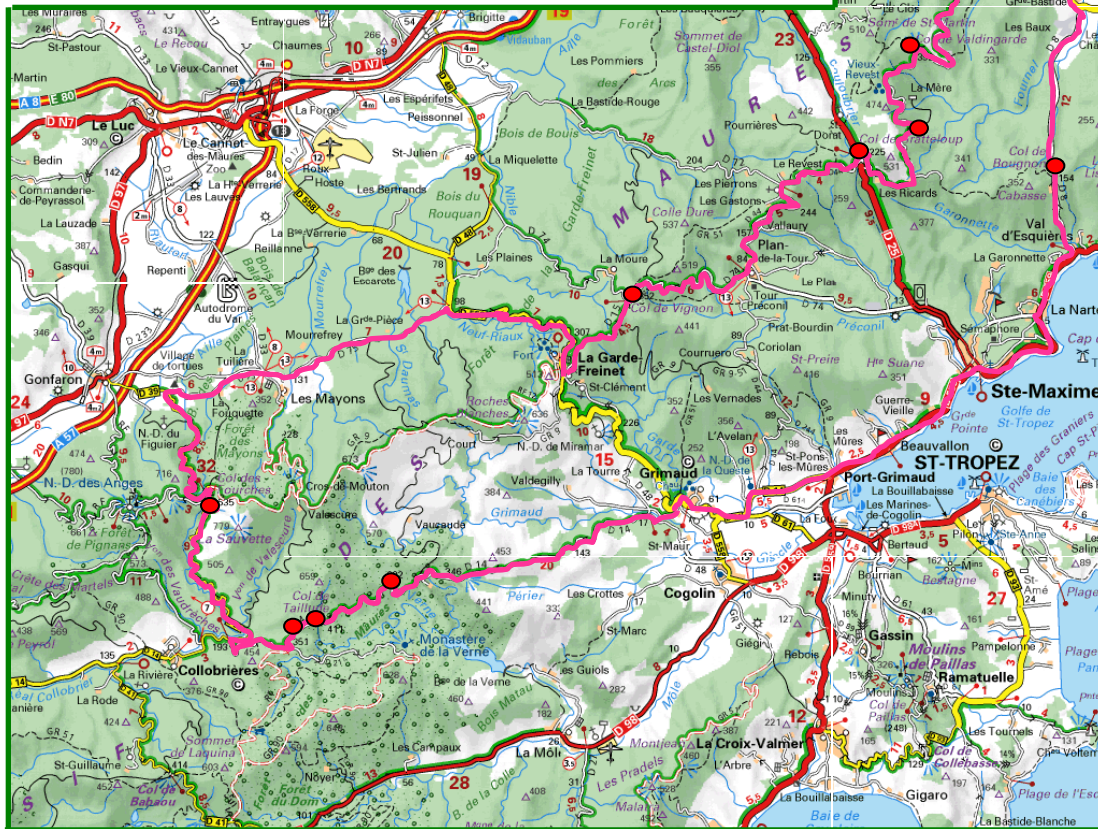
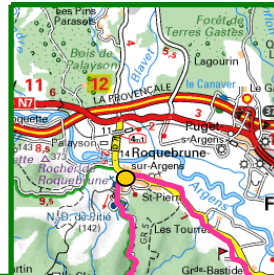


N°	Distance	Localités	Partiel	Route	Longitude	Latitude
	0	Départ de Roquebrune-sur Argens	0,1 km	D7		
	0,5	Prendre D7 [Avenue Général de Gaulle]	0,5 km	D7		
	6,2	Au rond-point, prendre la deuxième sortie vers D8	6,5 km	D8		
1	12,9	À FR-83-0154a Col de Bougnon,	30 m	D8	006°40'23"E	043°21'50"N
	16,1	Tourner à DROITE prendre N98	2,5 km	N98		
	18,6	Au rond-point, sortie vers N98 [Avenue Général Touzet-du Vigier]	4,5 km	N98		
	23,1	À Sainte-Maxime, rester sur N98 [Avenue Charles de Gaulle]	1,3 km			
	29,3	Tourner à DROITE , prendre D14	4,3 km	D14		
	33,6	Au rond-point, prendre vers D558	1,2 km	D558		
	35,4	Grimaud,	30 m			
	36,6	D48 à GAUCHE tourner à DROITE prendre D14	7,8 km	D14		
2	44,5	FR-83-0350b Col du Périer,	0,1 km	D14	006°25'32"E	043°15'15"N
3	51,2	FR-83-0411 Col de Taillude,	90 m	D14	006°22'21"E	043°14'39"N
4	52,5	FR-83-0385 Col Boulin,	60 m	D14	006°21'45"E	043°14'36"N
	56,4	Tourner à DROITE , prendre D39	8,5 km	D39		
5	65	FR-83-0535 Col des Fourches,	40 m	D39	006°19'36"E	043°16'58"N
	72,9	Tourner à DROITE , prendre Chemin des Pignons	0,6 km	D39		
	73,5	Tourner à GAUCHE , prendre D75	0,2 km	D75		
	74	Gonfaron,	50 m	D75		
	74,1	Tourner à DROITE , prendre Chemin de l'Abreuvement	0,3 km	D75		
	74,3	Tourner à GAUCHE , prendre D75	4,6 km	D75		
	79	Tourner à DROITE , prendre D275	0,5 km	D75		
	80,2	Les Mayons,	30 m	D75		
	80,2	Le nom de la route devient Rue du Plus Haut Château	0,1 km	D75		
	80,3	Prendre C1 [Rue Paul Maurel] à GAUCHE	30 m	D75		
	80,4	Le nom de la route devient Rue de la Tour	60 m	D75		
	80,4	Tourner à GAUCHE , prendre Chemin du Patarot	0,5 km	D75		
	80,9	Tourner à DROITE , prendre D75	6,2 km	D75		
	87,1	Tourner à DROITE , prendre D558	7,4 km	D558		
	94,5	Tourner à GAUCHE , prendre D558	0,2 km	D558		
	94,7	À La Garde-Freinet, rester sur D558	0,2 km	D558		
	95	Tourner à GAUCHE , prendre D75	4,3 km	D75		
	99,2	D74	80 m	D74		
6	99,3	FR-83-0352 Col de Vignon Basse d'Avignon,	5,6 km	D74	006°30'01"E	043°20'03"N
	104,9	Tourner à DROITE	0,2 km			
	105,1	À Plan-de-la-Tour,	0,2 km	D44		
	106,3	Prendre D44 [Avenue Victor Bransiec] à GAUCHE	0,9 km	D44		
	107,2	Prendre D44 à DROITE (est)	3,9 km	D44		
	111,1	Continuer TOUT DROIT sur D44 [D72]	0,1 km	D44		
	111,2	Continuer TOUT DROIT sur D44	4,2 km	D44		
	115,4	Tourner à GAUCHE (sud-est), prendre D25	0,2 km	D25		
7	115,6	FR-83-0225 Col de Gratteloup	0,3 km	D25	006°35'48"E	043°22'19"N
	115,9	Revenir vers le RF à gauche vers Les Ricards	3,6km	RF		
8	119,5	FR-83-0350a Col de Peigros	8,7km	RF	006°33'03"E	043°21'56"N
9	128,2	FR-83-0392 Col de Valdingarde	11km	RF	006°37'18"E	043°24'09"N
	139,2	Roquebrune sur Argens		D7		

Mercredi 12 mars Route Circuit des Mayons

Circuit Route n°4

Mercredi 12 mars - 140 km Circuit des Mayons



Dimanche 9 mars 2008 — VTT Circuit de l'Équillon

Départ Agay.

Descendre jusqu'au bord de mer. Rejoindre la N98.

Longer le bord de mer sur 300 m sur la N98 et tourner à droite, prendre la vallée de l'Agay jusqu'au Mas du Rastel à 2 km environ tourner à droite en direction de la Maison Forestière du Gratadis par l'Avenue des Gratadis puis la D100. Tourner à la première route forestière de Sainte Baume à droite, après 200 m prendre à droite jusqu'au gué. Laisser la route à gauche qui va vers le col de Sainte Barbe.

