

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 ramasser 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

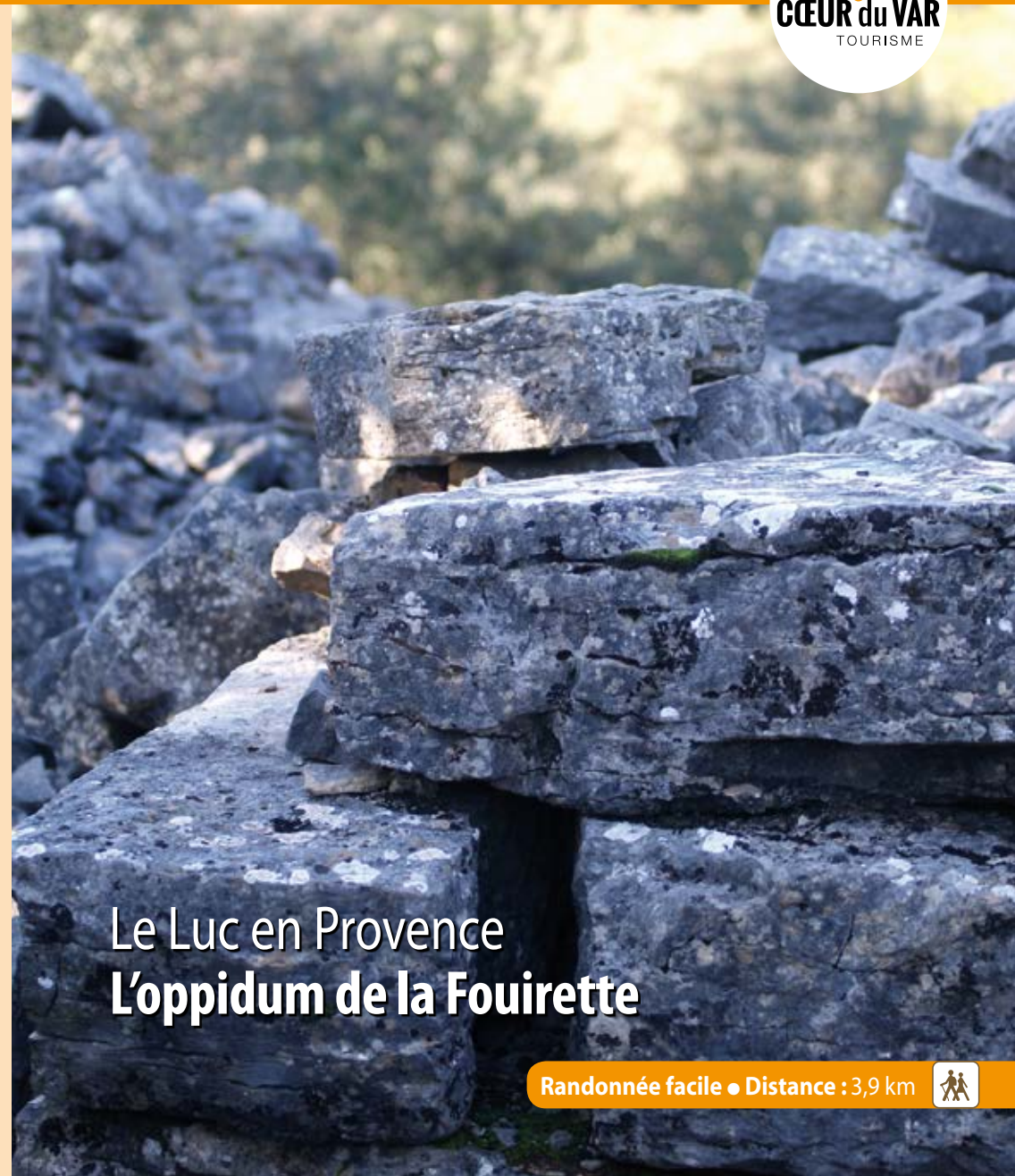
Lors de l'utilisation de la topo-fiche ou si vous rencontrez des anomalies lors de votre passage sur les sentiers, faites nous part de vos observations.

