

Les sentiers de randonnées de Cœur du Var

TOPO FICHE



La Communauté de Communes Cœur du Var vous invite à découvrir son territoire à pied, à VTT ou encore à cheval.

Balisage :

Certains circuits sont balisés et jalonnés d'informations directionnelles. Chaque poteau directionnel porte un numéro de référence et un nom uniques associés aux coordonnées GPS (wgs84). Ils sont matérialisés sur les cartes par leur numéro. Les lames indiquent le prochain poteau-flèche et sa distance en kilomètre. Elles facilitent l'orientation générale. Sur tous les circuits, le balisage à la peinture guide le randonneur. Il est apposé sur les arbres, les rochers bordant les itinéraires.



Tout droit



Changement
de direction



Mauvaise
direction

Bon à savoir :

La chasse est pratiquée dans nos forêts (automne, hiver) : respectez les panneaux, les consignes des chasseurs et faites preuve de prudence en signalant votre présence.

L'état d'un itinéraire peut s'altérer au gré des conditions extérieures. Il appartient à chaque randonneur quelle que soit son activité, de s'assurer de son itinéraire, de s'y engager sous sa propre responsabilité. N'oubliez pas que vous êtes responsable des dommages causés à vous-même, à des tiers et aux biens qui résultent de l'inadaptation de votre comportement à l'état naturel des lieux et aux dangers normalement prévisibles.

Charte du randonneur

- N'empruntez le sentier qu'en période autorisée : renseignez-vous sur l'état d'ouverture des massifs forestiers (en particulier l'été).
- Regardez sans toucher, respectez les cultures et les vergers, ne cueillez pas, ne prélevez pas d'espèces et veillez à ne pas déranger la faune.
- Que vous soyez piéton, cavalier ou cycliste, soyez vigilant à la signalisation qui vous concerne. Restez sur le sentier balisé.
- Ne faites pas de feu, ne jetez pas de mégots de cigarettes même éteints.
- Veuillez ramener vos déchets et autres déchets avec vous.
- Restez courtois et discrets avec les autres utilisateurs des chemins.
- N'utilisez le sentier qu'à pied, en cycle non motorisé ou à cheval.
- Veillez à refermer les barrières après les avoir franchies.
- Munissez-vous de chaussures adaptées, d'eau, éventuellement d'un chapeau.
- A VTT, portez un casque.
- Tenez votre chien en laisse.



Contacts utiles :

Météo France : 0 899 710 283

Secours : 112

Pompiers : 18

Lors de l'utilisation de la topo-fiche ou si vous rencontrez des anomalies lors de votre passage sur les sentiers, faites nous part de vos observations.

CŒUR DU VAR TOURISME

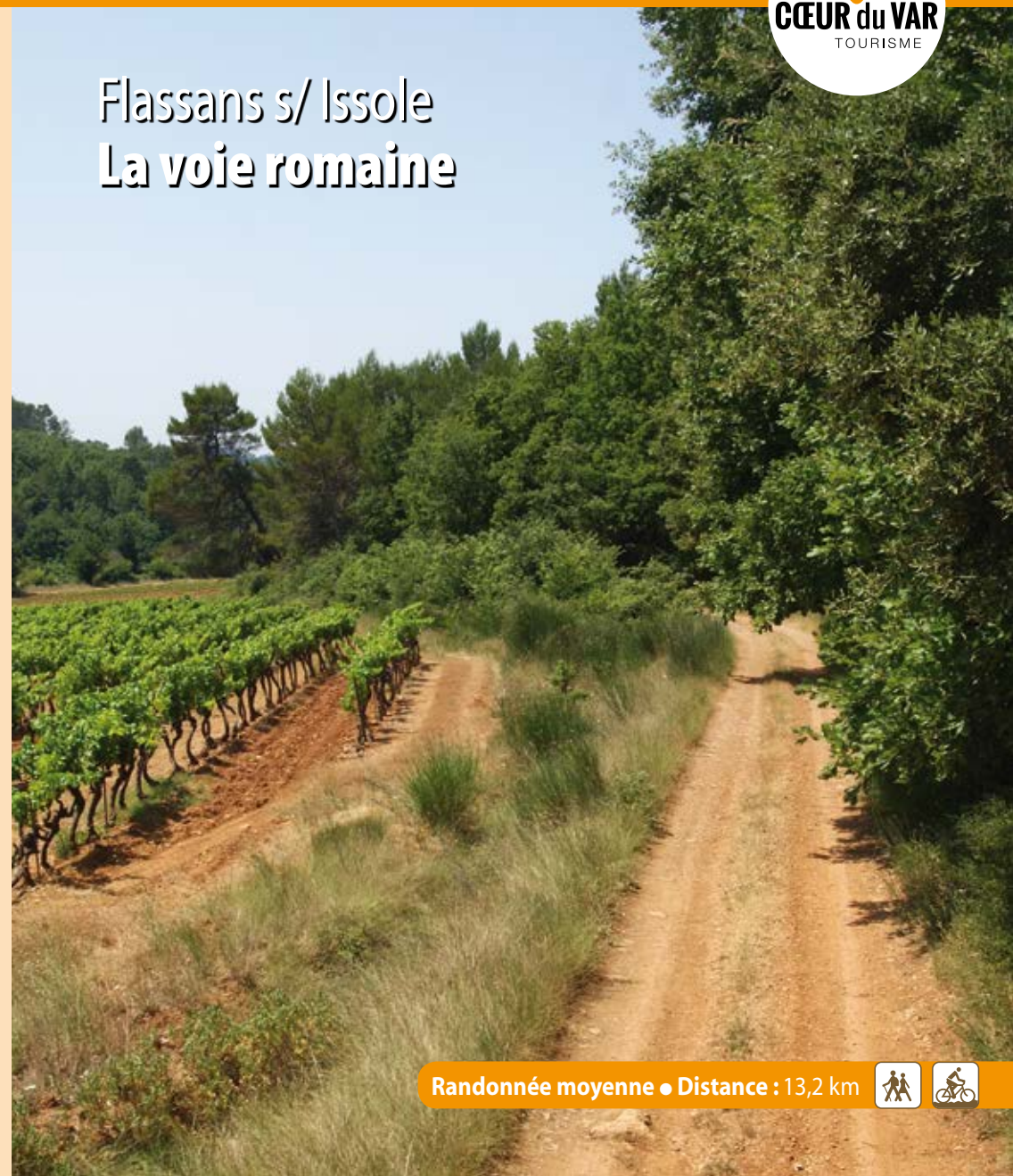
04 98 10 43 59 | tourisme@coeurduvar.com