Monter la route forestière en direction du Carrefour de Mourrefrey poursuivre jusqu'à la **Baisse de l'Aire** [FR-83-0085] puis grimper jusqu'au **Col de l'Évêque** [FR-83-0160b]. (variante: aller jusqu'à la Baisse de Mourrefrey, Col de Mourrefrey, puis la Baisse de Théoule puis de la Croix de Mourrefrey et enfin le Col du Caneiret, A/R puis reprendre la RF vers le Col de l'Évêque). Au col de l'Évêque prendre la RF à droite, à 400 m prendre la piste à droite et descendre vers la Gare SNCF du Trayas. Rejoindre la N98.

Par la N 98 rejoindre le **Col de l'Esquillon** [FR-06-0083]. Continuer jusqu'à Théoule sur mer et prendre le Vallon de l'Autel. Remonter le Vallon jusqu'au **Col de Théoule** [FR 06-0123]. Prendre la piste à droite qui mène jusqu'au **Collet de Monges** [FR-06-0235].

Revenir vers le Col de Théoule prendre la piste à droite vers le **Col du Trayas** [FR-06-0245].

Revenir vers le Col de Théoule et prendre la piste rocailleuse à droite en direction du Col Notre Dame.

Au passage à droite se trouve le **Col des Grues** [FR-06-0327] en dehors de la piste. Poursuivre en passant par le **Col Saint Martin** [FR-06-0270]. Terminer la montée au **Col Notre Dame** [FR-83-0323]. La piste rejoint la route forestière.

Tourner à gauche et descendre la RF en direction du **Col des Lentisques** [FR-83-0263b] poursuivre jusqu'à la **Baisse des Sangliers** [FR-83-0250a].

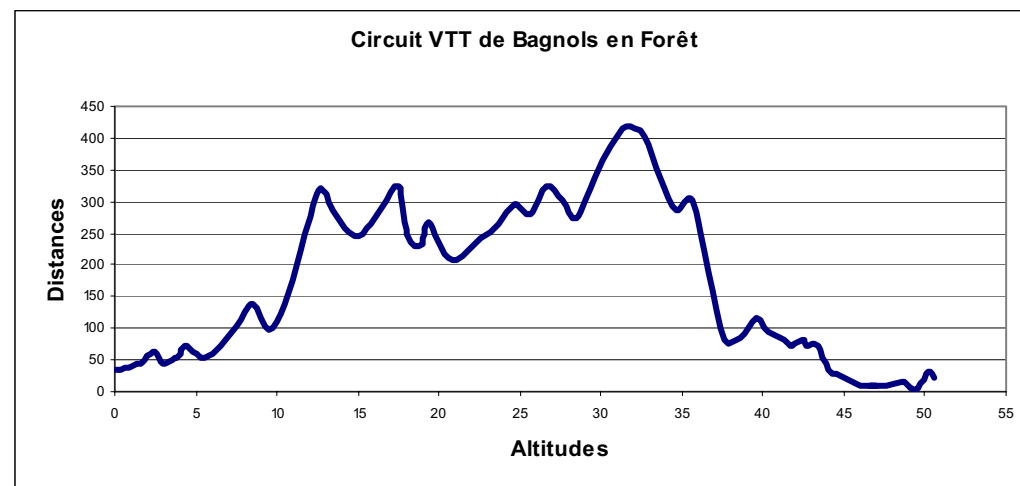
Après la Baisse des Sangliers prendre la piste menant à la **Baisse Orientale** [FR -83-0260].

Contourner le Pic de l'Escale et revenir vers la Baisse des Sangliers.

Descendre la Route forestière en direction du Col de l'Évêque et la Baisse de l'Aire. Reprendre la Route du vallon de Gratadis après le Maison Forestière.

Retour à Agay à partir du Mas de Rastel.

N°	Localités	Route	Distance	Altitude	Longitude	Latitude
	AGAY	N98	0	1		
		N98	1	5		
		D100	2	10		
	Mas Rastel	D100	3	15		
		RF	4	25		
		RF	5	30		
1	Col de Belle Barbe	RF	5,5	45	006°52'08"E	043°27'23"N
		RF	6	75		
2	Baisse de l'Aire	RF	6,6	85	006°52'56"E	043°27'21"N
		RF	7	108		
		RF	8	136		
3	Col de l'Évêque	RF	8,4	160	006°54'22"E	043°27'40"N
		R1	9	168		
		R1	10	154		
		R1	11	96		
	Pointe du Trayas	N98	12	42		
		N98	13	35		
		N98	14	50		
4	Col de l'Esquillon	N98	15	13	006°56'36"E	043°29'17"N
		N98	16	25		
		R1	17	59		
5	Col de Théoule	R1	18	123	006°55'38"E	043°29'40"N
		R1	19	133		
		R1	20	174		
		R1	21	226		
		R1	22	231		
6	Collet des Monges A/R	R1	23	235	006°55'25"E	043°29'49"N
		R1	24	210		
7	Col du Trayas A/R	R1	24,6	245	006°54'53"E	043°29'53"N
8	Col des Grues	R1	24,8	327	006°54'40"E	043°29'23"N
9	Col St Martin	R1	25	270	006°54'57"E	043°28'56"N
10	Col Notre Dame	RF	25,4	323	006°54'40"E	043°28'48"N
		RF	26,4	280		
11	Col des Lentisques	RF	27	263	006°54'31"E	043°28'12"N
12	Baisse des Sangliers	RF	27,27	250	006°54'18"E	043°27'53"N
		R2	28,27	280		
		R2	29,27	277		
13	Baisse Orientale	R2	29,92	260	006°53'06"E	043°28'02"N
		R2	30	249		
#	Baisse des Sangliers	RF	31	250	006°54'18"E	043°27'53"N
#	Col de l'Évêque	RF	33	160	006°54'22"E	043°27'40"N
#	Baisse de l'Aire	RF	34	85	006°52'56"E	043°27'21"N
#	Col de Belle Barbe	RF	35	45	006°52'08"E	043°27'23"N
	AGAY	N98	40	1		