CŒUR DU VAR TOURISME

04 98 10 43 59 | tourisme@coeurduvar.com

Retrouvez d'autres topo-fiches
sur coeurduvartourisme.com

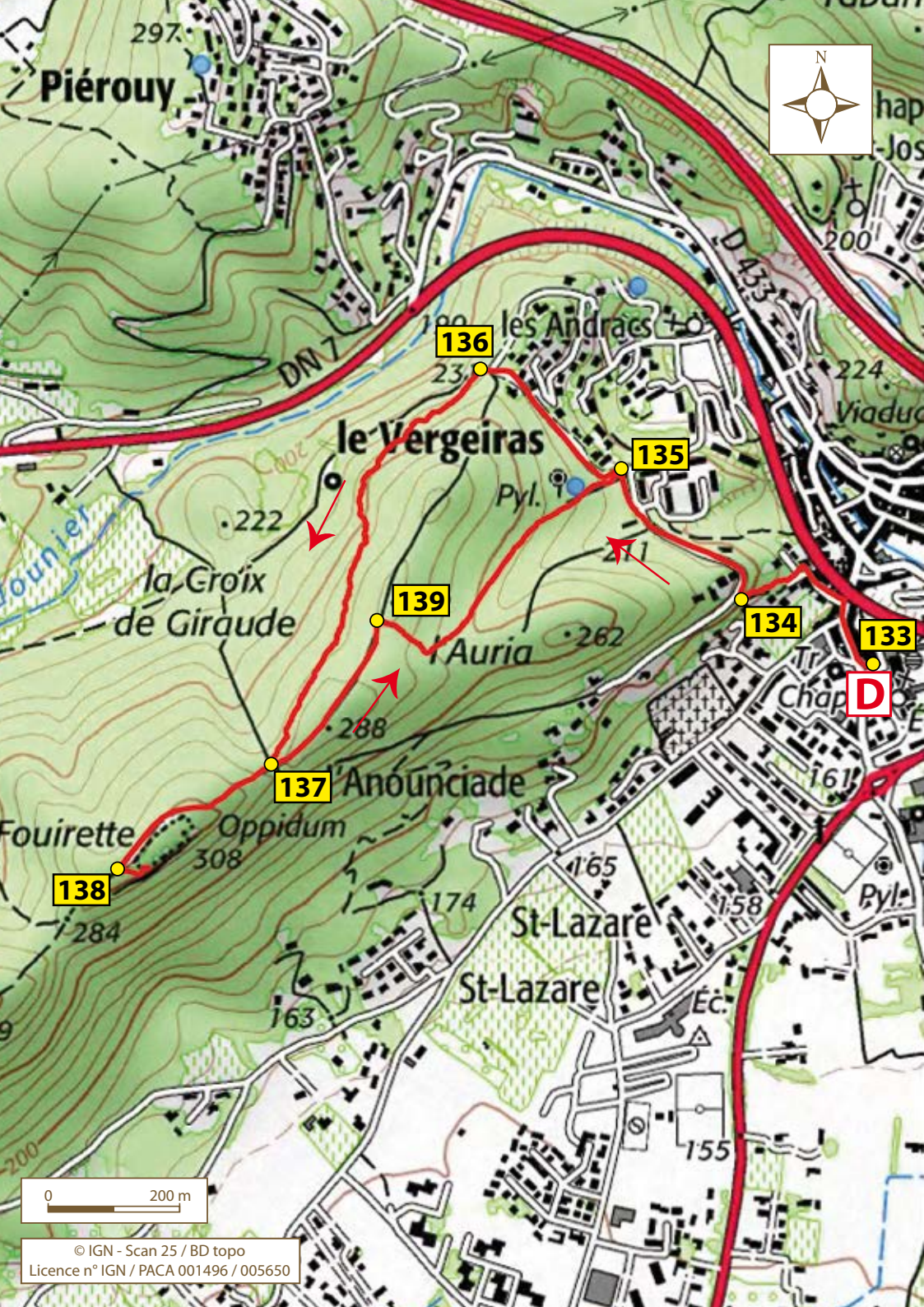
Rejoignez-nous



Le Luc en Provence L'oppidum de la Fouirette

Randonnée facile • Distance : 3,9 km





Le Luc en Provence L'oppidum de la Fouirette



Randonnée facile • Distance : 3,9 km • Temps indicatif marcheur : 1h10

L'oppidum de la Fouirette était un camp retranché de type rectangulaire contre un à pic du IV^{ème} siècle avant JC. Il n'a jamais connu de population sédentaire. Il servait d'abri en cas d'invasion aux peuplades celto-ligures qui vivaient sur les coteaux des environs. Bâti à plus 300 mètres, le panorama y est grandiose.