Retrouvez d'autres topo-fiches
sur coeurduvartourisme.com

Rejoignez-nous



Flassans s/ Issole La voie romaine



Randonnée moyenne • Distance : 13,2 km





Flassans s/ Issole

La voie romaine

Randonnée moyenne • Distance : 13,2 km • Temps marcheur : 4h00

Voie romaine, la Via Aurélia reliait Rome à Arles. Entre Le Luc et Brignoles, le tracé antique forme la limite entre les communes de Cabasse et Flassans s/Issole.

18a Du parking les Grands Prés, rejoindre

19 La fourche des Grands Prés (800 m).

Ensuite, en longeant un bief, poursuivre vers

20a Le pont de la Grande Bastide (1,6 km), puis vers

21 La Grande Bastide (1,8 km). Le chemin passe au nord du hameau. En face d'un ancien moulin (galerie de peinture), franchir le raidillon et emprunter à gauche le chemin herbeux pour rejoindre

22 Le Puyami (2,4 km). De cette balise descendre à gauche sur une piste forestière en lisière du bois du Défens vers

50 Le vallon de Puyami (2,8 km). Poursuivre à droite au fond du vallon entre les chênes blancs dont certains sont centenaires vers l'est pour grimper ensuite en un lacet au

41 Défens (3,7 km). Prendre à gauche la piste DFCI qui traverse vers le nord le plateau du Défens (vue dégagée vers les Alpes) pour trouver après un lacet sous la ligne haute tension une oliveraie réhabilitée puis après une descente sévère une piste revêtue que l'on suit à gauche jusqu'à

43 Carteresse (6,1 km). Continuer à droite en suivant l'ancien tracé de la voie Aurélienne. Après 300 m revêtus, prendre à droite le chemin cassant puis sableux légèrement montant implanté entre de vieux murs. Laisser une première piste qui s'en va vers la droite. A ce niveau, sur la gauche, remarquer un vieux puit au ras du sol. Poursuivre le chemin encore 300 m. Au moment où la pente devient brutalement très raide, prendre à gauche dans une clairière. Remarquer à droite un gros rocher avec vraisemblablement un emplacement de plaque de signalisation de l'époque. Le chemin devient un magnifique sentier en sous-bois de chênes à flanc de colline jusqu'à

42 Voie Aurélienne (8,6 km). Continuer tout droit puis au carrefour de piste, prendre à droite et quitter l'ancienne voie romaine qui s'en va à gauche vers Le Luc. Longer la lisière d'un bois, pour trouver un chemin revêtu. Traverser à nouveau la piste revêtue de Carteresse, emprunter en face la piste qui grimpe jusqu'au

40 Chemin de Clauge (11,4 km). Tourner à gauche, franchir une barrière DFCI pour trouver une voie revêtue. Conserver toujours la droite pour rejoindre le centre du village en passant par

45b Vigne Presse (12,5 km), puis

38 La chapelle Saint Roch (12,8 km) qui vous dirige sur

26 L'école (13,1 km) pour retrouver votre point de départ

18b Les Grands Prés (13,2 km).



Parking

Les Grands Prés :
passer sous la DN7
après la salle Gavoty.

Balises jaunes

Dénivelé : 297 m



Difficultés :

- à VTT, court mais sévère raidillon entre 21 et 22.
- Mono-trace pié-geuse entre 43 et 42

En chemin :

- Hameau et canal de l'Issole
- Galerie d'art Florence Basset (visite sur RDV 04 94 59 67 24)
- Forêt communale et plateau du Défens
- Belles échappées sur le haut Var
- Ancienne voie romaine