

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

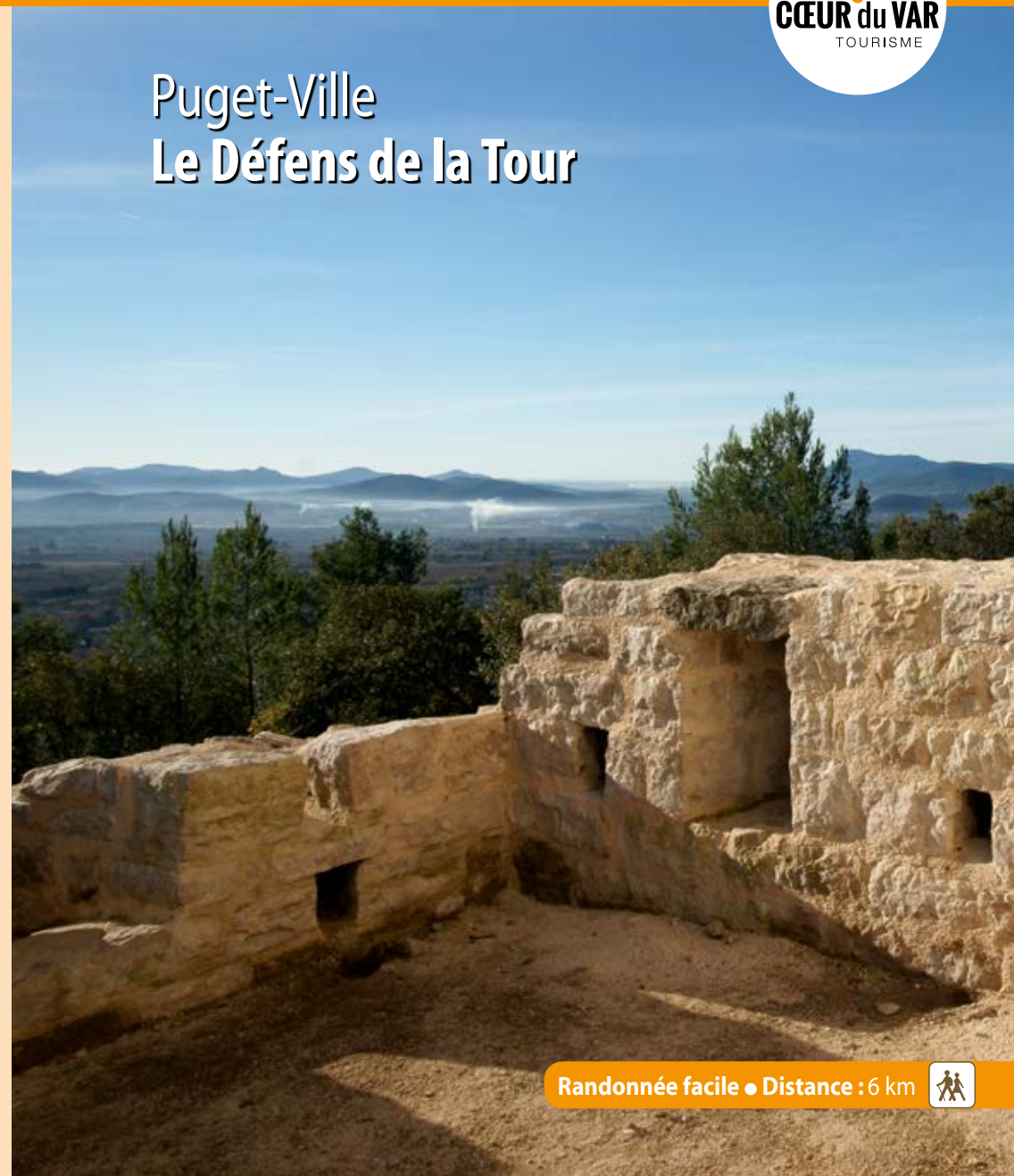
04 98 10 43 59 | [tourisme@coeurduvar.com](mailto:tourisme@coeurduvar.com)