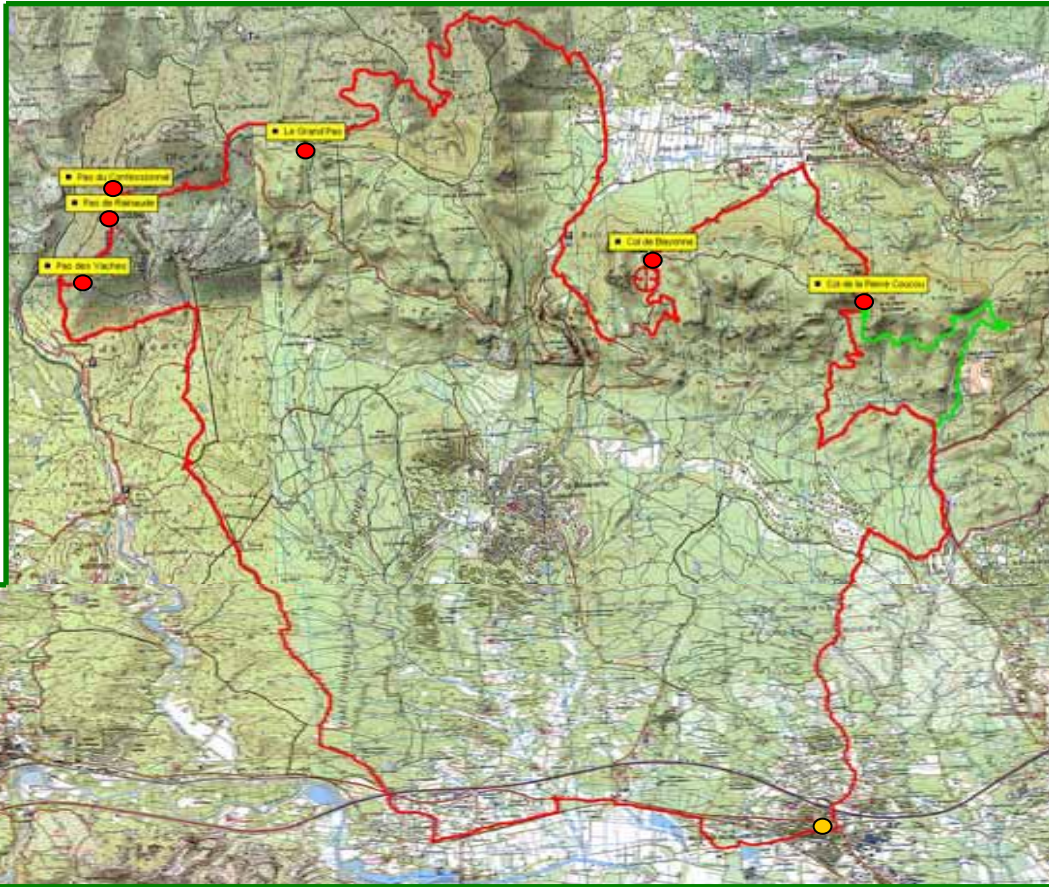
Départ Puget sur Argens du parking

Prendre la direction du péage de l'autoroute, tourner à gauche sur la N7, au carrefour prendre à droite le Chemin de Bagnols. Au carrefour avec la D4, prendre la piste du ravin des Lauriers. A 300m tourner à gauche et prendre la piste qui va en direction du ravin de l'Apic. Puis monter vers le **Col de la Pierre Coucou** [FR-83-0350c]. Au col continuer tout par le sentier du Coucou qui rejoint la piste du Petit Roc jusqu'à Bagnols-en-Forêt. 200 m avant la D 47 tourner à gauche et remonter la piste de Bayonne qui mène au **Col de Bayonne** [FR-83-0327]. Puis descendre vers le réservoir à gauche puis la piste de Bayonne de nouveau. Au parking, on rejoint la D47 puis sur la gauche prendre le Chemin de Bargemon. A la hauteur de la Résidence Edne Vert prendre la piste de la Colle Rousse à gauche qui monte vers le bois du Rouet. Continuer jusqu'au point de la Roche de la Fille d'Isnard. Prendre le sentier directement à gauche qui monte vers le **Grand Pas** [FR-83-0457] puis revenir sur ses pas et continuer vers le **Pas du Confessionnal** [FR83-0305] puis **Pas de Rainaude** [FR-83-0285] et enfin **Pas des Vaches** [FR-83-0195]. Descendre vers les Pradineaux et rejoindre le GR 51. Puis prendre la D47 à gauche sur 500 m et rejoindre la piste de Palayson. Traverser la forêt domaniale de la Colle du Rouet.

Prendre la RN7 et rejoindre Puget sur Argens.

