



*ASSOCIATION PROVENCE-ALPES-COTE D'AZUR-CORSE
DES AMIS DES CHEMINS DE SAINT JACQUES DE COMPOSTELLE ET DE ROME*

Guide du chemin Menton-Arles

GR 653 A Via Aurelia

d'Arles à Menton (vers Rome)

*4ème partie : parcours dans les Alpes-Maritimes,
du col Notre-Dame à Menton*

Généralités : Le présent guide en ligne comprend 4 parties : 1) Présentation 2) Les Bouches du Rhône, 3) Le Var et la variante de la Sainte-Baume, 4) Les Alpes-Maritimes.

- Les cartes présentées sont approximativement à l'échelle 1/25.000 ème, 4 cm sur la carte représentent donc environ 1 km sur le terrain.
- Les cartes sont réalisées à partir du Géoportail, émanation de l'Institut National de l'Information Géographique et Forestière. Nous devons à la mission de service public de l'IGN le droit de reproduire gratuitement ces cartes, nous les en remercions.
- Le GR étant, le plus souvent, déjà indiqué et tracé en rouge sur la carte, il est ici simplement distingué par des pictogrammes représentant une coquille St-Jacques, les cercles rouges reprennent le découpage kilométrique placé en tête du texte.

Balisage : Comme tous les GR, le 653 A est balisé en rouge et blanc. Dans sa traversée des Alpes-Maritimes, il croise d'autres GR et cohabite très souvent avec le GR 51, étudiez bien la carte afin de ne pas les confondre ! Le balisage « jacquaire » devrait vous faciliter la tâche.

Mises à jour : Des mises à jour régulières sont effectuées sur les pages de ce guide. Les pages sont; soit totalement refondues, soit annotées par des « notes-bulles » jaunes. Il vous suffit de placer le curseur de votre souris sur la bulle pour prendre connaissance de l'information.

Hébergements : Ne sont indiquées dans ce guide que les coordonnées des offices de tourisme et des gîtes pèlerins, religieux ou autres, la liste complète des hébergements est bien trop longue pour figurer ici. Vous pouvez la consulter et l'imprimer dans l'onglet « hébergement » de notre site internet : www.compostelle-paca-corse

Lecture : le document est un PDF, il est possible d'agrandir la page en utilisant les signes + et – se trouvant sur le bandeau supérieur. Attention, un trop fort grossissement affectera la netteté de la carte.

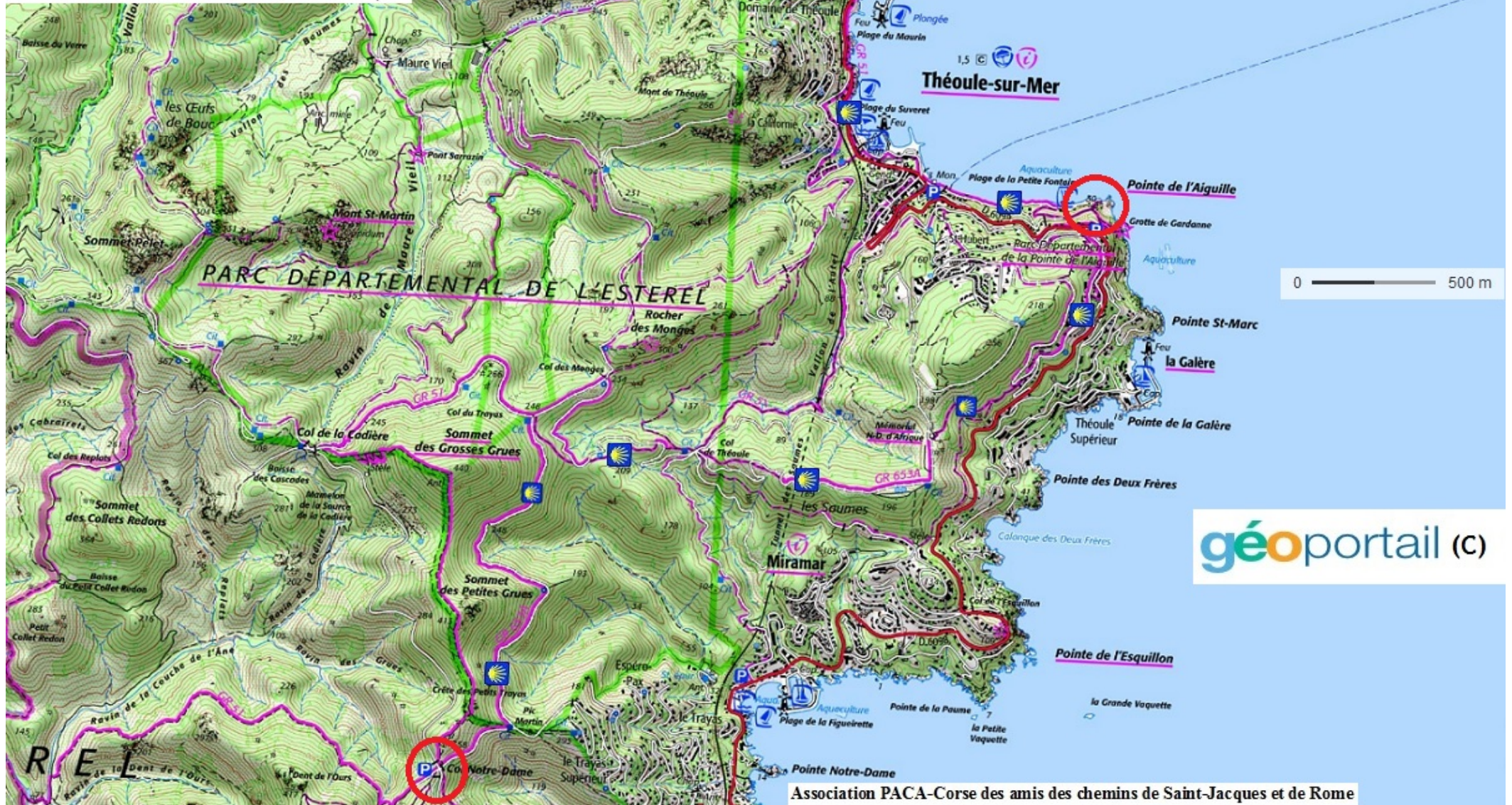
Si vous souhaitez naviguer en direct sur les cartes de l'IGN, connectez vous à : <http://www.geoportail.gouv.fr> puis, cliquez en haut à gauche sur le carré bleu « cartes » puis sur « cartes IGN classiques ».

Impression : Pour imprimer les pages du guide cliquez sur le figuratif imprimante à gauche dans le bandeau supérieur. Dans la partie « pages à imprimer » sélectionnez « tout » si vous souhaitez imprimer la totalité de ce document; ou bien « pages » en indiquant dans la fenêtre correspondante les pages que vous voulez imprimer séparées par une virgule (4,6,9....) puis cliquez sur « imprimer » en bas à droite.

Les pages s'impriment au format 21 X 29,7 paysage, si vous souhaitez changer de format cliquez sur le logo de l'imprimante, puis sur « mise en page » en bas à gauche, il vous suffit ensuite de choisir l'orientation portrait ou paysage et la taille souhaitée dans le menu déroulant correspondant.

En cas de difficulté, vous pouvez faire appel à une boutique de photocopie et d'impression numérique qui vous réalisera un document « sur mesure » à partir de notre site.

Vous pouvez également vous procurer notre guide sur papier en vous rendant sur la boutique de notre site (activités/boutique)



10 – du col Notre-Dame à la pointe de l'Aiguille : 8 km, de la pointe de l'Aiguille au château de la Napoule : 4 km Total : 12 km

Descriptif vers Rome :

Sur le parking du **col Notre-Dame** (Alt 324), passer la barrière DFCI ; il y a ici séparation du GR51 et du GR653A: ne pas prendre en montée à gauche; le GR653A descend la DFCI LD64S01, dite DFCI les Grues, « col Notre-Dame au pic Martin ». 200 m après, carrefour de pistes, on quitte le Var et on entre dans les Alpes-Maritimes, prendre à gauche en descente « col du Trayas - Théoule » (DFCI LD64S01) « piste des Grues » jusqu'au panneau DFCI LD64S15 ; peu avant ce panneau, situé à gauche et où figure un balisage du GR51 qui monte, quitter la piste principale pour un sentier raviné et caillouteux avec descente marquée à droite (épingle à cheveux). Arrivée sous une ligne électrique sur une piste plus large ; ne pas aller à gauche. Très près, le GR quitte la piste principale pour monter à travers bois ; cependant, la piste est plus aisée et plus courte ; elle rencontre à nouveau, 200 m après, le GR qui la traverse; quitter alors la piste pour dévaler à gauche sur un chemin raviné et pentu qui arrive à une rencontre de 5 pistes au col de Théoule ; prendre la piste des Saoumes qui monte : panneau indicateur « Notre-Dame d'Afrique »; aux bifurcations continuer à prendre la direction « Notre-Dame d'Afrique » puis N 98 ; arriver à la statue de Notre-Dame d'Afrique; laisser la piste qui monte à gauche; en face de la statue, monter un petit escalier qui mène à un sentier qui part à droite et descend en direction de « allée des Eucalyptus - Théoule/Mer ». 500 m après, le sentier arrive sur une piste qu'on prend à gauche, rapidement goudronnée et qui passe entre des villas (allée des Eucalyptus) et qu'on suit jusqu'au bout ; prendre ensuite la rue Abel Baillif à gauche et la suivre jusqu'à la D 6098; traverser cette dernière et remonter à droite sur 300 m ; quitter alors la D 6098 juste avant un parking à gauche de la route pour descendre sur sentier en escaliers qui descend en sous bois dans le parc naturel départemental de la pointe de l'Aiguille. A la 1^{ère} bifurcation, descendre à gauche; à une bifurcation suivante, « sentier de découverte » (borne avec plaque émaillée représentant un crabe), **pointe de l'Aiguille**.