Retrouvez d'autres topo-fiches  
sur [coeurduvartourisme.com](http://coeurduvartourisme.com)

Rejoignez-nous

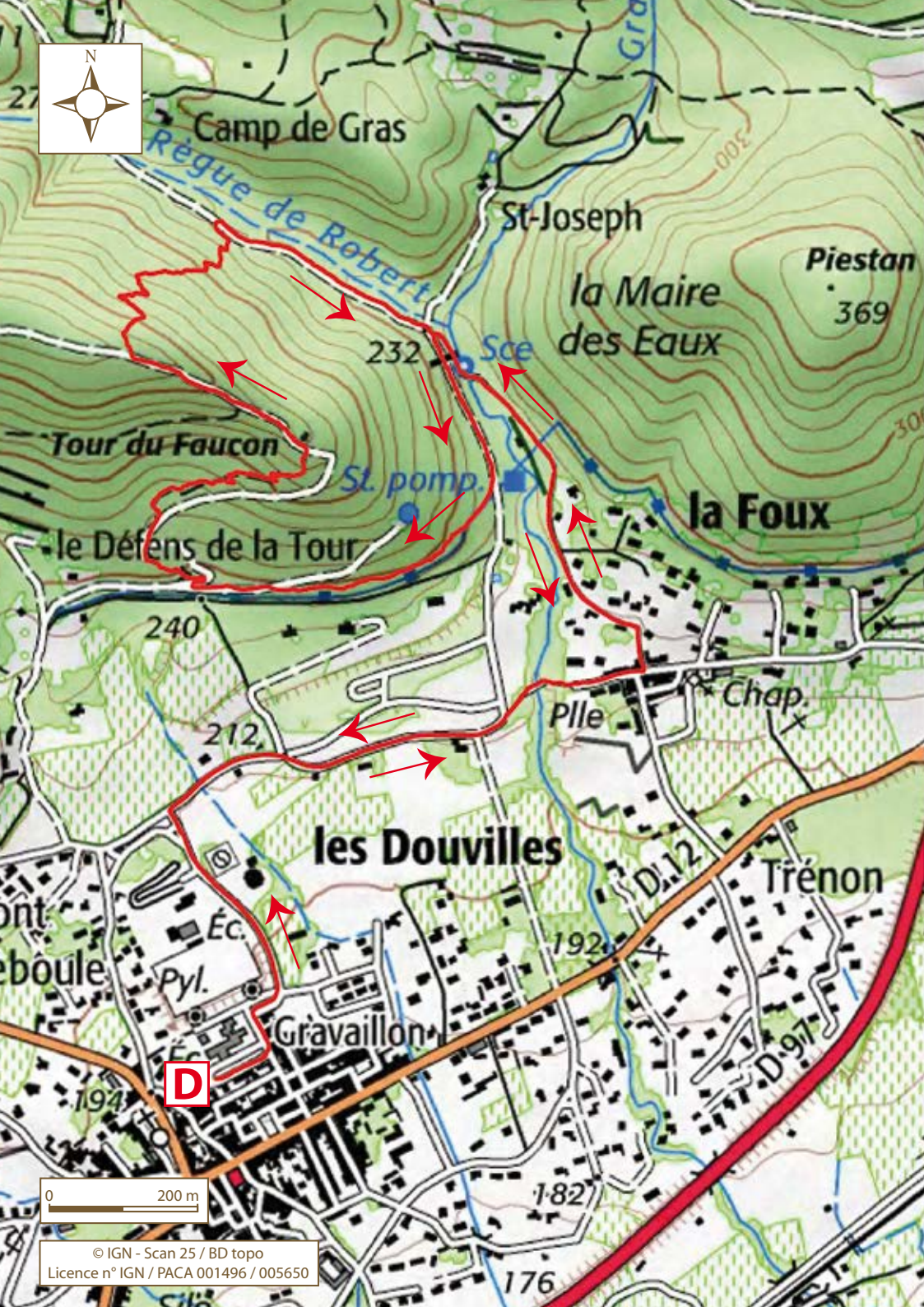


## Puget-Ville Le Défens de la Tour



Randonnée facile • Distance : 6 km





# Puget-Ville

## Le Défens de la Tour

Randonnée facile • Distance : 6 km • Temps indicatif marcheur : 2h

Du hameau de la Foux à la tour du Faucon, ce parcours vous permet de découvrir une partie du patrimoine de Puget-Ville. Mais également l'espace naturel sensible départemental du Défens de la Tour, colline aux pentes abruptes qui domine le village de ses 403 m.