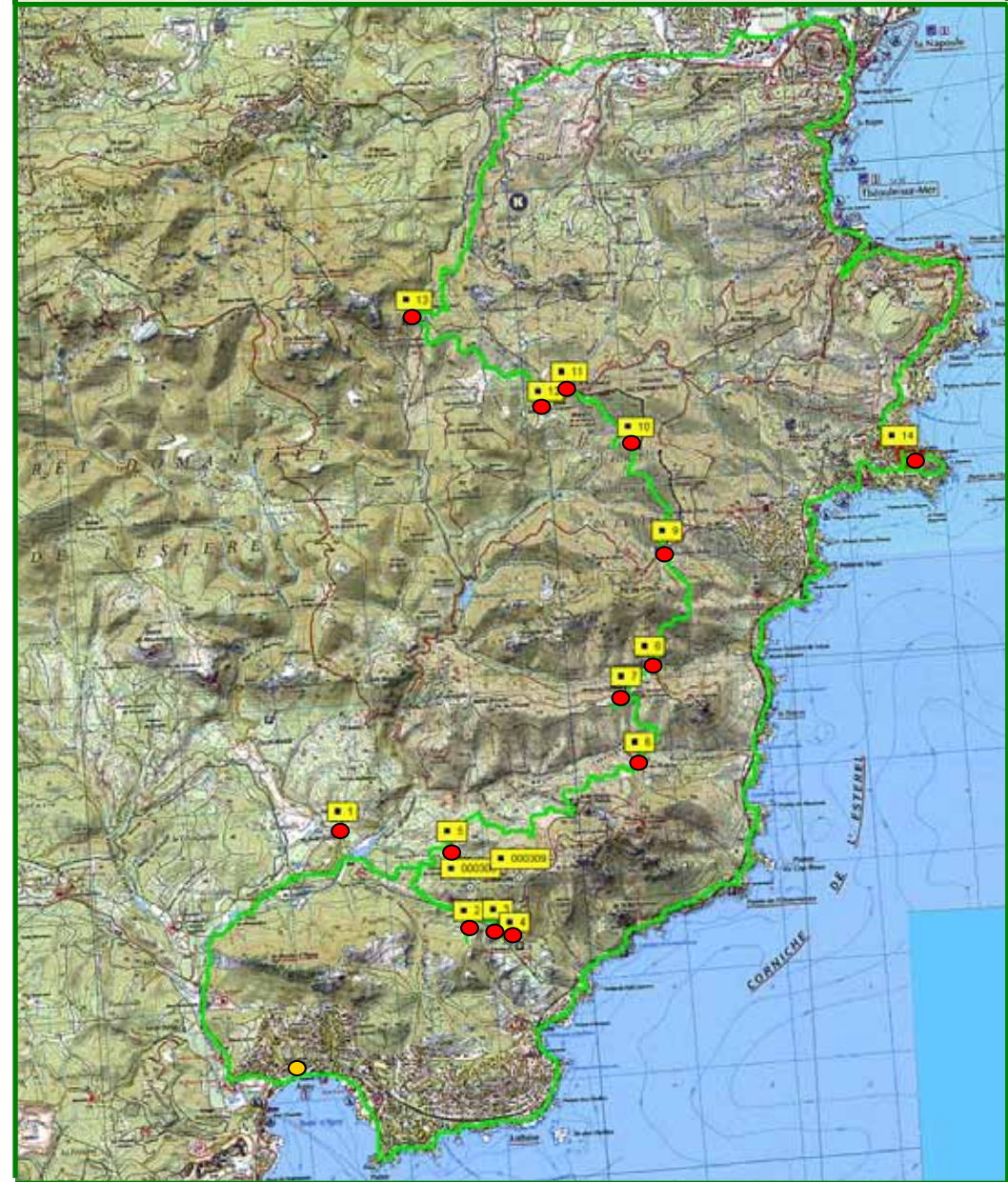
Circuit VTT n°4

Mercredi 12 mars - Circuit de Bagnols en Forêt - 60 km et 6 cols



Circuit Route n°1

Dimanche 9 mars - Circuit des Trois termes - 63 km - 14 cols



N°	Distance	Localités	Partiel	Route	Longitude	Latitude
	0	AGAY sur N98 [Boulevard de la Plage]	0,3 km	N98		
	0,3	Au rond-point, vers Avenue du Gratadis	1,6 km	D100		
	1,9	À Mas de rastel, à droite	1,7 km	RF		
1	4,6	FR-83-0045 Col de Belle Barbe, A/R	20 m	RF	006°52'08"E	043°27'23"N
	4,9	À MF, rester sur la RF et tourner à gauche	40 m	RF		
2	5,8	À Baisse de l'Aire, rester sur la RF	0,3 km	RF	006°52'56"E	043°27'21"N
	6	Au carrefour de Mourrefrey Tourner à DROITE	1,1 km	R1		
3	7,2	À Baisse de Théole, à droite	0,1 km	R1		
4	7,6	Tourner à droite vers Baisse de la Croix de Mourrefrey	0,3 km	RF		
5	7,9	Continuer vers le Col de Caneiret,	0,6 km	R1		
#	8,6	Revenir vers la Baisse de l'Aire et à tourner à droite	1,1 km	RF		
6	13,4	FR-83-0160b Col de l'Evêque, continuer sur la RF	30 m	RF	006°54'22"E	043°27'40"N
7	16,5	FR-83-0250a Baisse des Sangliers, continuer sur la RF	0,2 km	RF	006°54'18"E	043°27'53"N
8	20	FR-83-0263b Col des Lentisques,	1,6 km	RF	006°54'31"E	043°28'12"N
9	21,6	FR-83-0323 Col Notre Dame, Route forestière du Pic de l'Ours	50 m	RF	006°54'40"E	043°28'48"N
10	23,5	FR-06-0327 Col des Grues, est sur la droite S	0,2 km	S	006°54'40"E	043°29'23"N
11	25,5	FR-06-0241 Col de la Cadière,	0,2 km	RF	006°54'13"E	043°29'36"N
12	27,2	FR-83-0263a Baisse des Cascades,	90 m	RF	006°54'00"E	043°29'36"N
13	29,5	FR-06-0303 Col des Trois Termes,	4,9 km	RF	006°53'04"E	043°30'09"N
	34,4	Tourner à droite et descendre vers le Parc de Loisirs San estello	3,4 km	N7		
	37,8	À Boulevard de la Tavernière, 06210 Mandelieu-la-Napoule, tourner à DROITE (est), prendre Boulevard de la Tavernière	0,7 km			
	37,84	Entrer dans le rond-point	40 m			
	39	Au rond-point, prendre la troisième sortie vers Boulevard du Bon Puits	1,2 km			
	40,2	Le nom de la route devient Avenue Jacques Soustelle	0,2 km			
	40,4	Au rond-point, prendre la deuxième sortie vers N98 [Avenue du 23 Août]	0,2 km			
	40,5	À La Napoule, prendre N98 [Avenue du 23 Août] en sens inverse (sud)	0,1 km			
	4,2,8	Au rond-point, prendre la deuxième sortie vers N98 [Avenue du Capitaine de Corvette Marche]	2,3 km			
	43	Tourner à DROITE (sud-ouest), prendre Avenue Charles Dahon	0,2 km			
	43,01	Le nom de la route devient Place du Général Bertrand	10 m			
	43,02	À Théoule-sur-Mer, rester sur Place du Général Bertrand (sud-ouest)	10 m			
	43,,4	Le nom de la route devient Rue Jean-Baptiste Pastor	0,4 km			
	47,32	Tourner à DROITE (est), prendre N98 [Avenue de la Corniche d'Or]	3,9 km			
	47,92	Tourner à DROITE (ouest), prendre Boulevard de l'Estérel	0,6 km			
	48,22	Tourner à DROITE pour rester sur Boulevard de l'Estérel	0,3 km			
14	48,25	FR-06-0083 Col de l'Esquillon,	30 m		006°56'36"E	043°29'17"N
		Tourner à GAUCHE, prendre Boulevard de l'Estérel	0,4 km			
		Tourner à GAUCHE pour rester sur Boulevard de l'Estérel	0,1 km			
		Tourner à GAUCHE pour rester sur Boulevard de l'Estérel	0,5 km			
		Prendre N98 [Avenue de Miramar] à DROITE	7,5 km			
		Rester sur N98 [Route de Saint-Barthélemy]	4,0 km			
		Rester sur N98 [Boulevard Eugène Brieux]	2,7 km	N98		
	63,45	AGAY				

N°	Dis-	Localités	Partiel	Route	Longitude	Latitude
	0	Départ de Agay sur N98 [Boulevard de la Plage]	0,3	N98		
	2	Route des Golfs à GAUCHE	1	D100		
	5	Au rond-point, vers Route des Golfs	1,8	D100		
	9	Route forestière de la Louve,	0,4	RF		
1	13	À FR-83-0110b Pas du Lièvre,	0,6	RF	006°47'12"E	043°27'46"N
	14	Le nom de la route devient Avenue Paul l'Hermite	0,3	RF		
	14	Tourner à DROITE prendre Route des Golfs	0,7	D100		
	15	Le nom de la route devient Av. du Colonel Brooke	0,3	D100		
	16	Tourner à DROITE D37 [Rue Henri Giraud]	0,1	D37		
	19	Tourner à DROITE Route forestière du Malpey	1,2	RF		
	20	Tourner à DROITE (est), prendre les routes locales	0,7			
2	21	À FR-83-0108 Col de Colle Douce,	0,7		006°47'25"E	043°28'02"N
	22	Tourner à GAUCHE, Route forestière du Malpey	80 m	RF		
	23	Avenue François Nicolai puis N7	0,7			
3	28	À FR-83-0202 Col de l'Auriasque,	0,1	N7	006°46'36"E	043°29'33"N
4	31	À FR-83-0311 Col du Testanier	0,1	N7	006°47'34"E	043°30'02"N
5	34	À Col du logis de Paris, tourner à gauche	20 m	D237	006°48'43"E	043°30'46"N
6	36	À FR-83-0349 Baisse Bacquière,	30 m	CV	006°48'23"E	043°31'39"N
	37	À Les Adrets-de-l'Estérel, Prendre D237 à DROITE	0,2	D237		
	39	Tourner à GAUCHE Chemin de la Baisse	0,3	CV		
7	39	À FR-83-0295 La Baisse, A/R	80 m	CV	006°48'59"E	043°32'02"N
	41	Les Adrets-de-l'Estérel,	1,6	D837		
	43	Continuer TOUT DROIT sur D37 puis D38	3,8	D37		
	46	À D38, 83440 Tanneron, rester sur D38 (nord)	9,9	D38		
	59	Tourner à DROITE, prendre D138	3,4	D138		
	63	À Piste du Grand Duc,	30 m	Cv		
	71	Au rond-point, prendre la deuxième sortie vers N7	3,8	N7		
8	79	À FR-83-0115 Le Pas des Mules,	0,1	N7	006°53'02"E	043°31'20"N
9	81	À FR-83-0205a La Grande Baisse,	40 m	N7	006°51'59"E	043°31'20"N
	81	Tourner à DROITE, prendre Rue du Pic de l'Ours	20 m	D237		
10	85	À FR-83-0185a Baisse de Donnat,	50 m	D237	006°50'43"E	043°31'46"N
	88	À Les Adrets-de-l'Estérel, rester sur D237	0,6	D237		
	90	À Col du logis de Paris,	3,1	N7		
	93	A gauche au col de Testanier RF du Malpey	0,1	N7		
	94	Tourner à DROITE Route forestière du Malpey	1,8	RF		
11	96	À FR-83-0344 Pas d'Adam, à gauche A/R	0,2	R1	006°47'21"E	043°29'04"N
12	99	À FR-83-0139 Pas de la Louve,	0,1	RF	006°46'45"E	043°28'28"N
13		A FR-83-0100- Col des Darboussières A/R		R1	006°46'33"E	043°28'06"N
	101	Tourner à GAUCHE, prendre Avenue du Golf	0,8			
	102	Allée du Grand Mas	0,5			
	105	À Route forestière de la Louve,	3,4	RF		
	109	Au rond-point, prendre Route des Golfs	3,1			
	112	Prendre Avenue du Gratadis à DROITE (sud)	1,6	D100		
	114	Au rond-point, vers N98 [Boulevard de la Plage]	0,4	N98		
	114	Arrivée Agay				

Circuit Route n°3

Mardi 11 mars - Circuit du Tanneron - 110 km - 13 cols

Départ Agay.

Descendre jusqu'au bord de mer. Rejoindre la N98.

Longer le bord de mer sur 300 m sur la N98 et tourner à droite, prendre la vallée de l'Agay D100 jusqu'au Mas du Rastel à 2 km environ, poursuivre jusqu'au carrefour du Menhir. Prendre la route à droite sur la D37. Longer le Golf jusqu'à l'Oratoire de Guérin. Tourner à droite en direction du **Pas du Lièvre** [FR-8-0110b] puis jusqu'au **Colle Douce** [FR-83-108].

Prendre la route d'Italie à gauche puis à gauche à la bifurcation en direction de la Tour Mare. Prendre à droite en direction de la RN 7. Remonter la RN 7 en passant le **Col de l'Auriasque** [FR-83-0202] puis le **Col du Testanier** [FR-83-0311] enfin le **Col du Logis de Paris** [FR-83-0315].

Au carrefour tourner à gauche et prendre la D237, à 1,5 km prendre la piste R1 en direction de la **Baisse Bacquière** [FR-83-0349] et revenir vers la D237, passer Planestel et descendre vers la **Baisse** [FR-83-0295]. Passer au-dessus de l'Autoroute A8 La Provençale et longer le Lac de Saint Cassien sur la D237. A la bifurcation prendre la D38 en direction de Grasse et Tanneron.

