

## **Da Mentone a Arles : sul Cammino di San Jacopo in Francia Variante da Le Val a Puyloubier verso il Plan d'Aups-Sainte Baume**

### **Da Le Val a Brignoles : 3km ; 0,45mn ; Cammino di San Jacopo GR653A**

Dall'angolo della **Avenue Frédéric Mistral**, si segue la strada **D224** all'Ovest fino la rotonda di fronte alla cooperativa viticola poi a sx la **strada D554** verso Brignoles. All'angolo di **Treize Raïs** si segue la strada bianca a dx ; al bivio, si sale a sx un sentiero malandato ; si le lascia e si segue a sx un sentiero (Ancien Chemin de Brignoles à Grasse). Il sentiero corta la pista del **Gazoduc** poi scende verso l'Autostrade A8 ; si costeggia l'autostrada a dx poi si traversa il ponte sopra l'A8 (**Chemin des Adrets**) che si segue fino l'incrocio con la Circonvallazione Nord di **Brignoles**

*Si posso raggiungere il centro città di Brignoles seguendo l'**Avenue Jean Moulin** per la **Place de l'Europe***

*-Office de Tourisme Intercommunal de la Provence Verte : 04 94 72 04 21*

*-Accoglienza pellegrina : 06 17 10 24 48*

*La **Via Aurelia** attraversa Brignoles, Città di Conte di Provenza nel Dodicesimo ; in questa città, c'è un ricco patrimonio : stradelle, piazze, palazzi antichi ; e la Capitale del Centro-Var, nella ricca pianura del fiume Carami ; e, ora, un importante centro agricolo*

*Per incontrare, di novo, l'itinerario, si segue la **Rue de la République**, fino il **Chemin de Ceinture***

### **Da Brignoles a « Hameau de Cencies » : 5km ; 1,30ora ; Cammino di San Jacopo GR653A**

Alla rotonda della « **Rocade** » (Circonvallazione), si continua Sud sull' **Chemin des Adrets** poi, diritto sull'**Chemin de Ceinture** che passa sopra la circonvallazione e costeggia una ferrovia all'Nord della strada RN7 poi si raggiunge un bivio all'altezza del paesello «**Hameau de Cencies** »

### **Da Hameau de Cencies a Tourves : 6km ; 1,35 ora**

Si continua sull' **Chemin de Ceinture** ; (**Attenzione** :2,5km piu lontano, **separazione del GR653A-GR99 Cammino di San Jacopo e della Variante GRP « Boucle de la Sainte Baume ; continuare diritto colla segnaletica gialla i rossa**) fino l'arrivata a **Tourves** sulla **Rue Rouquière** che si segue fino la **Place de la Mairie**

*Disopra del paese ci sono le rovine del **Castello di Valbelle** con un'architettura complessa : colonne greche, obelisco (Palazzo edificato nel diciassettesimo) dove il Conte di Valbelle accoglieva il « **Tout Paris** » della époque.*

*Alla sommità della collina, all'Sud del paese, una cappella fù costruita sul sito dove **Saint Probase**, uno dei 72 discipuli del Cristo finisce la sua vita all' **Primo Secolo** (Reliquie nella chiesa parrocchiale del paese)*

### **Da Tourves a Rougiers : 7km ; 2 ore**

Dalla **Place de la Mairie**, si continua a sx la **Rue Sadi Carnot** che si continua sulla **Rue Paul Rougiers**. Si passa sotto la strada RN7 e si segue il antico **Chemin de Marseille** che raggiunge la strada **D1** che passa sopra il **Canal de Provence**. All'incrocio, si gira a sx sulla strada **D64** ; dopo di 400m, si segue a dx il **Chemin Rural de Rougiers à Tourves**. Si

arriva a **Rougiers-Pays Haut** ; si contorna una cappella e si arriva a un incrocio ; si scende a dx al centro del paese

*Sulla collina disopra del attuale paese di Rougiers, ci sono rovine del Castrum Saint Jean (600m d'altitudine). Questo antico paese medioevale fu occupato dal Undicesimo Secolo e fino il Quattrocento. C'era un castello circondato con un recinto ; giù era il paese medioevale. Una cappella fu edificata nel centro delle rovine nel 1860 per commemorare la vittoria di Solferino dopo che la « Garde Imperiale » si fermo nel paese nel 1859*

### **Da Rougiers a Quatre Chênes : 4,3km ; 1,15 ora**

Dall'incrocio, si segue all'Sud la **Rue Sainte Anne** poi all'Ovest l'antica **Grande Carraire de la Ciotat**. Il cammino sale attraverso il bosco per arrivare all'area di picnic di Quatre Chênes (Tavole, panchine, sorgente e stagno)

### **Dai Quatre Chênes all'Hostellerie de la Sainte Baume : 7,2km ; 2 ore**

Si segue un sentiero Nord-Ovest ; arrivato a un incrocio, si gira al Sud ; si traversa una strada bianca poi una stradella forestale. Dopo, bivio : si continua all'Ovest ; si attraversa di novo la strada forestale. Il sentiero continua all'Ovest, parallelo alla strada **D95** ; si raggiunge, dopo di 4km, il **GR9**. Si passa di fronte all' **edicola di Miette** poi si segue il GR fino l'**Hostellerie de la Sainte Baume**