Prendre à gauche en évitant le sentier découverte; nouvelle borne avec le crabe; descendre à droite les escaliers. Arrivée sur la plage (snack-bar): suivre à gauche la petite route goudronnée longeant le rivage (*statue moderne de femme à l'enfant*); suite à une chicane on arrive dans un premier parking à Théoule. Traverser plus loin le parking de la place Charles Dahon et continuer à longer la mer jusqu'au port de Théoule; tourniquet; Capitainerie; peu après, quitter le bord de mer juste avant une barrière électrique de sortie du port et monter à gauche (chicane) jusqu'à la D 6098 qu'on suit, à droite. Passage devant la gare de Théoule ; longer la voie SNCF (*statue moderne : Tête de femme puis temple « grec »*); passage au dessus de la ligne SNCF; juste après le panneau de sortie « Théoule », quitter la D 6098. Descendre et entrer au port de la Rague en passant sous le pont de la voie ferrée. Continuer le long du littoral et prendre le sentier « plage de la Rague vers le rocher des Pendus-port de la Napoule ». Plages successives ; à une plage avec galets, montée en escaliers puis le sentier passe au dessus de falaises. Arrivée sur la plage de la Raguette proche du château de la Napoule; passer le long de la plage « sous » **le château de la Napoule**. Après celui-ci monter quelques escaliers et atteindre la D 6098.

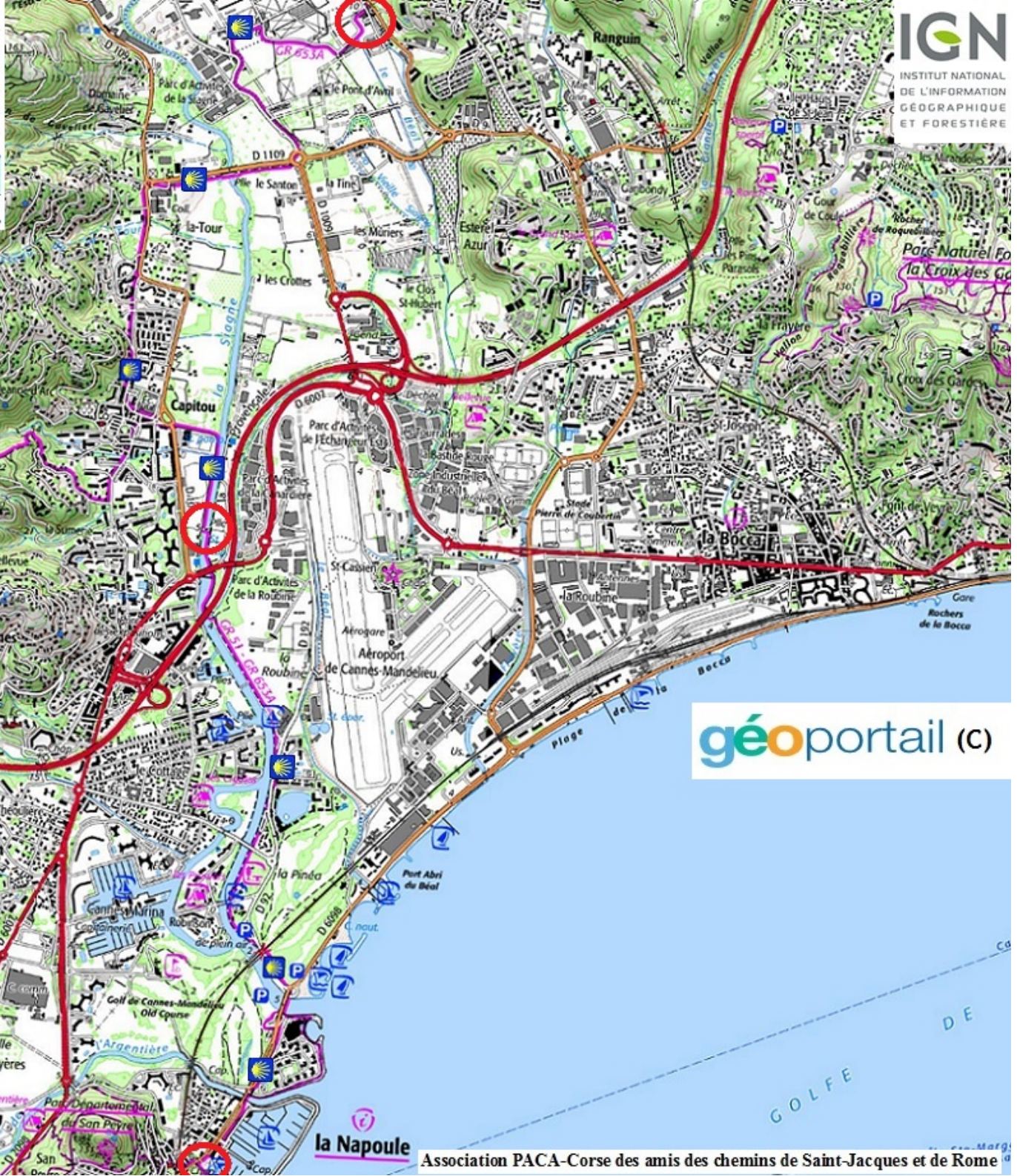
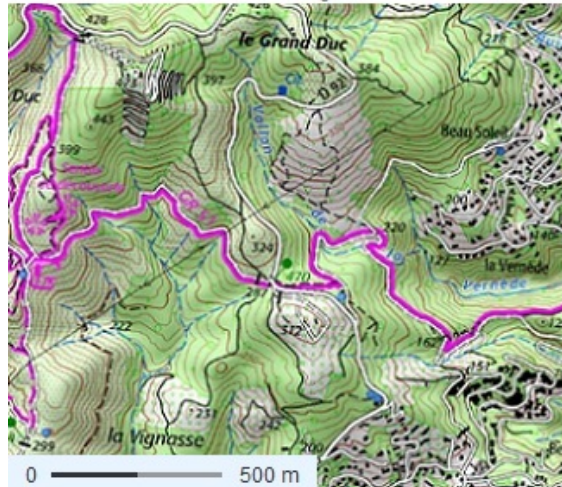
Patrimoine :

Théoule : Église Ste Germaine.

Parc naturel de la pointe de l'Aiguille : Rouge flamboyant des roches d'origine volcanique plongeant dans le bleu intense de la mer, collines ondulantes recouvertes d'un maquis clairsemé. Cette zone naturelle d'intérêts écologique, faunistique et floristique abrite près de 34 espèces animales d'intérêt patrimonial où l'on retrouve notamment des populations de cerfs élaphe, de chauves-souris comme le Molosse de Cestoni et d'oiseaux tels que la Fauvette méditerranéenne, le Tichodrome. Il est également possible de croiser des rapaces: le Circaète Jean-le-blanc, le faucon pèlerin, le hibou Grand-duc d'Europe et le hibou Petit-duc. Les formations boisées sont en grande partie représentées par le peuplement de pins maritimes. Une forêt de chênes lièges, ayant résisté aux incendies successifs, s'étend du vallon frais de Maure Vieille au sud du mont Saint Martin, où l'on constatera la présence à la fois de chênes verts et de pins maritimes.

Hébergement

Théoule : Office de tourisme, 04.93.49.28.28 ; Villa Saint-Camille, accueil pèlerin, 04 92 97 36 36, resa@villasaintcamille.org, prendre contact à l'avance.



09 – du château de la Napoule à la passerelle sur la Siagne : 4 km, de la passerelle sur la Siagne au chemin de l'Abadie : 4,5 km Total : 8,5 km

Descriptif vers Rome :

Après le **château de la Napoule** monter quelques escaliers et suivre la D 6098 à droite (large trottoir + piste cyclable) ; passer devant le port avec embarcadère pour les Îles de Lérins (statue moderne « Mémoire de la Mer ») Passer sur le pont au dessus de l'Argentièrre, suivre la berge gauche de cette rivière jusqu'à son embouchure (sentier cimenté) puis suivre la plage jusqu'à l'embouchure de la Siagne; passer sous le pont routier, puis entrer dans un parking et suivre vers la gauche pour arriver à la D 6098 et passer sur le pont au dessus de la Siagne, trottoir de gauche; descendre la berge est de la Siagne en direction du pont SNCF. Prendre juste après un sentier cimenté longeant la Siagne; passer sous une passerelle, puis traverser le ber de mise à l'eau d'un port de plaisance sur berge et continuer toujours à remonter le long du fleuve côtier (ne pas prendre une passerelle franchissant la Siagne) ; passer sous l'autoroute puis sous la D 6007 (ex RN7). A une bifurcation du sentier, continuer à gauche le long de la Siagne (terrain de football à droite). Traverser une **passerelle en dôme au dessus de la Siagne**.

Tourner à droite (terrain de rugby et stade d'athlétisme) jusqu'à un ruisseau qu'on suit à gauche, sur berge pour sortir de la zone sportive (parking sur la gauche). Arrivée sur une grande rue avec terre-plein central qu'on prend à droite vers le quartier du Capitou ; on arrive, au niveau d'un rond-point que l'on contourne par la droite et prendre la 2ème rue à gauche, direction « Capitou » qui monte légèrement ; suivre successivement la rue du Dr Escarras et la rue Boeri (à droite) ; rejoindre la D109 et la suivre tout droit vers Pégomas jusqu'à un collège et un rond-point; prendre alors la D 109 à droite, passer sur le pont des Santons sur la Siagne; au rond point suivant, contourner et prendre à gauche en direction Grasse – Pégomas - parc d'activité de la Siagne; arrivé à ce « parc » prendre à droite une route avec piste cyclable en déshérence; puis le **chemin de l'Abadie** bordé de fossés sans bas côtés qui serpente et passe sous des lignes électriques pour atteindre, à gauche, le chemin du Cravesan.

Patrimoine :

Mandelieu la Napoule: Capitale du mimosa (fête en février)

Fondation de l'Abbaye de Lérins au Vème siècle par Hilaire, successeur de St Honorat.

Construction du château de la Napoule au XIV ème siècle : détruit, il fut reconstruit au début du XX ème siècle par l'artiste américain Henri Clews (il abrite aujourd'hui une fondation d'art avec des œuvres de cet artiste).