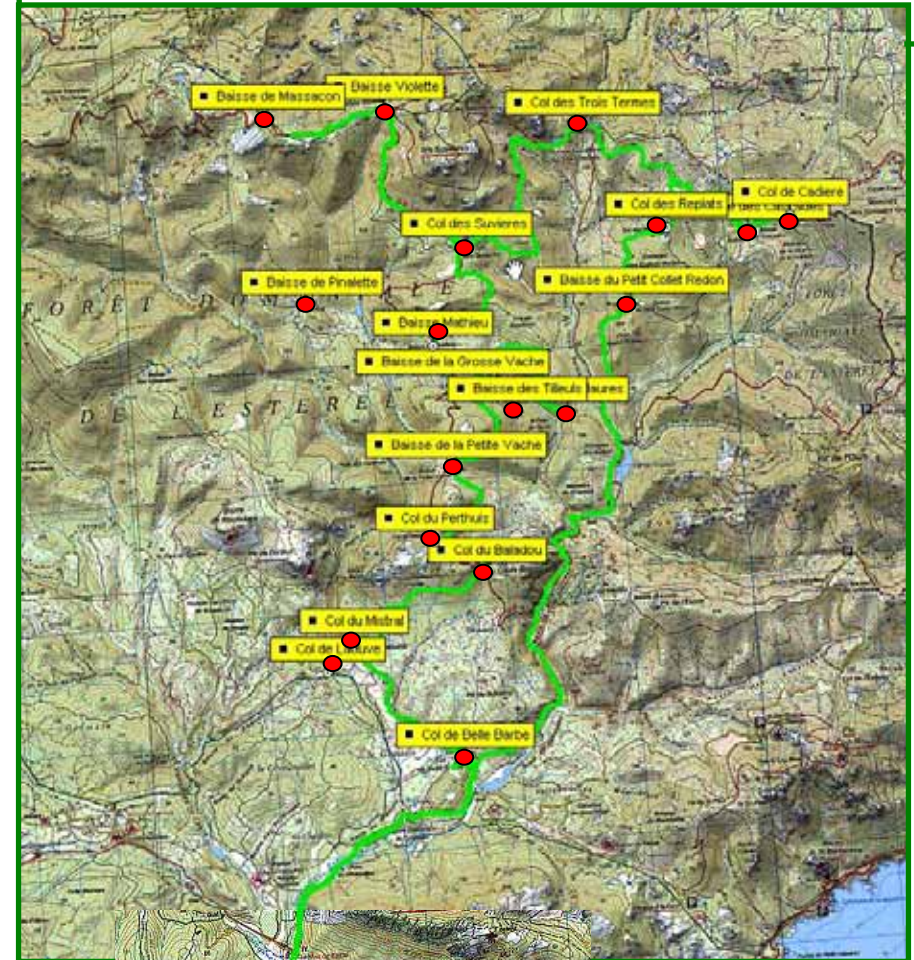
Après 9,5 km prendre la D38 à droite en direction de Tanneron. La route monte à travers les champs d'oliviers. A Tanneron il est possible de ravitailler en eau à la fontaine. Prendre le temps d'admirer le Massif de l'Audibergue ainsi que les forêts de Mimosas et d'Eucalyptus. Descendre jusqu'à Valcros. Prendre la D138 à droite. Après le lieu-dit Mieran prendre le GR 51 à droite. Descendre jusqu'à l'Autoroute A8 puis remonter vers la RN7.

Au carrefour tourner à droite en direction du **Pas des Mules** [FR-83-0115] puis vers la **Grande Baisse** [FR-83-0205a]. Tourner à droite et prendre la D237 jusqu'à la **Baisse de Donnat** [FR-83-0185a], revenir vers la RN7 et remonter vers le Col du Logis de Paris puis descendre vers le Col de Testanier. Au parking prendre la route forestière en direction de la Maison forestière Malpey. Descendre la Route d'Italie, peu après la Maison cantonnière prendre la piste R1 à gauche jusqu'au **Pas d'Adam** [FR-83-0344]. Revenir sur ses pas et descendre vers le **Pas de la Louve** [FR-83-0139]. A 600m prendre la Via Aurelia à droite vers le **Col de Darbousnières** [FR-83-0100]. Poursuivre vers la Colle Douce et le Pas du Lièvre et rejoindre l'Oratoire de Guérin. Tourner à gauche et prendre la D37 puis la D100.

Arrivé à l'intersection entre l'avenue de Gratadis et le N98 tourner à gauche et entrer dans Agay.

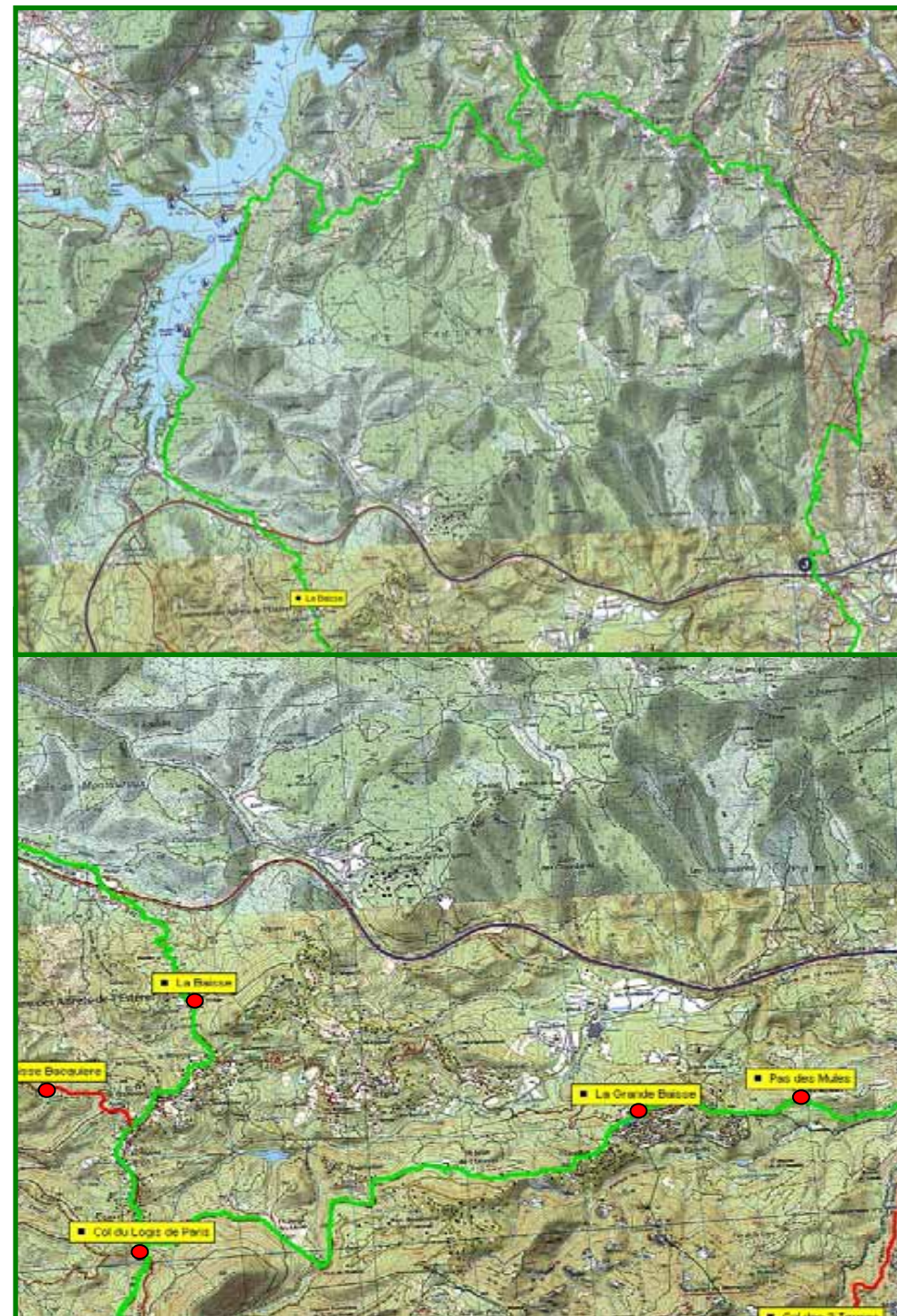
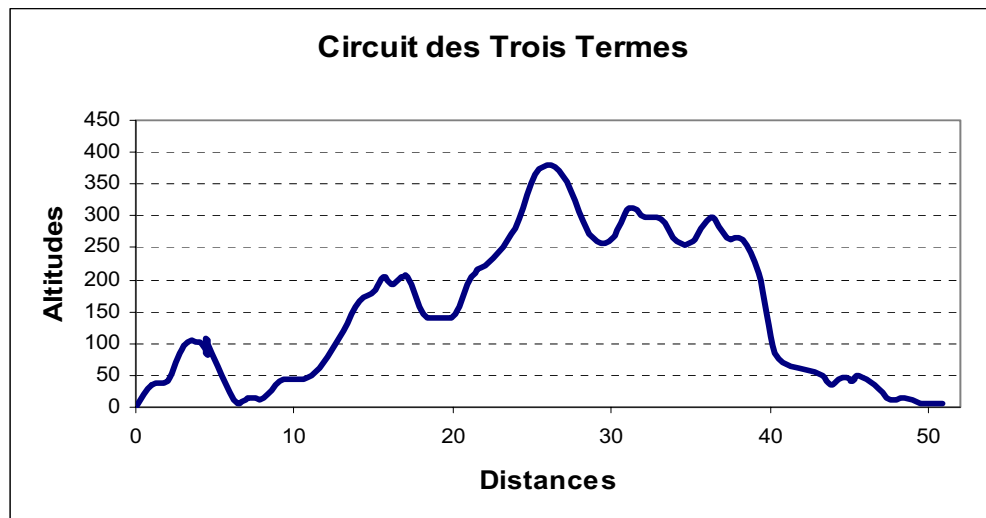
Circuit VTT n° 2