*L'edicola di Miette e uno dei 7 edicole costruiti nel 1516 con l'arcivescovo di Arles, sul « Chemin des Roys » (Cammino di ré) ; la sua denominazione esatta e « Sainte Marie Magdeleine à Béthanie »*

*Accoglienza all'Hôtellerie : 04 42 04 54 84 (6 dormitori+ camere ; credenziale ; prenotare)*

### **Tragetto proposto alla Sainte Baume :**

#### **Da Hôtellerie de la Sainte Baume a La Grotte de Sainte Marie Madeleine : 2Km ; 40mn**

Dall'Ostelleria, seguire ad est poi salire fino alla Grotta sul GR9

*Si dice che Santa Maria Maddalena ha vissuto per piu di trenta anni in quella grotta, situata sulla fascia Nord della scogliera, pregiando. Dal Decimo Secolo e un importante luogo di pellegrinaggio. Furono qui, Re, Regine, Papa o pellegrini anonimi ; La Sainte Baume e la Sagrata montagna della Provenza ; lungo il cammino della grotta, ci sono qualche edicole del Cinquecento con i segni dei « Compagnon du Devoir » che finiscono qui il loro Giro di Francia.*

#### **Dalla Grotta di Santa Maddalena a Plan d'Aups : 5km ; 1,20 ora**

Si scende fino all'incontro con il GR9

Si segue a sx il cammino di **Plan d'Aups à Signes** che va a costeggiare la **Ferme des Giniez**. Si prende al Nord l'**Allée des Béguines**. Si gira a sx sull'**Allée de Mazaugues** ; la si segue su 900m poi si prosegue a dx verso l'**Allée de Cantons** e, subito dopo a sx il **Chemin de la Morguette**. In fondo, salire sull'**Allée des Pins Verts** fino alla strada **D80**. La si attraversa e si prende di fronte l'**Allée de Saint Jaume** fino alla piazza della **chiesa parrocchiale Saint Jaume**. (*Chiesa Romanica del Decimo Secolo consacrata da San Jacopo il Maggiore*)

Office de Tourisme : 04 42 62 57 57

Accoglienza pellegrina : 06 88 82 88 54 (Telefonare dapprima)

Tornare all'Hostellerie sul stesso cammino in senso inverso , ma, subito dopo della Ferme de Geniez, proseguire a sx

### **Da Plan d'Aups a Saint Zacharie : 15km ; 4 ore**

Su GR9, a partir de l' »Hostellerie », tornare all'**Oratoire de Miette** ; si continua sul'**Chemin des Roys** (NB : un poco dopo e l'incontro GR9-GRP ; a partir di quello punto, la segnaletica e doppia : GR bianco e rosso, GRP »Sainte Baume » giallo e rosso) ; si traversa la strada D80 e, subito dopo a sx, si scende un sentiero a dx (Due edicoli). Arrivato al bivio di separazione GR9-GR9A, si continua a sx sul GR9 e si segue costeggiando il rio **Huveaune**. Tra 1km dopo il **Gué des Fauvouillères** (Guado), arrivato all' **Ubac de la Moure**, si sale a sx tra il bosco ; 700m dopo (Bivio), girare a sx ; 300m dopo, incrocio : si continua diritto su sentiero (Riquadro « La Mourre ») ; 400m più lontano, incrocio con una pista Nord-Sud ; il GR-GRP continua tutto diritto ; sul crinale, si scende a dx subito dopo il riquadro « Piste de la Mouère » (NB : all'incrocio scorso, la pista di dx , fuori del GR, incontra, 700m dopo, un incrocio ; seguendo il ramo di sx, 500m dopo, incontro con il GR ; quello tragetto e un raccorciato più facile ma, non possiamo consigliare un tramo non-GR ; il pellegrino seguendo quello tragetto impegna la sua responsabilità)

Il GR lascia la pista e scende, su sentiero ripido fino l'incontro con una stradella. Si la traversa ; subito dopo, incontro del GR9-GRP con il GR9A. ; all'incontro, girare a sx ; Qui, ci sono le prime case di **Saint Zacharie**. Proseguire sull'**Avenue Jean Moulin** fino la **Route de la Sainte Baume**. Si gira a dx, poi, ancora a dx, successivamente sul **Boulevard Pie de Castres**, a sx **Rue Hoche**, a sx **Rue de la République** fino la **Place de l'Eglise (Saint Jean Baptiste)** poi la **Place Gabriel Péri**. Seguire di fronto, a dx, l'**Avenue du 11 novembre**, inizio della strada **RD85, Route de Trets**