Du parking Louis Martin, rejoindre la montée des Rabines, prendre à gauche, passer devant la salle Jean Latour.

A l'intersection, s'engager à droite sur le chemin revêtu du Grand Vallat qui devient rue de l'Eau Vive. Poursuivre jusqu'à l'intersection avec le chemin de la Mère des Fontaines, laisser ce chemin et continuer jusqu'au virage. Laisser à gauche la rue de l'Eau Vive et poursuivre tout droit vers le ruisseau du Grand Vallat qui l'on franchit par une passerelle.

Grimper en direction du hameau de La Foux, hameau du XVI<sup>ème</sup> siècle typique.

En arpentant les quelques ruelles, on trouve encore des bâtisses traditionnelles qui servaient d'habitation ou de grange. La fontaine adossée en pierre de taille calcaire date de 1792. Beau canal d'irrigation en grès qui dessert les maraîchages voisins dont une partie est aménagée en abreuvoir. Sur une placette, s'élève une chapelle dédiée à Saint Louis, on la suppose contemporaine du hameau.

Traverser le hameau et prendre à gauche la rue de Thèmes qui devient un chemin.

Poursuivre entre les villas et retrouver la rue de l'Eau Vive (piste bétonnée). Virer à gauche, l'emprunter sur 200 m puis grimper à droite le sévère raidillon qui mène à la conduite qui alimente en eau potable Toulon.

S'engager sur le sentier en sous-bois qui longe cette conduite. Déboucher

sur une piste, poursuivre à gauche. A l'intersection suivante prendre à droite la piste qui s'élève dans le Défens. Dans le premier virage laisser cette piste et poursuivre à gauche dans la clairière, trouver un sentier parfois pierreux qui grimpe dans les pins et les chênes. Garder ce sentier qui rejoint en quelques lacets le site de la tour du Faucon.

Cette tour dite "à éperon" date de la fin du XII<sup>ème</sup> siècle ou du début du XIII<sup>ème</sup>. Haute de près de presque 13 m, elle faisait fonction d'avant-poste de guet et permettait de surveiller toute la plaine. Le seigneur de Puget Vilo au XIV<sup>ème</sup> siècle, Faucon de Glandevès lui aurait donné son nom. Unique dans le Var, elle est hexagonale à l'extérieur et pentagonale à l'intérieur. Au pied de la tour, se trouve un réduit défensif.

Profiter de la jolie vue sur la plaine viticole du Puget-Ville, des Maures aux monts Toulonnais. Table de pique-nique.

Poursuivre sur 300 m l'ascension du Défens par la piste qui épousé l'éperon. Prendre à droite un sentier en sous-bois de chênes verts qui descend abruptement dans l'ubac du Défens.

Rejoindre la piste de la Font du Luc, puis l'intersection avec le chemin de Thèmes.

Par le même parcours qu'à l'aller en traversant le Hameau de la Foux, retrouver votre point de départ, le parking Louis Martin.



**Parking**

Parking Louis Martin.

**Balilage jaune**

**Dénivelé :** 365 m



**Avertissement**

Descente abrupte dans le Défens de la Tour.

**En chemin :**

- Hameau de la Foux (XVI<sup>e</sup>)
- Tour du Faucon (XIII<sup>e</sup>)
- Panoramas

**Nota**

Sentier créé par le Département du Var au sein de l'Espace Naturel Sensible "Tour du Défens" inscrit au PDIPR.