Lundi 10 mars - Circuit des Trois Termes - 50 km - 20 cols



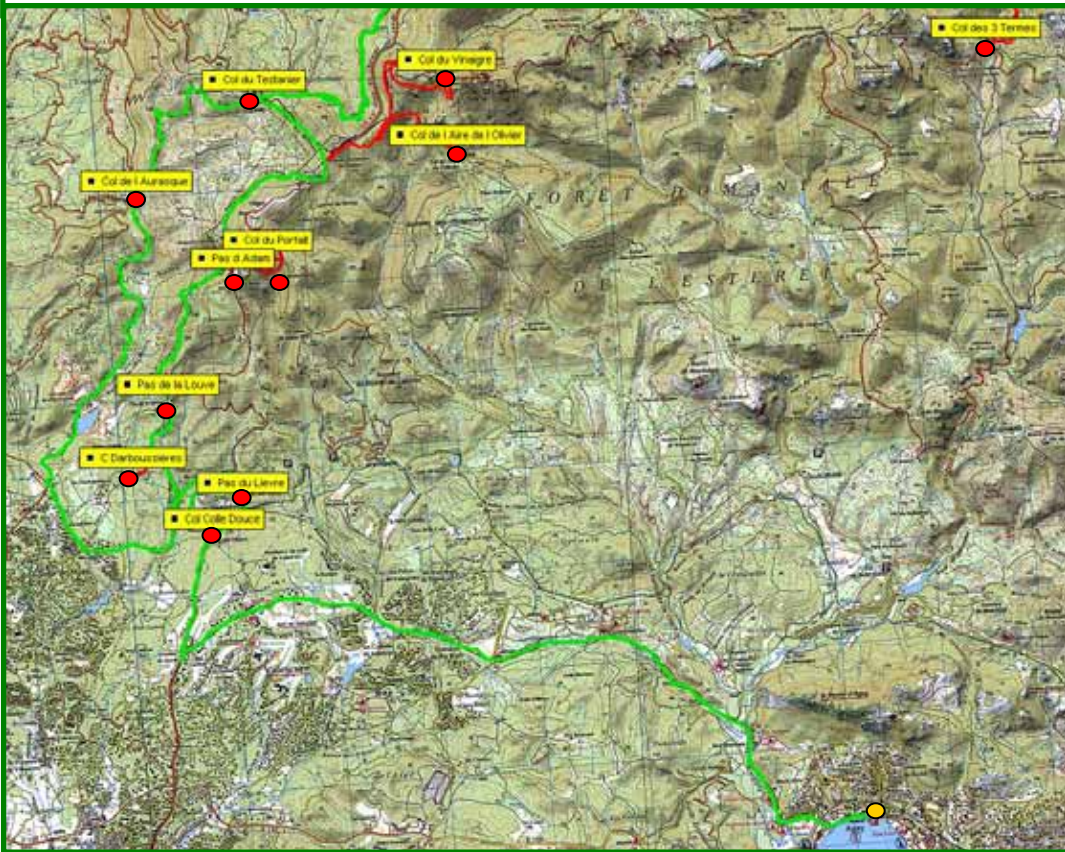
Lundi 10 mars - VTT Circuit des Trois Termes — Départ Agay

Descendre vers le bord de mer et rejoindre la N98. Longer la plage jusqu'au pont qui enjambe l'Agay. Tourner à droite puis à gauche en direction de la piscine et du golf. Contourner le complexe sportif en direction du Dramont. Puis tourner à droite en direction du **Col du Dramont** (FR-83-0096a) puis en direction du carrefour de l'Aspé, **Col de Ferrières** (FR-83-0111). Peu après dans le virage à gauche prendre la piste. Au carrefour du Menhir prendre la D100 à droite. On descend le vallon Vacquier. Tourner à gauche pour aller vers le Mas de Rastel. Tourner à droite en direction du Col Belle Barbe par la route forestière sainte Beaume. Au **Col Belle Barbe** (FR-83-0045) tourner à gauche et remonter la RF du Perthus jusqu'au **col du Mistral** (FR-83-0093) au passage à gauche remonter la piste vers le **Col de Laoune** (FR-83-0080) et revenir vers le col du Mistral. Au rond point prendre la piste du Perthus à droite en direction du **col de Baladou** (FR-83-0165). (variante au col prendre la piste qui mène au **Col Aubert** FR-83-0113) revenir le **col de Baladou** et continuer en direction du **Col du Perthus** (FR-83-0194) puis la **Baisse de la Petite Vache** (FR-83-0205) et la **Baisse de la Grosse Vache** (FR-83-0201). A ce point prendre le sentier à droite en direction du **col des Maures** (FR-83-0135a) et au retour prendre le sentier à gauche vers la **Baisse des Tilleuls** (FR-83-0140) revenir vers la Baisse de la Grosse Vache et continuer à droite la piste du Perthus en direction de la **Baisse Mathieu** (FR-83-0185b) et du **col des Suières** (FR-83-0249b. Au col prendre la piste très rocailleuse à gauche en direction de la **Baisse Violette** (FR-83-0361) puis après vers la **Baisse de Massacon** (FR-83-0402) puis revenir vers le Col des Suières. Tourner à gauche vers le col