Histoire de la Siagne :

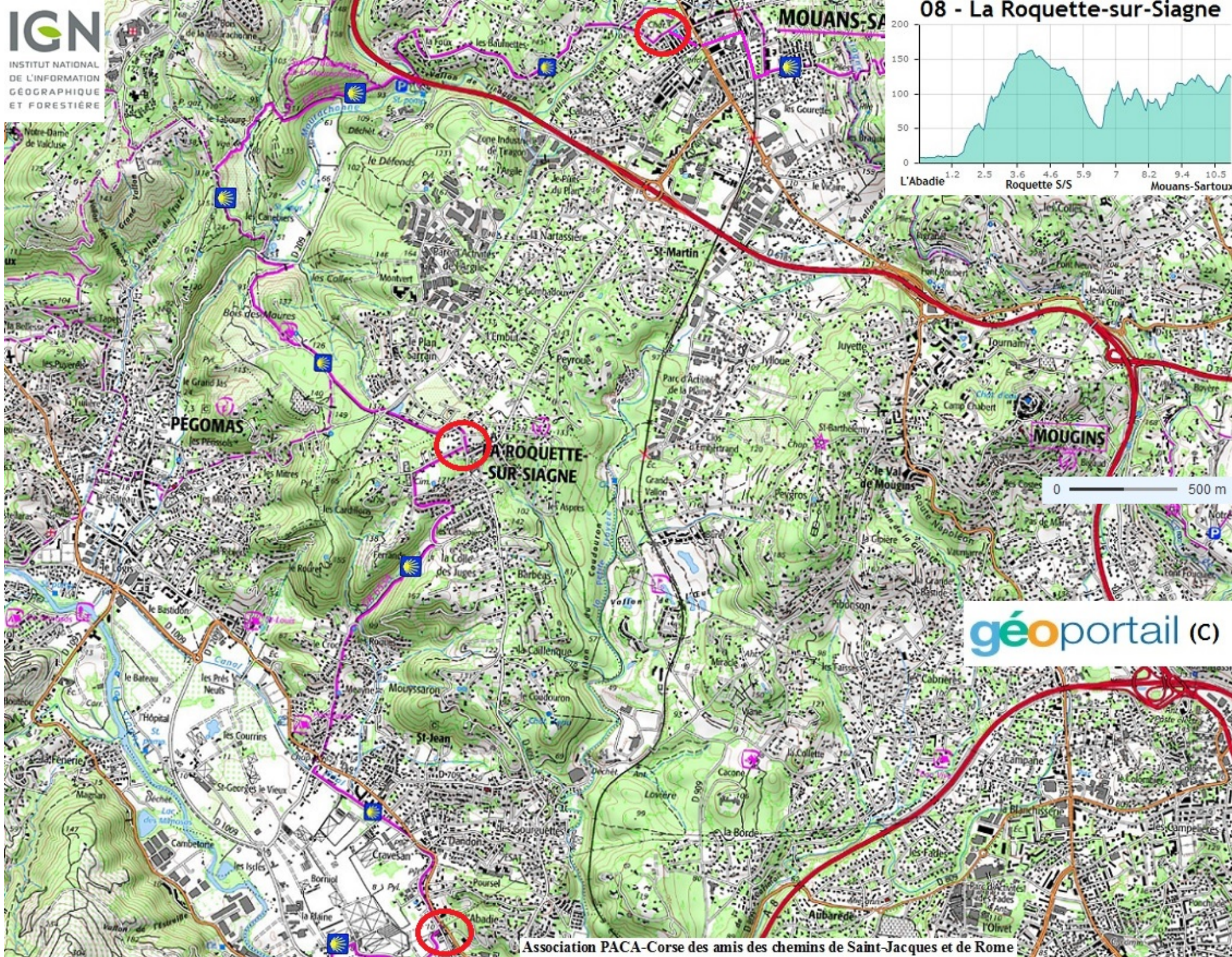
Au tertiaire, Oligocène, Stampien, la Siagne, comme beaucoup d'autres cours d'eau de la région coulait en sens inverse. On peut en observer la réminiscence dans la manière dont la Siagnole, le Miron et la Siagne de la Pare s'abouchent dans la Siagne: en remontant vers le nord ou vers l'est. Dans l'Antiquité, la Siagne s'appelait l'Apron. Du néolithique, il subsiste de nombreuses traces sous forme d'habitats fortifiés (oppidum), tumulus, tombes en bloc, grottes habitées, grottes sépulcrales.

Les Ligures, puis les celto-ligures laissèrent une série d'ouvrages monumentaux (oppidums). Le fleuve faisait la frontière entre les peuples des Décates, à l'est, et les Oxybiens, à l'ouest. De la période romaine, en plus des traces d'habitats éparses, l'aqueduc de Mons à Fréjus captant l'eau du Neissoun (source vaclusienne de la Siagnole) est le monument le plus important, et il est encore en service sur ses 7 premiers kilomètres.

Par la suite de nombreux moulins (appelés usines), à rouets puis à roue, ont été installés sur tout le cours de la Siagne, ses affluents et leurs sous-branches : moulins à farine, à olives, à foulon, à plâtre, des papeteries... seuls les moulins communaux de Mons-sur-la-Siagnole sont encore en état de fonctionnement après avoir été rachetés par leur meuniers. Du passé récent, on retrouve la trace de très nombreuses constructions en pierre sèche

Hébergement :

Mandelieu la Napoule : Office de tourisme, 04 92 97 99 27 et 04 93 49 95 31, accueil@ot-mandelieu.fr



08 – du chemin de l'Abadie à la Roquette-sur-Siagne : 4 km, de la Roquette-sur-Siagne à Mouans-Sartoux : 7 km

Total : 11 km

Descriptif vers Rome :

A la fin du **chemin de l'Abadie** prendre à gauche le chemin de Cravesan longeant le canal du Beal bordé d'un mur. Après 1 km 300 prendre à droite et traverser le Beal sur une route avec trafic notable ; on arrive à la chapelle Saint-Jean, place Pallanca. Contourner cette place, traverser la route D 9 et monter à droite le chemin des Roques, toujours tout droit (*au bout, oratoire Saint-Georges*) ; continuer tout droit en montée la piste empierrée du chemin de la Font des Borgnes avec peu après barrière DFCI jusqu'à une route goudronnée qu'on monte à gauche (zone habitée, boulevard des Floribondas) jusqu'à un cimetière au bout duquel on prend à droite le chemin des Cassiers, **la Roquette-sur-Siagne**.

500 m après, prendre à gauche le chemin du Lac, transformateur EDF « Rognone » Roquefort-les-Pins ; suivre alors à gauche le chemin des Deux Communes (début par une chicane puis entre des clôtures) . A la chicane de sortie, prendre à gauche ; traverser un terre-plain central; bifurcation de routes goudronnées : prendre celle de droite, bordée de rochers et la quitter immédiatement pour un sentier de terre en sous bois à droite ; longer des bornes de gaz à Haute Pression et des lignes électriques puis arriver sur une large piste gravillonnée ; longer à gauche un centre équestre et descendre la piste des Maures (en évitant la piste DFCI du Plan Sarrain) ; passer sous des lignes HT ; arriver à une route goudronnée à circulation notable (D 209) ; la prendre à gauche en épingle à cheval ; longer une station d'épuration, traverser un pont, quitter peu après la D 209 pour monter à droite la route goudronnée (DFCI LD 64 F8.3, piste du Tabourg) ; suivre la route goudronnée (le GR suit des raccourcis). Juste avant la route départementale Pégomas - Grasse, descendre à droite la piste des Aspres SS52 (*peu après, oratoire consacré au « Cœur Sacré de Jésus et au Cœur Immaculé de Marie »*) ; passer à proximité d'une maison forestière puis franchir en descente, une barrière DFCI et un radier. 200 m après, bifurcation : descendre à droite la piste des Canebiers. A la bifurcation un peu plus loin prendre la piste qui monte (piste de la Foux ESS105, DFCI) ; passer au dessus d'une grande conduite d'eau, descendre sur un parking de terre et arriver sous la route D 6185 dite « Pénétrante » ; prendre à gauche en montée la route (*attention à la circulation !*) vers Mouans-Sartoux ; tourner à droite ; monter sur goudron le chemin des Plaines puis à gauche le chemin de la Foux: toujours suivre la route goudronnée principale de la Foux en direction « château de Mouans-Sartoux » ; prendre ensuite le chemin des Bastions (à une bifurcation éviter à gauche le chemin des Lys) ; passer devant le domaine de Soucaous ; prendre enfin à gauche la traversée des Estournelle + château de Mouans-Sartoux puis la rue du Château; contourner , à droite, l'église et arriver à la place Jean Jaurès à **Mouans-Sartoux**.

Histoire :

La Roquette-sur-Siagne : C'est en 1026 qu'apparaît sur différents documents des moines de Lérins le terme de "Castrum Roquetta". Ce castrum est donné à l'abbaye par Aldebert, évêque d'Antibes. En 1109 Pierre Ismidon, seigneur du lieu, donne la « terre de Saint-Georges » à l'abbaye et s'y fait moine. Cette terre est nommée ainsi du fait de l'ancienne chapelle dédiée à Saint Georges. Entièrement détruite aujourd'hui, elle était située dans un quartier près de la Siagne, aujourd'hui appelé « Saint-Georges-le-Vieux ». Ce hameau était le lieu autrefois de criées annuelles et de dévotions célèbres.

En 1144, les moines construisent un prieuré ainsi que plusieurs fermes qu'ils louent à des paysans, premiers habitants sédentaires du village. Progressivement, l'abbaye de Lérins acquiert toutes les terres environnantes et, au XIIIe siècle, La Roquette est entièrement sous sa dépendance. Cependant, très vite, pillages, destructions et épidémies se succèdent. La Chapelle et le hameau avoisinant sont alors détruits en 1390 par les soldats du comte de Provence. Les habitants se réfugient alors à Cannes et se retrouvent cependant pour le pèlerinage annuel du 23 avril, fête de la Saint-Georges. Ils continuent uniquement à cultiver les terres, car l'insalubrité de la plaine de la Siagne les repousse. Situé sur des terres pauvres et boisées, mais sur un point culminant, le village actuel a été fondé au XVIIe siècle par des habitants qui fuyaient les brumes insalubres de la vallée de la Siagne, mais aussi les épidémies et les pirates. Il est aujourd'hui un endroit assez pittoresque où la vie s'articule autour de la place Jose-Thomas où se trouve l'église, la poste et les commerces.