Office du Tourisme : 04 42 32 63 28

### **Da Saint Zacharie a Trets : 10km ; 3,30 ore**

Seguire la **RD85** sù 1km ; subito dopo di un'antica fabbrica di ghiaia, lasciare la strada D85 : si prosegue, di fronto, sul **Chemin du Déguier** ; 200m dopo, si segue a sx la strada verso **Le Cantissier** ; 1km dopo, riquadro segnaletico : salire a dx un sentiero nel bosco verso la vallata « du Fenouilloux » ; arrivato ad una piccola scogliera, traversare il torrente (secco) a sx e salire il sentiero di dx (Attenzione : parecchie sentieri : seguire la segnaletica sul suolo). 1km dopo della scogliera, bivio di sentieri : seguire a dx. Subito primo l'arrivata a **Saint Jean Du Puy**, riquadro del « Conseil Général des Bouches du Rhône » : girare a dx

*L'Eremo di Saint Jean du Puyfu fondato nel Secolo Quattro con Saint Cassien. Fu occupato con i Monaci Cassianites dal Quattrocento ; appartenne al vescovato di Marsella. Parecchi eremite vissero qui fino nel Rivoluzione del 1789 ; dopo, fu venduto come « Bien National ». Dal 1793, l'onomastico di Saint Jean è celebrato con solennità all'Eremo (Capilla romana, « Refuge Léon Baille » : accoglienza semplicissima per pellegrino in autonomia completa). Accanto, (A Nord) torre con tavola di orientazione e panorama bellissimo : Sainte Victoire, Monts Aureliens, Montagne de Lure, Alpes, e sull'altipiano più giù, la Città di Trets. A sud, panorama sulla Sainte Baume.*

Dalla capella, seguire uno dei due sentieri paralleli che giungono un po' piu lontano ; passare un arco di pietra alla uscita Nord del sito. Si continua il GR sulla pista e, 500m dopo, si la lascia per scendere a dx (Edicola). Si giunge una chiusa a dx lungo un campo; si passa una porticina e si segue , nell campo, la chiusa fino un'altra porticina di uscita nel campo che si passa per proseguire sul sentiero (Edicola). Si arriva all'ingresso di **Trets** ; si scende il **Chemin de Saint Jean** poi la **Rue Cambon** fino alla **Cité Médiévale** ; si la traversa seguendo successivamente la **Rue Verriers**, si costeggia l'**Eglise Notre Dame de Nazareth** sulla **Place des Héros et Martyrs de la Résistance**, la **Rue Lemée**, la **Rue du 1<sup>er</sup> Mai**, la **Place du 14 juillet** di fronto del municipio (Mairie) poi, a sx, l'**Avenue Mirabeau**. Alla rotonda **Rond Point des Français Libres**, si segue la 2da uscita a dx, si traversa la ferrovia poi la strada e si esce di Trets

Office du Tourisme : [tourisme@ville-de-trets.fr](mailto:tourisme@ville-de-trets.fr) 04 42 61 23 75

Parrocchia : 04 42 29 20 11

Chambres d'hôtes : « Closerie de l'Etoile » 04 42 61 36 86 [stephane.daguerre@wanadoo.fr](mailto:stephane.daguerre@wanadoo.fr)

Chambres d'hôtes : « Vallée de l'Arc » 04 42 61 46 22 [contact@hotel-valleedelarc.com](mailto:contact@hotel-valleedelarc.com)

**Trets** : città di 10000 abitanti ; vigneto di Côtes de Provence-Sainte Victoire ; pellegrinaggio a Saint Jean du Puy il primo di maggio

*Storia* : -120 avJC, victoria del generale romano Marius verso i Teutones e Cimbres sul l'altipiani di Pourrières

*Presenza dei monachi di Santo Victor Marsella) nel undicesimo secolo (Chiesa di Sainte Marie de Nazareth e un monastero*

*Costruzione del castello nel dodicesimo secolo e degli mura nel Duecento*

*Nel Trecento, il papa (Avignon) Urbain V fonda un « Stadium » (Colegio pontificale di giurista) ; anche esiste una comunità ebrea*

*Guerre nel Cinquecento (Carlo Quinto ) e guerre di religione*

*Nel seicento, conerie e fabbriche di panno*

**Da Trets a Puyloubier : 11km ; 2,45 ore**

Seguire la strada **RD58** a sx, poi la strada di **Rousset** a dx sù 200m ; si la lascia a dx e si continua su **Chemin de Bonnafoux** ; 2,5km piu lontano, passare sotto l'autostrada A8 ; si continua a un cammino costeggiando l'autostrada sù 200m ; si gira a dx e si continua un altro sentiero a Nord, nei campi. Si traversa il paesello di **Cadenet** tutto diritto e si arriva, poco dopo, sulla strada **D7** ; si la segue a dx sù 1,5km fino la strada **RN7** ; si la traversa e la segue a sx sù 300m poi si la lascia per seguire a dx una piccola strada asfaltata verso il « Château Gassier » ; si lascia a dx (e a distanza) quello « Château » : si continua diritto ; 500m dopo, si gira a dx e si segue un cammino di terra passando accanto di una casa ; si prosegue quello cammino a Nord fino una stradella asfaltata che si seue a sx fino la strada **RD57b** ; si segue la strada a dx su 2,5km fino l'incontro con il **GR653A** subito primo l'ingresso di **Puyloubier**. Si continua a sx il **GR653A** (lasciando il **GR9-GRP Ste Baume**) sul **Chemin de la Jaumade** proseguendo, ora, il **Cammino di San Jacopo**