133 De la place Pasteur (au pied de la tour Hexagonale), aller en direction du centre-ville par la rue Lamartine. Laisser successivement la rue de la coopérative à gauche puis la rue de l'Ormeau pour prendre un peu plus loin à gauche la rue de l'Auriac. Une fois passé le passage couvert, la rue grimpe raide. Après environ 70 m, virer à gauche. La rue devient alors une calade. Elle s'élève rapidement ménageant des points de vue sur le village. Après une épingle, trouver

134 Le chemin de l'Avena (400 m) qui vous conduit par une voie revêue jusqu'au

135 Chemin du Défens (700 m). Prendre à gauche vers un quartier pavillonnaire. Poursuivre jusqu'à un croisement de pistes.

136 Les Andracs (1 km). Laisser les pistes et s'engager sur un sentier dit "draille du Défens". La draille s'enfonce dans le bois communal. Le relief du Défens est particulièrement abrupt. La draille suit le flanc de colline dans une ambiance forestière caractéristique d'un ubac en milieu calcaire. Le milieu y est cependant plus ouvert car le bois du Défens a fait l'objet il y a quelques années d'une coupe des pins d'Alep. Déboucher à un nouveau croisement de piste au

137 Col de l'Anouciade (1,8 km). Aller tout droit et grimper jusqu'à l'entrée nord-est de l'oppidum. Suivre alors la piste qui le contourne par la droite et qui se situe en contrebas de l'oppidum. Apparaissent les vestiges de l'enceinte, épaisse construction à double parement latéral avec remplissage à l'intérieur. On distingue ensuite l'emplacement de la porte nord-ouest et de la tour carrée qui en gardait l'entrée. Eric Kalmar, un spécialiste de la pierre sèche, avait entrepris de remonter des parties du

monument. Nous vous remercions d'éviter de grimper sur les amas de pierres afin de préserver le site. A la balise

138 Oppidum de la Fouirette (2,1 km), laisser la piste et prendre à gauche le sentier qui vous conduit à proximité de l'entrée sud-ouest qui possédait également une tour carrée (très ruinée). Continuer vers le bord de la falaise calcaire, rempart naturel de l'oppidum (ne pas se pencher). On domine alors toute la plaine des Maures. Vers la gauche la vue porte jusqu'au rocher de Roquebrune, en toile de fond le massif des Maures avec, à droite, au sud, ND des Anges et en vous retournant le haut Var avec les Bessillons. Effectuer le chemin inverse à l'aller jusqu'au

137 Col de l'Anouciade (2,4 km). Laisser la draille et continuer tout droit sur la piste, ancienne carraire qui servait à la transhumance des moutons. Ne pas prendre la piste suivante qui part vers la droite après un chêne imposant mais poursuivre sur une trentaine de mètres pour trouver à droite l'entrée du

139 Chemin du Vergeiras (2,7 km). Ce chemin rural s'établit entre des restanques, anciens espaces agricoles autrefois cultivés, et il est splendide. Remarquer sous la végétation les murs monumentaux, vestiges d'une époque où la forêt occupait moins d'espaces dans le Var. Au bout de 400 m, le chemin débouche au niveau d'un château d'eau. Descendre par une sévère piste dégradée et retrouver

135 le chemin du Défens (3,2 km). Prendre à droite et par la même voie qu'à l'aller et rejoindre

134 Le chemin de l'Avena (3,5 km) puis

133 la place Pasteur (3,9 km).



D Parking

Place Pasteur située au pied de la tour Hexagonale en centre ville du Luc en Provence. Accès par le rond point Charles De Gaulle et la rue Lamartine depuis la D97.

Balisage jaune

Dénivelé : 305m



Avertissement :

- Éviter de marcher sur les vestiges de l'oppidum

Danger :

- Falaise de la Fouirette : ne pas s'approcher du bord, risque de chute.

En chemin :

- Panoramas sur le village du Luc-en-Provence
- Oppidum Celto-Ligure (- 400 avant JC)
- Murs monumentaux en pierres sèches