Hébergement :

Pégomas : Point d'information tourisme, 04 92 60 20 70, point-info-tourisme@villedepegomas.fr La Roquette sur Siagne : Maison du tourisme, 04 92 19 13 43, tourisme@laroquettesursiagne.com ; A 300m du chemin du Lac, accueil pèlerin, selon disponibilité ; credencial obligatoire, participation aux frais, prendre contact à l'avance au 04 92 19 10 05

07 - Mouans-Sartoux



Mouans-Sartoux Peyniblou Roquefort-les-Pins



géoportail (c)



Association PACA-Corse des amis des chemins de Saint-Jacques et de Rome

IGN
INSTITUT NATIONAL
DE L'INFORMATION
GÉOGRAPHIQUE
ET FORESTIERE

07 – de Mouans-Sartoux au carrefour de Peyniblou : 5 km, du carrefour de Peyniblou à Roquefort les Pins : 10 km

Total : 15 km

Descriptif vers Rome :

Mouans-Sartoux, traverser la place Jean Jaurès en diagonale en direction de la poste; traverser l'avenue de Cannes, prendre entre la poste et un terrain de boules l'allée Lucie Aubrac, piétonnière, passer entre parking et terrain de jeux en direction de la gare SNCF; sortir du parking; emprunter, légèrement sur la gauche, le passage souterrain qui franchit la ligne SNCF. De l'autre côté, prendre à droite ; passer entre l'hôtel Ibis et la ligne SNCF, aller jusqu'au bout du sentier piétonnier puis tourner à gauche vers le rond point des Saurins, tout proche. Prendre le chemin des Saurins, en face, qui se dirige vers la colline. Au bout du chemin, panneau « Impasse »; ne pas prendre à droite le chemin du Bivouac; continuer sur l'impasse, tout droit, en rude montée goudronnée jusqu'au canal de la Siagne qu'on longe à gauche sur 100 m puis qu'on traverse à droite pour suivre un sentier herbeux en rude montée qui, 200 m après, aboutit à une petite route goudronnée qu'on suit à droite en montée (chemin du Haut Saurin); tout en haut, on arrive au chemin de Castellaras qu'on suit à droite jusqu'au chemin de Pinchinade qu'on prend, à gauche (grandes propriétés bordées de hauts murs avec caméras...) jusqu'au bout (oratoire peu avant la fin). Au rond point (restaurant « Bleu Lavande »), prendre à droite la 2^{ème} route (D 103) en direction de Sophia-Antipolis; la suivre sur 750 m puis prendre à gauche le chemin de Peyniblou, 600 m après **carrefour de Peyniblou** avec oratoire St Jean-Baptiste.

Prendre à droite l'impasse du clos de Brassat (circuit de Val Martin sur panneau du conseil départemental): c'est un chemin non carrossable qu'on suit sur 700 m jusqu'au chemin du Val Martin, goudronné, qu'on prend à gauche. 500 m après, prendre à droite la piste DFCI, piste de la Boyère, VAS85 (barrière en bois); suivre cette large piste (toujours rester sur la piste principale) qui serpente sur près d'1 km et, suivant en finale une courbe à gauche, arrive sur le carrefour avec une petite route goudronnée. Prendre à droite le sentier qui surplombe la route ; 100 m après, prendre le sentier bordé d'un mur en pierres sèches qui part à gauche de la route; rejoindre le ruisseau du Bruguet; passage sur gué aménagé; prendre à droite la direction « sentier du Bruguet - la Brague », longer le ruisseau vers l'aval en sous bois et le traverser sur une passerelle, le sentier, longeant alors le bord droit du ruisseau, s'élève ensuite. En haut de la côte, bifurcation : le GR descend à gauche, en pente raide et en zigzag avec rambarde de sécurité: *Attention, risque de glissade*. Au bas de la pente, nouvelle passerelle sur le ruisseau. Peu après, confluent avec la Brague : passer le ponceau en pierre, à droite et suivre la berge droite de la Brague. Le sentier s'élève peu après, en escaliers: bien suivre les balises au début de la montée, à la bifurcation (prendre la branche droite qui monte) puis descendre vers la rivière. Arriver au pont de la Verrière. Prendre à gauche la passerelle qui franchit la Brague puis, tout de suite à droite, le sentier qui descend en épingle à cheveux et passe sous le pont routier ; remontée à gauche en contrebas de la route D 604 à travers bois jusqu'au terrain de « bicross »

Le terrain de bicross est déboisé, en haut, le long de la D 604 ; longer le bois qui borde à droite ce terrain et prendre, en haut, le sentier qui serpente à droite ; à une bifurcation, prendre ensuite à gauche et aboutir à la D 4 à hauteur d'un abri bus ; suivre la route à droite, jusqu'au rond point de l'île Verte avec sa statue métallique « Alléluia » à 100 m ; continuer à droite vers Biot, et, juste après, traverser la route en face du panneau « domaine du Val d'Azur » et suivre le petit sentier aménagé longeant, vers celui-ci la clôture de l'école. Dépassée l'école, prendre à gauche la large piste empierrée en légère descente vers les lignes électriques HT ; suivre ces dernières sur 250 m. La piste s'incurve à gauche, devient sableuse, quitte les lignes HT et s'oriente vers le nord en montée légère. Au panneau CD (bifurcation) prendre à gauche la direction « Roquefort les Pins » sur un chemin serpentant en sous bois ; ne pas prendre la piste balisée jaune à son « tourne à gauche » ; passer un ancien portail ; la piste passe ensuite en surplomb d'une ancienne carrière et serpente en descente, ravinée en finale, jusqu'à un ruisseau qu'on passe à gué, 500 m après le gué, il franchit le ruisseau sur une passerelle en ciment étroite et sans garde fous, peu après, sur la droite, niche creusée dans un rocher (oratoire à la Vierge). On atteint les premières maisons de Roquefort les Pins et le sentier devient petite route goudronnée entre des villas, 300 m après les premières maisons de **Roquefort les Pins**, on arrive au carrefour de la D 2085 en face du « foyer de charité Maria Mater »

Patrimoine :

Valbonne : Abbaye Chalaisienne (« sœur » de Boscodon) ; chapelle Saint-Roch ; chapelle Notre-Dame du Bruscat (sépultures jacquaires).

Mouans-Sartoux, longtemps tournée vers l'agriculture et l'élevage du ver à soie : Église et maisons bourgeoises du XV^{ème} siècle, vieux lavoir. Château (fin XV^{ème}) actuellement centre d'art contemporain. Dans les anciennes écuries du château, musée rural sur la vie d'antan.

Hébergements :

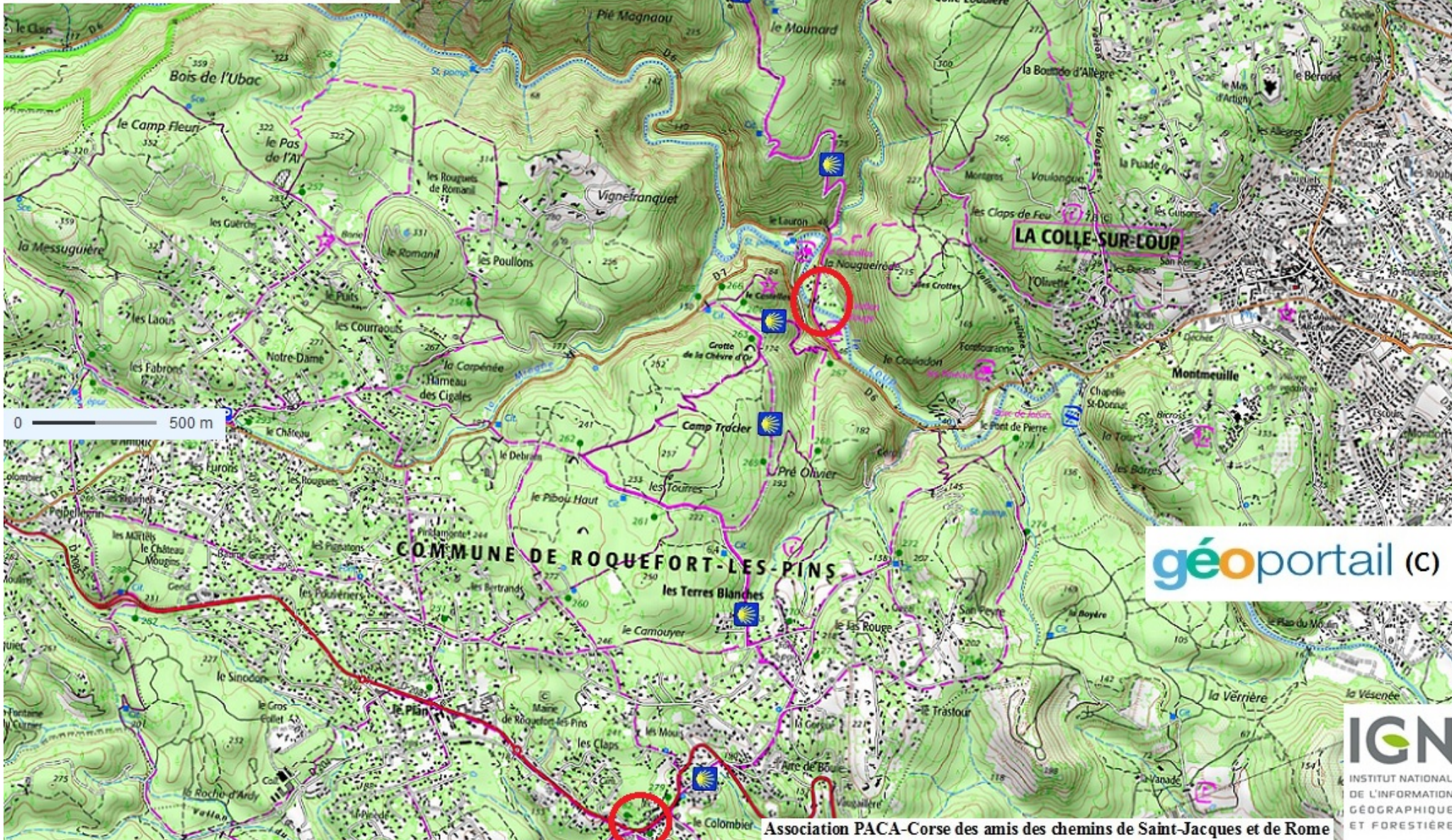
Mouans-Sartoux : Office de tourisme, 04 93 75 75 16, tourisme@mouans-sartoux.com