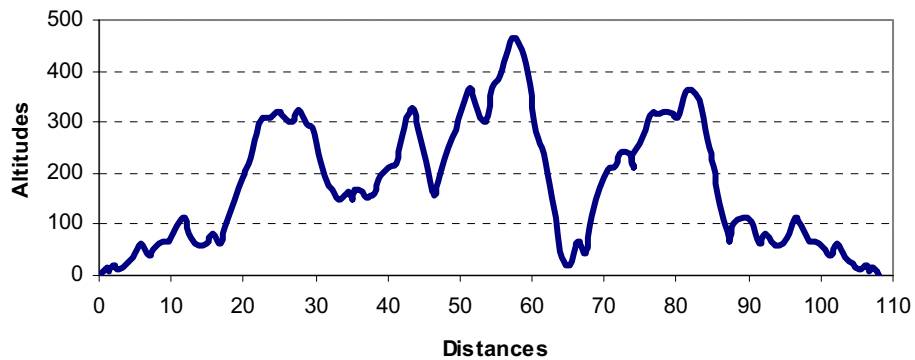


Circuit Route n°3

Mardi 11 mars - Circuit du Tanneron - 110 km - 14 cols



Circuit du Tanneron



N°	Localités	Route	Distance	Altitude	Longitude	Latitude
	AGAY	N98/D100	0	1	006°51'42"E	043°26'03"N
1	Col du Dramont		3	96	006°50'39"E	043°25'24"N
2	Col de Ferrières		5	111	006°50'33"E	043°25'35"N
3	Col de Belle Barbe	RF	10	45	006°52'08"E	043°27'23"N
4	Col de Laouve A/R	R2	12	80	006°51'18"E	043°27'48"N
5	Col du Mistral	RF	13	93	006°51'28"E	043°27'53"N
6	Col de Baladou	R1	14	165	006°52'17"E	043°28'15"N
7	Col Aubert A/R	R2	Option	113	006°52'22"E	043°27'56"N
8	Col du Perthus	R1	15	194	006°51'55"E	043°28'22"N
9	Col de la Petite -Vache	R1	16	205	006°52'08"E	043°28'38"N
10	Col de la Grosse vache	R1	17	201	006°52'08"E	043°29'01"N
11	Baisse des Tilleuls	R2	18	140	006°52'32"E	043°28'54"N
12	Col des Maures	R2	19.5	135	006°52'50"E	043°28'53"N
13	Baisse Mathieu	R1	21	204	006°52'04"E	043°29'14"N
14	Col des Suières	R1	23	249	006°52'17"E	043°29'36"N
15	Baisse Violette	R2	25	361	006°51'50"E	043°30'15"N
16	Baisse de Massaçon A/R	R1	26	402	006°51'08"E	043°30'15"N
#	Col des Suières	R1	29	249	006°52'17"E	043°29'36"N
17	Col des Trois Termes	RF	32	448	006°53'04"E	043°30'09"N
18	Col de Cadière A/R	RF	35	241	006°54'13"E	043°29'36"N
19	Col des Cascades	RF	36	263	006°54'00"E	043°29'36"N
20	Col des Replats	R2	36,4	256	006°53'29"E	043°29'36"N
21	Baisse du Petit Collet Redon	R2	38	246	006°53'20"E	043°29'17"N
#	Col de Belle Barbe	RF	45	45	006°52'08"E	043°27'23"N
	AGAY	N98/D100	50	1	006°51'42"E	043°26'03"N

Lundi 10 mars VTT Circuit des trois Termes

Circuit VTT n° 2

Lundi 10 mars - Circuit des Trois Termes - 50 km - 21 cols

Le **Col des Trois Termes** (FR-83-0448). On rejoint la RF goudronnée. Prendre la RF à droite en direction de la **Baisse des Cascades**(FR-83-0263a) puis du **Col de Cadière**(FR-06-0241). Revenir sur ses pas et prendre la piste à gauche en contrebas de la RF. Cette piste mène vers la ravin des Replats et le **col des Replats** (FR-83-0256) puis la Baisse du Petit Collet Redon (FR-83-0246).

La piste descend jusqu'au Lac de l'Ecureuil.

Longer le Lac en contournant le Mamelon des Aulnes et rejoindre la route de l'Infernet.

La route parcourt le Ravin du Mal de l'Infernet puis le Ravin du Grenouillet jusqu'au parking du Col de Belle Barbe.

Par la route forestière du Gratadis rejoindre le Mas de Rastel et la D100.

A la bifurcation avec la N 98 reprendre le bord de mer.

Tourisme

Saint Raphaël

Eglise des Templiers du XI et XII èmes. Eglise N-D de la Victoire. Musée archéologique marin...

Les Adrets

Eglise du XVII°. Musée de l'Estérel (Arts et traditions du siècle dernier), Sources du Mareret.

Puits couverts, Mielleries et ruches (récoltes d'été en juillet et août).

Collobrières

Le vieux village moyen-âgeux, les ruines de l'église St Pons du XIIème, La Chartreuse de la Verne (à 12km) et les menhirs du plateau Lambert.

Grimaud

Ruines du Château Féodal, l'église St Michel (XIème), le Pont des Fées.

Circuit VTT n°3

Mardi 11 mars - Circuit de Malpey - 32 mini 52 km maxi - 18 cols

N°	Localités	Route	Distance	Altitude	Longitude	Latitude
	Maison F de Malpey	RF	0	363	006°48'06"N	043°29'45"N
1	Pas d'Adam	R1	2	344	006°47'21"E	043°29'04"N
2	Pas de la Louve	RF	15	139	006°46'45"E	043°28'28"N
3	Col des Darboussières	R2	21,8	100	006°46'33"E	043°28'06"N
4	Pas du Lièvre	RF		110	006°47'12"E	043°27'46"N
5	Colle Douce	RF		108	006°47'25"E	043°28'02"N
6	Col des Sacs	R1		155	006°47'34"E	043°28'22"N
7	Col de Roche Noire	R1		249	006°47'56"E	043°28'51"N
8	Col de l'Essuyadou	R2		171	006°48'19"E	043°28'51"N
9	Col du Bonnet du Capélan	S		185	006°48'31"E	043°28'38"N
10	Col Béraud	R1		133	006°48'58"E	043°28'25"N
	Carrefour Castelli	R1		106	006°49'21"E	043°28'16"N
11	Col Gueydon	R1		130	006°49'08"E	043°27'52"N
12	Colle Noire	R1		172	006°49'30"E	043°28'48"N
13	Baisse des Charretiers	R1		278	006°50'21"E	043°29'10"N
14	Baisse d'Andoulette	R1		254	006°50'39"E	043°28'57"N
#	Baisse des Charretiers	R1		278	006°50'21"E	043°29'10"N
15	Col de l'Aire de l'Olivier	R1		368	006°49'03"E	043°29'46"N
	Maison F. Duchesse	Option		389		
16	Col du Truc de Michel A/R	Option		389	006°50'00"E	043°30'22"N
#	Col de l'Aire de l'Olivier	R1		368	006°49'03"E	043°29'46"N
17	Baisse du Vinaigre	RF		550	006°49'00"E	043°30'10"N
	Maison F. Malpey	RF		363		
18	Col du "Postillon A/R	Option		270	006°48'28"E	043°29'38"N
	Maison F. de Malpey	RF		363		

Mardi 11 mars - VTT Circuit de Malpey — Départ Maison Forestière de Malpay

Stationner les véhicules au parking du Col de Testanier.

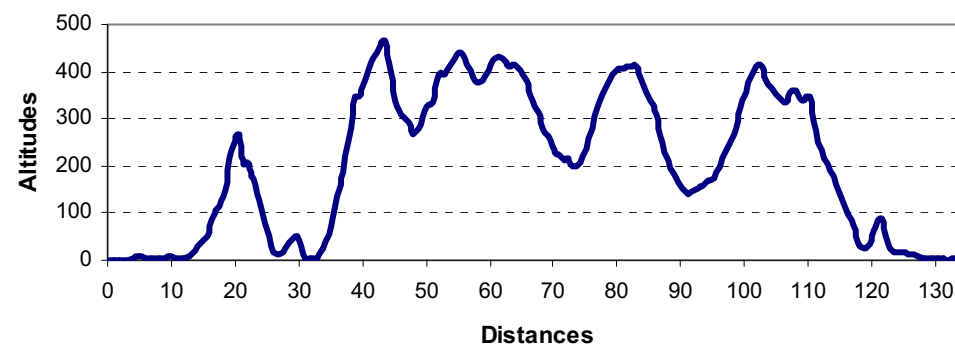
A la Maison Forestière de Malpay, prendre la Route d'Italie à droite en direction de la Tour de Mare. Au niveau de la maison cantonnière prendre la piste à gauche jusqu'au **Pas d'Adam** [FR-83-0344] puis rebrousser chemin jusqu'à la route d'Italie. (variante: au col rejoindre le Col du Porfait [FR-83-0359] par la piste à gauche et revenir sur ses pas) .