Valbonne : Office de tourisme, 04 93 12 34 50, office@tourisme-valbonne.com

06 - Roquefort-les-Pins



Roquefort Pont sur le Loup les Berguères



géoportail (c)



IGN
INSTITUT NATIONAL
DE L'INFORMATION
GÉOGRAPHIQUE
ET FORESTIÈRE

Association PACA-Corse des amis des chemins de Saint-Jacques et de Rome

06 – du carrefour de Roquefort les Pins (la Fumade) au pont sur le Loup : 6 km ; du pont sur le Loup aux Berguères : 5 km Total 11 km

Descriptif vers Rome :

Roquefort-les-Pins : au carrefour en face du « foyer de charité Maria Mater », prendre à droite la D 2085 sur 400 m. Au panneau « chemin de St Jacques de Compostelle et de Rome », prendre à droite et descendre le chemin de Font Cuberte, retrouver la D 2085 et la traverser pour prendre en face vers le chemin de la Gorgue, puis le chemin des Pierres Blanches, puis le chemin des Tourres. Le GR quitte l'asphalte et emprunte la piste Notre-Dame aux Terres Blanches, DFCI LD86A12. Peu après la barrière DFCI, laisser la citerne LD86A12 sur la gauche et, à la bifurcation suivante, prendre à droite la piste du Castellat, DFCI LD86A23, pendant environ 1 km. Dans la descente, 300 m après avoir passé une bifurcation venant du camp Tracier, on arrive à un poteau DFCI qui indique la D 7 tout droit. *Attention : prendre à droite en épingle à cheveux le chemin qui descend raide et rejoint la D 7.* Prendre à droite et, très vite, quitter la D 7 vers la gauche dans une épingle à cheveux quand elle rencontre la D 6 ; prendre celle-ci à gauche et atteindre, après 300 m, le **pont sur le Loup**.

Longer la rivière le Loup sur 400 m. Au confluent du Loup et du Clarel, prendre à droite la piste du Mounard, DFCI LD86D2.1, piste cimentée qui monte dur jusqu'à un lacet avec un puits couvert. Passer près d'une réserve d'eau DSL9. 200 m après, ne pas prendre la piste qui va à droite, mais continuer tout droit en montée et...50 m après, le GR quitte la piste principale et prend à gauche un sentier entre murs de pierres sèches, en sous-bois, tout d'abord en terrain plat puis en descente. Au bout d'1 km de sentier, passer devant une maison à gauche et déboucher sur la piste du Mounard qu'on suit à gauche sur 100 m. A la patte d'oie, sur la route goudronnée (route du plan Bouisson), descendre à droite le chemin du Cassan. Dans le vallon du Cassan, passage sur un pont (ruisseau à sec) : prendre à droite, passer la barrière et continuer sur une piste en gravillons pendant 200 m. Passer une autre barrière, puis poursuivre sur une route goudronnée en montée légère jusqu'à un carrefour au lieu-dit **Les Berguères**.

Histoire :

Roquefort-les-Pins : La présence de vestiges antiques (menhir, dolmen....) atteste que la commune était peuplée dès l'Age de Bronze. Roquefort-les-Pins se trouvant sur l'embranchement de la voie Aurélienne qui relie Pont-du-Loup à Grasse par Opio, c'est logiquement que les Romains y établirent un camp de repos à Notre-Dame de Canlache (Campo laxio).

Au XIIème siècle, Roquefort-les-Pins devient la propriété de l'abbaye des moines de Lérins. Pour faire face à ses dettes, le monastère revend le territoire en 1241 à la communauté de Saint-Paul.

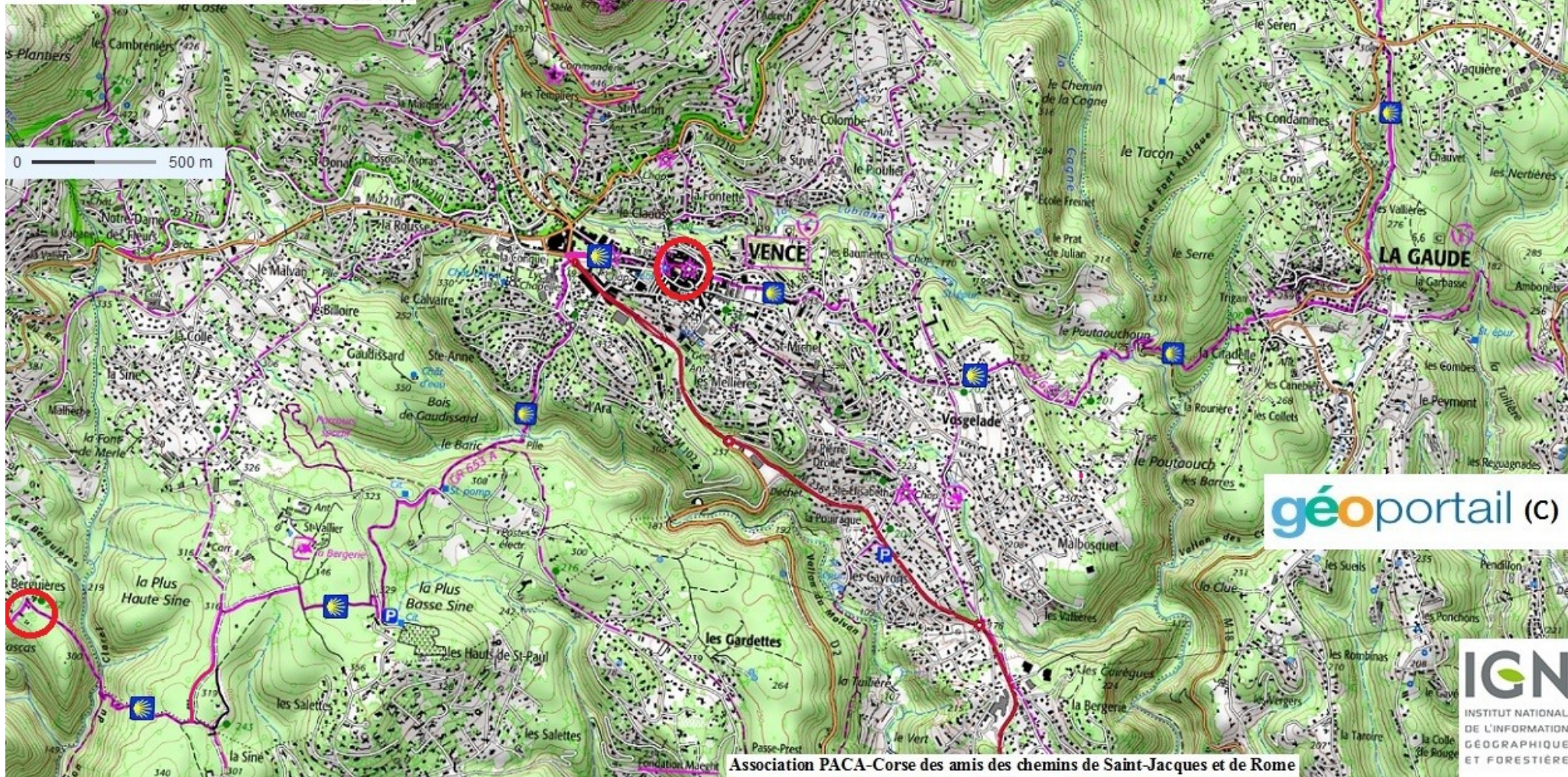
Jusqu'au XVIème siècle, Roquefort est restée inhabitée. En 1790, Roquefort, en se séparant de Saint-Paul, devient une commune qui compte alors 590 habitants. A cet égard, les ruines du château de Roquefort qui se trouvent au sommet de la colline du Castellat témoignent d'une résistance acharnée contre les tenants de Saint Paul.

Hébergement :

Roquefort-les-Pins : Office de tourisme, tél. 04 93 09 67 54, site : <http://www.ville-roquefort-les-pins.fr> ,

Accueil pèlerin : Foyer Maria mater, n°2780, Rd 2085 (route de Nice), tél. 04 92 60 30 00, site : www.mariamater.org, courriel : accueil@mariamater.org

05 - Vence



Association PACA-Corse des amis des chemins de Saint-Jacques et de Rome

05 - des Berguières à Vence : 6 km, de Vence à Les Camps : 7 km

Total : 13 km

Descriptif vers Rome

Au lieu-dit les **Berguières**, ne pas continuer sur la route qui tourne à gauche mais tourner à droite sur sentier entre deux maisons récentes et descendre en pente raide un sentier en sous bois dans le vallon du Clarel. Après 100 m, prendre à droite à une bifurcation et, en arrivant près du lit du Clarel, prendre à gauche. Juste après le passage du gué, quitter le chemin balisé jaune qui va à droite : monter tout droit (rude montée avec 2 à 3 raccourcis) ; 30 mn après, arriver à une clairière et une Piste DFCI P12 qu'on prend à gauche. Barrière DFCI. Arrivée sur une bifurcation en T : prendre à gauche et continuer tout droit ; au niveau d'un poteau en ciment, monter à droite (piste DFCI T3, Basse Sine) ; Panneau du conseil départemental : prendre vers Saint Paul, l'Ara, Vence ; continuer tout droit sur la piste principale. A un panneau DFCI T6 les Salettes, prendre à droite ; suivre une clôture et la contourner à gauche, 200 m après. Suivre alors un sentier caillouteux en légère descente ; arriver sur une petite route goudronnée ; prendre à droite et dans virage suivant, en épingle à cheveux, juste après un ponceau, un sentier qui descend à gauche. 800 m après, rencontre avec une route goudronnée qu'on suit à droite ; 300 m après, juste avant une citerne, prendre à gauche un chemin (chemin de Saint Paul, Vence, l'Area). A une bifurcation, prendre le chemin qui descend vers Vence, l'Ara. Franchir la passerelle sur le Malvan et remonter tout droit un rude chemin cimenté suivi d'une petite route goudronnée (chemin du Baric) amenant à la chapelle Sainte Anne à l'entrée de Vence (*Juste en face, calvaire et fontaine de la Foux...potable*). Prendre à gauche le boulevard Emmanuel Maurel jusqu'au rond point. Continuer par l'avenue Victor Tuby puis à droite l'avenue des Poilus puis l'avenue Henri Isnard jusqu'à la cité historique de **Vence**.

A la Place du Frêne, prendre à droite vers la porte du Peyra (*Poteau FFRP-GDF-Suez*) ; entrer dans la vieille ville ; à la place du Peyra, suivre la rue du Marché puis à gauche, la rue Alsace-Lorraine jusqu'à la place Clemenceau (*mairie et cathédrale*) poursuivre à droite par le passage Cahours, la rue de l'évêché puis la rue Saint-Véran. Sortir de la cité historique par la porte d'Orient ; suivre l'avenue maréchal Leclerc puis la quitter à droite sur la rue Alphonse Toreille jusqu'au « parc auto » ; traverser le parc du Stade ; prendre le chemin du Siège ; traverser le puits du Renard et prendre le chemin de la Gaude. Descendre sur une route goudronnée ; traverser un grand carrefour et monter tout droit le chemin de la Gaude (un peu plus loin, ne pas prendre le chemin de Malbosquet à droite). Arriver à un panneau du conseil départemental mentionnant le GR 653A (vallon de la Lubiane, GR 653A, La Cagne, La Gaude) ; suivre ces indications. Après le goudron, suivre une piste caillouteuse et atteindre la Lubiane ; la traverser (pont) puis traverser la Cagne. Le chemin caladé monte alors en escaliers et arrive à l'entrée de La Gaude par une rude rampe cimentée qu'on monte à gauche. Arrivée au panneau Via Aurelia, GR 653A, prendre cette direction par le CR 100 des Maires. Déboucher sur la D18, la traverser pour prendre en face la Via Aurelia passant près de l'écomusée « La Géode » ; au bout, tourner à gauche, monter une rampe puis des escaliers et arriver à un rond point à la sortie de La Gaude avec des statues métalliques représentant des musiciens. Descendre à droite dans le rond point, vers le chemin du Font de Ribe, chemin de Provence, St Jeannet, GR 653A d'abord en terre et en sous bois, aboutissant à une route goudronnée en impasse qu'on monte pour arriver à un croisement routier D 18-D 118 ; traverser la route et continuer vers St Jeannet ; 50 m après, descendre à droite le chemin de Font de Ribe, chemin de Provence, GR 653A (CR 36 et 39 du Font de Ribe et Vallons) qui aboutit à un sentier puis à une petite route qu'on prend à droite. Suivre ensuite les indications du GR 653A, chemin de Provence, les Trigands, St Jeannet, 600 m plus loin carrefour au lieu dit **Les Camps**.

Patrimoine

Vence : Ville ligure, puis médiévale, avec ses portes et sa cathédrale N-D se la Nativité rénovée au XI^{ème} siècle sur l'emplacement d'un temple romain. Nombreuses chapelles dont la chapelle du Rosaire conçue par Henri Matisse et celle des pénitents blancs. La place du Peyra est située à l'emplacement de l'ancien marché. Le frêne, sur la place du même nom fût, dit-on, planté par François 1^{er}.

La Gaude : Voie Aurélienne avec pierre milliaire gravée. Écomusée de la Coupole.

Hébergement

La Colle sur Loup : Office de tourisme, 04 93 32 68 36 ; Gîte St Jacques, 04 93 32 51 18

Tourrettes sur Loup : Office de tourisme, 04 93 32 68 36, ot.tourrettessurloup@atsat.com

Vence : Office de tourisme, 04 93 58 06 78 ; Paroisse de Vence, accueil pèlerin, 04 93 58 42 00 un ou deux jours avant.

La Gaude : Office de tourisme, 04.93.24.47.26

04 - Gattières



géoportail (c)

IGN
INSTITUT NATIONAL
DE L'INFORMATION
GÉOGRAPHIQUE
ET FORESTIÈRE

04 – de les Camps à Gattières: 3,5 km, de Gattières à Colomars : 5 km, de Colomars à la D719 : 5 km,

Total : 13,5 km

Descriptif vers Rome :

Au carrefour du lieu-dit **Les Camps**, prendre à gauche le chemin de Billoyre et, au carrefour suivant, à droite, le chemin du Château. Passer devant la petite chapelle San Peyre et continuer tout droit sur 500 m. Juste après des poubelles, prendre à droite un sentier qui descend pour atteindre la Gaudasse et la RD 2209 qu'on prend à gauche en montant. Faire 500 m et, juste après le panneau d'entrée « Gattières », prendre à droite l'impasse chemin Saint Michel, en descente, entre des maisons. En arrivant à un chemin empierré, monter tout droit pour arriver au chemin des Fontaines qui longe un lavoir à gauche. Monter jusqu'au village de **Gattières** pour arriver à un petit jardin public, une aire de boules et traverser le village par la rue Torrin-Grassi, la place Désiré Féraud (fontaine), la rue des Pontis débouchant sur la place des Ormeaux.

Prendre en face et en descente le sentier cimenté en escaliers vers la Manda (poteau du CD pont de la Manda, Colomars). Ce sentier arrive au chemin des Condamines Supérieures qui débouche sur une route goudronnée qu'on traverse au niveau d'un pont avec à droite une fontaine. Continuer à descendre sur une piste de terre à gauche de la fontaine, qui entre en forêt. Cette piste arrive en bas au chemin des Condamines qui descend en direction du chemin de Provence qu'on descend à gauche jusqu'à un rond-point : continuer à descendre. Passer sous un pont puis ensuite sur un viaduc. En arrivant par la rue des Grillons sur la RD 2210, prendre à gauche vers le grand rond-point de la Manda. Franchir le rond-point, puis prendre la passerelle à droite du pont. Prendre en face la route qui monte légèrement. Passer devant une chapelle, puis incliner à droite sur 100 m. Juste après un mur naturel en poudingue (agglomérat de galets cimentés naturellement) et juste avant une bifurcation, quitter la route et monter rudement à gauche par un sentier à travers bois en direction « Aspremont ». A la bifurcation suivante, prendre à droite et monter jusqu'à une barrière en zigzag, juste avant une maison; 200 m après, passer sous des lignes HT. Passer le petit col, puis descendre jusqu'à la D 414 qu'on prend à gauche. La quitter à gauche pour monter le chemin des Fréghières sur 600 m environ avant de rejoindre à nouveau la D 414 qu'on quitte peu après vers la droite pour suivre à nouveau le chemin des Fréghières. Retour peu après sur la D 414 (panneau d'entrée **Colomars**) qu'on quitte peu après à gauche à une bifurcation en montée.

Après 200 m, prendre les escaliers sur une placette du village (pharmacie, bar). Prendre à gauche la direction d'Aspremont sur la D 414. Faire 300 m et à la bifurcation, continuer à droite. Après le panneau de fin d'agglomération, continuer sur la D 414 en légère descente. Panneau de bus « les Vallières »; au carrefour, continuer à gauche la D 414. Dans un virage en épi, quitter la route et monter un escalier puis un sentier sur 300 m en sous bois. On arrive au lieu-dit la Begude sur la D 414. Au panneau de bus « les Romarins », quitter la D 414 pour une route qui monte à gauche suivie d'un sentier sur la gauche au niveau d'un transformateur « moulin de Magnan ». A une bifurcation peu après, prendre la route qui monte à droite, puis retour sur la D 414 : prendre la piste de terre montant à gauche débouchant sur l'aire de parking du cimetière. Retour à la D 414 qu'on suit à gauche ; à la bifurcation prendre à droite le chemin du Calvaire vers Aspremont. Quitter à gauche la D 414 pour une rue en montée et arriver sur la place de l'église d'**Aspremont**. Prendre la route de Tourrette-Levens à Nice (D 14). Aire de jeux sur la droite : prendre le passage piétonnier goudronné puis cimenté qui descend juste après cette aire (chemin de la Vallière, Tourrette-Levens) puis débouche sur la route départementale (arrêt de bus « Lou Campoun ». Prendre à gauche le chemin qui monte (chemin du Campoun, Tourrette-Levens , GR51) ; après 200 m en montée, longer une école en contrebas ; 100 m après, le GR5 se sépare du GR51 ; continuer tout droit ce dernier vers Tourrette-Levens et 200 m après, prendre à gauche une petite route qui descend jusqu'à la **D719**, prendre celle-ci à droite.