Descendre vers le **Pas de la Louve** [FR-83-139] 500 m après dans le virage prendre l'ancienne voie Aurélienne à droite jusqu'au **Col de Darboussières** [FR-83-0100] rebrousser chemin et reprendre la Route d'Italie jusqu'au **Pas du Lièvre** [FR-83-0110b] à 1,6 km puis à 500 m le **Colle Douce** [FR-83-108]. Revenir vers le Pas du Lièvre puis au Carrefour Colle Douce prendre la piste du Porfait en montant (2ème piste à droite au parking) .Après 1,5 km passer par le **Col des Sacs** [FR-83-0155]. Continuer le **Col de Roche Noire** [FR-83-0249a]. La piste en mauvais état descend vers le **Col de l'Essuyadou** [FR-83-171] . Au col prendre la deuxième piste à gauche: Piste de l'Essuyadou. A 500m le **Col du Bonnet du Capélan** [FR-83-0185c] est à droite au-dessus de la piste. Poursuivre jusqu'au **Col Béraud** [Fr-83-0133] puis jusqu'au Carrefour Castelli à 600 m environ. A droite prendre la piste Castelli sur 600 m et tourner à gauche par un sentier longeant le plan d'eau sur 600 m jusqu'au **Col Gueydon** [FR-83-0130]. Revenir vers le Carrefour Castelli par la piste forestière. Au carrefour prendre la piste à droite et remonter le vallon de la Cabre. A la patte d'oie à 500m prendre la piste qui monte à droite vers la Maison forestière de Malavette. (1 km) poursuivre la piste sur 800m au milieu de la forêt jusqu'à la **Colle Noire** [FR-83-0172] (1,9 km) continuer jusqu'à la **Baisse des Charretiers** [FR-83-278].Poursuivre tout droit vers la **Baisse d'Andoulette** [FR-83-0254]. Revenir à la Baisse des Charretiers et prendre la piste qui longe la maison forestière et qui monte vers le Plan Estérel où l'on peut avoir un point de vue magnifique sur la rade d'Agay. La piste traverse une forêt d'eucalyptus et redescend vers le **Col de l'Aire de l'Olivier** [FR-83-0368]. On rejoint la RF (variante : prendre la piste des Colsas à droite en direction de la maison Forestière de la Duchesse au **Col du Truc de Michel** [FR-83-0389] à 2,5km) remonter vers la MF de Malpay à 1km prendre la route qui monte à droite vers le Mont Vinaigre. La route se termine à la **Baisse Vinaigre** [FR-83-0550] . Redescendre vers la MF du Malpay. Une dernière variante permet de rejoindre le **Col du Postillon** par la piste à gauche [FR-83-0270a]) à 1,8 km et de revenir à la MF.

Route n° 2 et VTT n°5

Lundi 10 mars - Circuit Route de la Corniche des Maures - 130 km - 15 cols

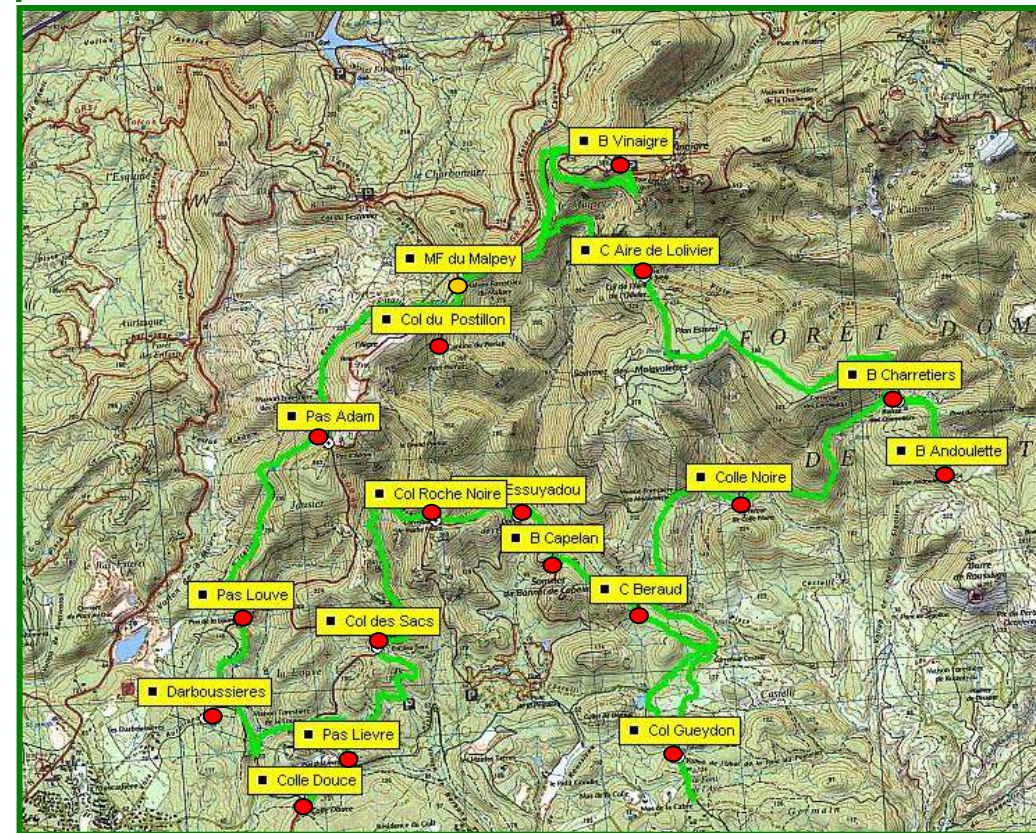
Jeudi 13 mars - Circuit VTT



N°	Distance	Localités	Partiel	Route	Longitude	Latitude
	0,0	Départ de Sainte-Maxime sur N98	1,4	N98		
	6,1	Quitter le rond-point pour prendre N98	0,1	D14		
	6,2	À D14, rester sur N98	2,1			
	10,4	À D61, rester sur D61	0,8	D61		
	13,4	Continuer (sud) sur D89	0,5 km	D89		
	13,9	À Gassin, rester sur D89	0,2	D89		
1	16,5	FR-83-0248 Col de Paillass,	0,5		006°36'19"E	043°12'45"N
2	19,2	FR-83-0131 Col de Collebasse,	6,7	D93	006°36'31"E	043°11'44"N
	25,9	Tourner à GAUCHE ,	0,1	D559		
	26,0	À La Croix-Valmer, prendre D559	0,5	D559		
3	33,7	FR-83-0339 Col des Tuiles,	6,5	CV	006°30'40"E	043°11'47"N
4	40,7	FR-83-0269 Col du Canadel	4,1	RF	006°28'26"E	043°10'10"N
5	48,6	FR-83-0372 Col de Barral,	60 m	RF	006°24'40"E	043°10'23"N
6	55,1	FR-83-0382 Col de Landon	30 m	RF	006°22'14"E	043°10'10"N
7	56,2	FR-83-0378 Col de Labade	40 m	RF	006°22'22"E	043°10'36"N
8	61,1	FR-83-0220 Col de Caguo ven,	2,5	D41	006°20'36"E	043°09'41"N
	63,6	Prendre N98 à GAUCHE	20 m	N98		
9	63,6	FR-83-0192c Col de Gratteloup			006°19'52"E	043°10'16"N
	63,7	Prendre N98 à GAUCHE	30 m	N98		
	63,7	Prendre D41 à GAUCHE	1,3 km	D41		
10	65,1	FR-83-0217 Col de la Mouillère d'Aubet,	40 m		006°19'38"E	043°10'42"N
	65,1	Tourner à GAUCHE (nord), prendre D41	1,8 km	D41		
	66,9	Prendre route(s) locale(s) à DROITE	0,2 km			
11	67,1	FR-83-0261 Col de la Citadelle,	0,2	CV	006°20'36"E	043°11'05"N
	67,4	Tourner à DROITE (nord), prendre D41	5,1 km			
12	72,5	FR-83-0414 Col du Babaou,	50 m		006°18'16"E	043°12'13"N
	72,6	Prendre D41 à DROITE	6,5 km	D41		
	79,1	Prendre D14 à DROITE	1,2 km	D14		
	81,2	Collobrières,	50 m			
	82,1	Prendre D14 à GAUCHE	7,5 km	D14		
13	89,7	FR-83-0385 Col Boulin	50 m	D14	006°21'45"E	043°14'36"N
	89,7	Tourner à DROITE , prendre D14	1,1 km			
14	90,9	FR-83-0411 Col de Taillude	0,1 km	D14	006°22'21"E	043°14'39"N
15	97,5	FR-83-0350b Col du Périer	80 m	D14	006°25'32"E	043°15'15"N
	107,5	Grimaud,	0,2 km			
	108,2	Tourner à DROITE , prendre D14 [D558]	1,6 km			
	114,2	Prendre N98 à GAUCHE	0,1 km	N98		
	120,4	Arrivée Sainte-Maxime				

Circuit VTT n° 3

Mardi 11 mars - Circuit de Malpey - 32 mini 52 km maxi - 18 cols



Circuit du Malpey