Patrimoine :

Aspremont : village dominant la plaine du Var. Église consacrée à saint Jacques le majeur (statue, fête le 25 juillet)

Hébergements :

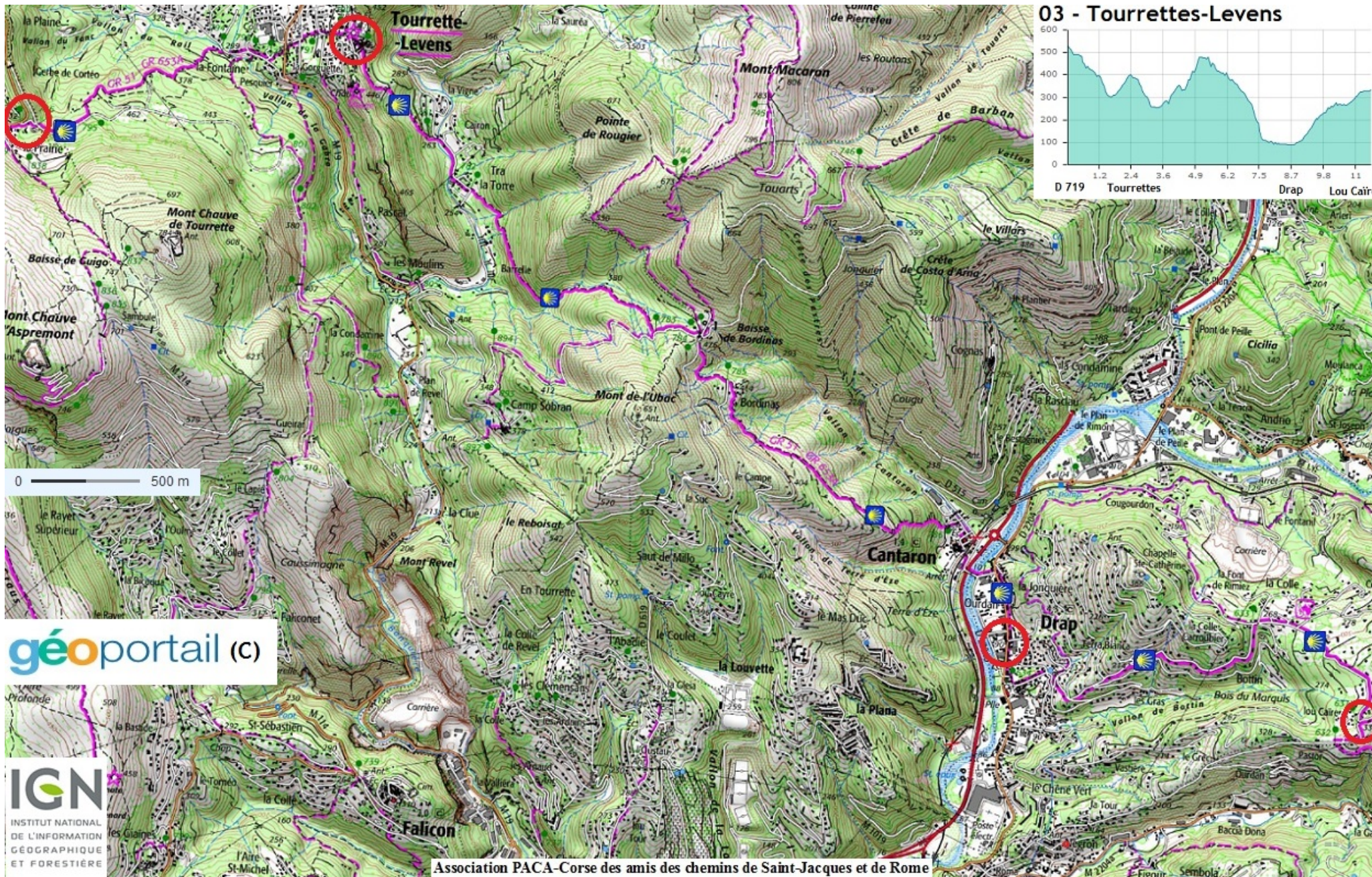
St Jeannet : Gîte d'étape « les Ferrages » 04 93 24 87 11 ; accueil pèlerin, père Porcier, 04 93 24 91 15

Gattières : Office de tourisme, 04 92 08 47 32 ; mairie : <http://www.gattieres.fr> , 04 92 08 45 70

La Manda : Maison des cantons des Alpes d'Azur, (renseignements sur les hébergements), 04 93 08 76 31

Aspremont : Office de tourisme à la mairie, 04 93 08 00 01

Castagniers : Office du tourisme, 04.93.79.71.00 ; hors GR, à 2 km, abbaye Notre-Dame de la Paix, 04 93 08 05 12, accueil monastique, credencial.



03 – de la D 719 à Tourrette-Levens : 2 km, de Tourrette-Levens à Drap : 7 km, de Drap à Lou Caïre : 3 km Total : 12 km

Descriptif vers Rome :

Quitter la **D 719** pour descendre à droite un sentier caillouteux en contrebas, jusqu'à arriver sur une large piste qu'on prend à droite en descente légère sur 400 m ; descente raide ensuite à gauche sur un sentier à travers bois devenant caladé, pendant plus d'1 km, (Tourrette-Levens, GR 51). Arrivée aux premières maisons de Tourrette après franchissement d'un ruisseau sur un petit pont. Panneau du conseil départemental (CD) « Tourrette-Levens, chemin Sainte-Catherine », prendre la route goudronnée à droite puis le chemin Sainte-Catherine qui monte à gauche, passage devant un ancien lavoir et une source ; arrivée dans le village de **Tourrette-Levens**.

Sur la route D 19, traverser la route, la suivre quelques mètres à gauche et après l'arrêt de bus « le stade », tout de suite à droite, prendre le passage en escaliers qui monte vers l'église, passant auparavant devant un oratoire et une croix de mission. A la place de l'église, prendre en diagonale à droite une petite rue avec un caniveau central jusqu'à un T dont on prend la gauche. Descente sur sentier parfois caladé, parfois par escaliers sur 1 km jusqu'à un ponceau, (*lieu dit Tra la Torre avec à gauche, oratoire Saint-Jacques*). Prendre à droite en direction col de Bordinas la route goudronnée jusqu'au hameau de Tra la Torre ; à la gauche et au bout d'un petit parking avec banc de repos, monter un sentier en forêt vers le col de Bordinas ; passage de 2 gués, suivre un ruisseau, passer à droite d'une baignoire naturelle ; après une montée d'1/2 heure, arrivée sur une piste qu'on prend à gauche et qui arrive rapidement à la baisse de Bordinas ; barrière DFCI avec « tourne à droite », juste après avoir traversé la route goudronnée, prendre à gauche en descente vers « Bordinas, Cantaron » On descend le sentier jusqu'à Cantaron (2 km de sentier parfois rude mais sans piège particulier) ou on arrive à un calvaire « Jubilé 1875 » et un parking puis un square; descendre à droite puis, à un T, encore à droite ; passage sous un pont routier à droite et, tout de suite, à gauche, franchir le pont sur le Paillon à côté de la gare. Tourner à gauche après le pont puis à droite sur l'avenue général de Gaulle, centre de **Drap**.

Passer à gauche d'une place et, à un giratoire de l'avenue, monter à gauche la rue de Verdun vers « la Colle, plateau Tercier » puis à droite des escaliers vers la place de la Libération où se trouve l'église. (NB : en continuant l'avenue du gal de Gaulle, après être passés entre le garage « Citroën » et l'entreprise de bois-scierie Jaufret, si on monte à gauche le chemin du Grec, on retrouve, 2,5 km après, à Pastor, le GR 653A.)

Monter à gauche une rue qui se rétrécit jusqu'à un transformateur EDF ; monter à droite de ce dernier ; on arrive à un espace goudronné dégagé et un garage ; passer à gauche de celui-ci et monter un sentier ; peu après, calvaire : passer à droite ; le sentier monte vers la petite route en surplomb ; la traverser et monter la petite route en face. A une bifurcation, monter la route, tout droit. Nouvelle bifurcation : prendre à droite la route qui monte le moins. Poteau du CD « plateau Tercier, Spraes, la Gorra » : suivre cette direction ; 20 m plus loin, à une patte d'oie, prendre, tout droit, direction « le Château », la route principale. Arriver à un « tourne à gauche » vers GR51 au lieu dit **Lou Caïre**.

Patrimoine :

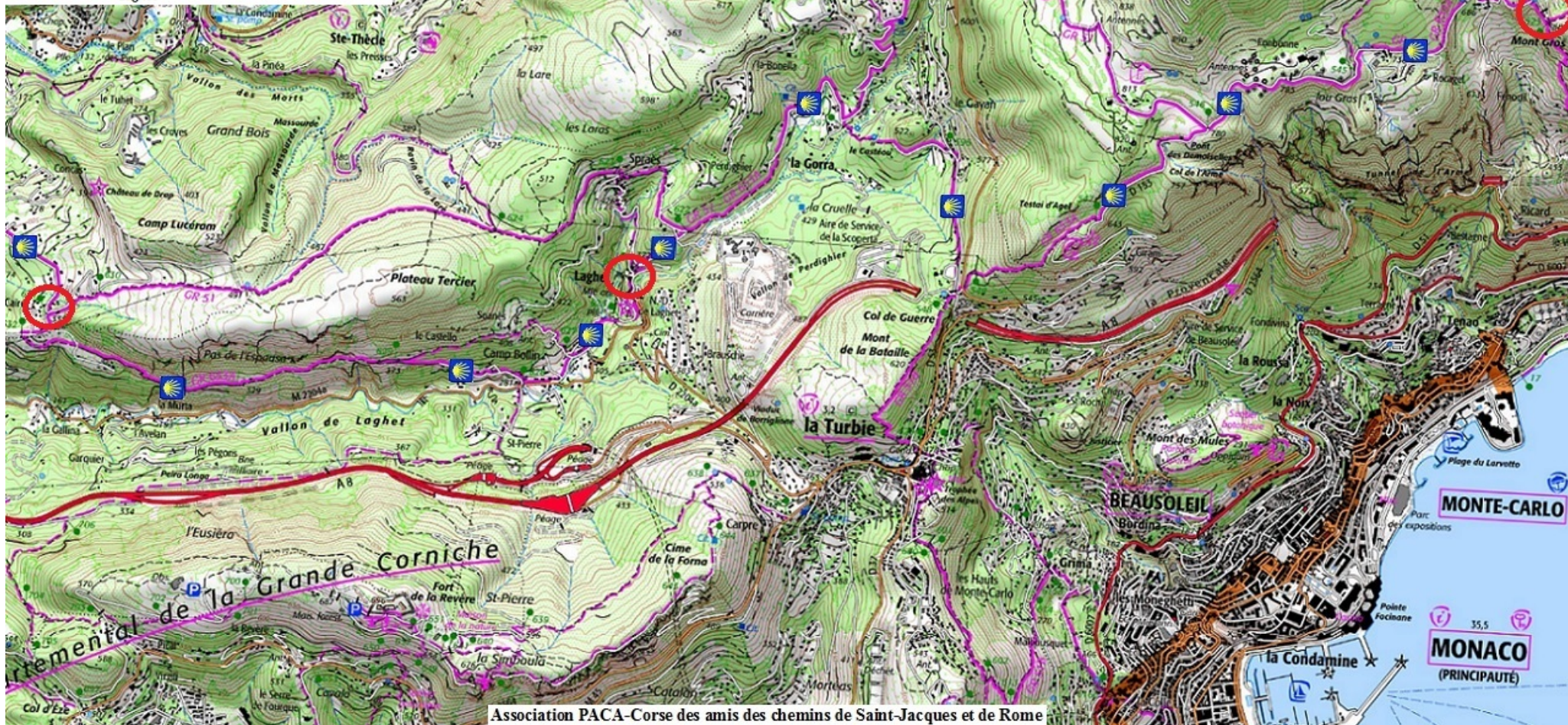
Drap : Chapelle Ste-Catherine construite en 1220 à la mémoire de Ste Catherine d'Alexandrie. Église St-Jean-Baptiste (XVIII ème siècle). Culture du ver à soie et du mûrier et nombreux tisserands de lin au XVIII ème siècle.

Hébergements :

Tourrette-Levens : Point info Tourisme, 04 93 91 00 16, mairie@tourrette-levens.fr ; gîte les Tulipans ; plan d'Ariou, 04 93 79 41 55, 06 70 96 80 38, à 3 km du village, convoyage possible.

Drap : Réservation gîtes: 04 92 15 21 30

02 - Laghet



Association PACA-Corse des amis des chemins de Saint-Jacques et de Rome

02 - de Lou Caïre à Laghet : 3,5 km, de Laghet au mont Gros : 7,5 km

Total : 11 km

Descriptif vers Rome :

Lou Caïre : « tourne à gauche » vers GR51, plateau Tercier, ne pas prendre cette direction vers « le Château »: Continuer tout droit en direction « la Trinité ». 100 m après, balise du CD « vieux chemin de Laghet, sanctuaire de Laghet » (NB : 1) Contourner le poteau pour visualiser ces indications ; 2) Le chemin du Grec, mentionné plus haut fait ici sa rencontre avec le GR653A) : prendre en épingle à cheveux cette direction, passer entre un mur et une oliveraie, arriver à un croisement de chemin ; continuer tout droit en dépassant un reste de barrière DFCI. Le sentier, parfois en balcon, arrive 2,5 km après, à une route goudronnée, continuer tout droit vers camp Bollin-sanctuaire de Laghet ; piste en terre puis cimentée ; traversée d'un hameau ; descendre jusqu'à la route D 2204a : prendre à gauche sur 150 m cette route passante et non sécurisée ; la quitter à gauche sur le chemin de camp Bollin en descente, le long d'un ruisseau. Juste avant une rampe cimentée prendre un sentier à droite sous un porche, contourner par la droite une maison en ruine et, juste après, monter le sentier à gauche jusqu'au parking situé au dessous du sanctuaire : contourner celui-ci par la droite et gagner l'esplanade du **sanctuaire de Notre-Dame de Laghet** par un escalier.

De la place de l'Esplanade, prendre à gauche la petite route qui monte sur « Spraes, Soanès, Perdighier » ; 200 m après, entrée dans le village de **Laghet** ; prendre le chemin des Ecoles ; peu après, petite placette avec deux places de parking : quitter la route 10-20 m après sur la droite et monter un chemin avec escaliers entre les maisons, aboutissant rapidement sur une petite route goudronnée : prendre à gauche puis tout de suite à droite en montant le chemin du Perdighier. Peu avant l'arrivée sous les lignes électriques, quitter le chemin goudronné qui monte à gauche vers le GR 51 et continuer tout droit sur piste empierrée vers « col de Guerre, la Turbie, Gorbio, GR 653A » (cimenterie en contrebas à droite). La piste devient sentier ; la suivre en sous bois sur 1 km environ avant d'arriver aux premières maisons de la Gorra et une route goudronnée. A la sortie du village, à noter à gauche un grand portail métallique orné de deux lézards, suivi d'une bifurcation : se diriger tout droit vers un transformateur EDF qu'on dépasse en prenant à gauche un sentier herbeux en descente marquée ; traverser un ruisseau à gué puis monter sur un chemin pierreux en restant toujours sur le chemin principal ; passer devant une maison en pierre avec une terrasse dallée ; suivre une piste en terre ; passer devant plusieurs maisons ; monter sur une rampe cimentée pour atteindre un hameau ; poursuivre toujours sur petite route vers le sud et le col de Guerre. Au carrefour, monter à gauche : panneau « stop » peu après ; prendre en face un sentier en terre, en direction « col de mont Gros, GR51, Gorbio » ; tourner à droite à une bifurcation 200 m plus loin ; passer devant une citerne ronde. Montée soutenue avec parfois passages rocaillieux et en sous bois. Débouché sur la route goudronnée D 153 qu'on prend à gauche vers « col de mont Gros, Roquebrune » ; passer sous des lignes HT ; belles vues sur la Turbie et Monaco ; arrivée au col des Demoiselles (côte 768) ; longer « Monte-Carlo Golf-Club » ; panneau « mont Gros, Roquebrune, Gorbio » ; passer devant « Rocagel » ; arrivée à un panneau « impasse » ; suivre cette impasse ; à la bifurcation qui suit, prendre vers « cime de mont Gros, Gorbio, Roquebrune ». Descente puis piste cimentée « vol libre » ; franchir une barrière DFCI, monter vers le mont Gros (piste empierrée) ; passer devant une casemate, poursuivre à droite ; avant les escaliers qui montent au **mont Gros**, séparation d'avec le GR 51.

Patrimoine :

ND de Laghet : Depuis 1652, la Vierge manifeste sa présence à Laghet par une série de grâces. Le sanctuaire a été construit à partir de 1654 et confié aux carmes déchaux de 1674 à 1905. Actuellement, communauté des bénédictines du Sacré Cœur de Montmartre.

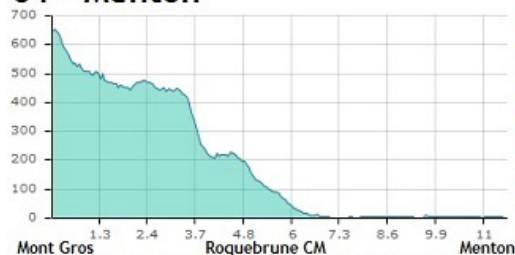
Dans le chœur de la chapelle, de style baroque, statue de la Vierge, vénérée depuis plus de 300 ans par les niçois et les italiens de la province d'Imperia - nombreux ex-voto ; fêtes les 8 septembre, 8 décembre, 25 mars, 31 mai, 16 juillet et 15 août.

Hébergements :

Laghet : Sanctuaire Notre-Dame-de-Laghet, hostellerie du Sanctuaire, restauration, ouvert toute l'année, téléphoner à l'avance au 04 92 41 50 50, sanctuairelaghet@orange.fr

La Turbie : Point Informations Tourisme, 2 Place Detras, 04 93 41 21 15, info@ville-la-turbie.fr

01 - Menton



Association PACA-Corse des amis des chemins de Saint-Jacques et de Rome

01 - du mont Gros à Roquebrune-Cap-Martin: 4,5 km ; de Roquebrune-Cap-Martin à Menton : 7 km

Total : 11,5 km

Descriptif vers Rome :

Laisser le GR 51 qui monte tout droit au sud par des escaliers et prendre à gauche un sentier bordé de grosses pierres puis descendre du mont Gros par un chemin avec escaliers ; suivre les marques GR 653A mentionnées de nouveau sur un poteau du conseil départemental avec « col de la Coupière, Roquebrune GR 51 ». Arrivé à une petite mare qu'on contourne sur sa gauche avant de poursuivre la descente (en laissant la piste plus large de gauche). Nouveau panneau du CD : prendre à gauche la grande piste, éviter le « chemin du Rossignol » à droite. Passer un radier. Barrière DFCI : Le GR 653A quitte à droite le GR51 et descend sur un sentier à droite ; passage devant une fontaine et une citerne enterrée; on arrive à gauche d'une citerne cimentée; prendre à gauche la route goudronnée qu'on quitte 20 m après en montant une piste de terre à droite ; suivre la ligne de crête en direction « Roquebrune village par les crêtes » ; passer un col au dessous de lignes HT ; 300 m après, bifurcation : prendre à droite en descente (citerne à droite) juste avant une route goudronnée qu'on traverse pour prendre en face un sentier qui dévale sur la droite ; à une bifurcation de sentiers, prendre à gauche en descente vers **Roquebrune-Cap-Martin** sur une place avec un abri bus.

De la place maréchal de Tassigny (abribus), descendre vers l'école et la rue du Rataou par les escaliers ; prendre la rue du Château puis la rue de la Fontaine et la place du colonel Vincent. Prendre le chemin de Menton. Passer devant l' « olivier millénaire » et la chapelle de la Pausa. A la fin du chemin de Menton, prendre l'avenue des Mimosas puis les escaliers du chemin du Pontet puis le chemin du Vallonnet jusqu'au square du 8 mai. Passer devant l'église Saint-Joseph ; prendre l'avenue Louis Pasteur jusqu'à la place du commissaire Harang ; passer sous le pont de chemin de fer et prendre à droite l'avenue Aristide Briand jusqu'au rond-point de l'Union ; se diriger vers la mer et prendre à gauche la promenade du maréchal Joffre (promenade du Soleil). A **Menton**, suivre le bord de mer jusqu'au pont Saint-Ludovic, frontière franco-italienne.

Patrimoine :

Menton, dont la devise est « ma ville est un jardin » est la ville du citron (fête en février) ; plusieurs magnifiques jardins méditerranéens sont une de ses parures. Face à la chapelle Saint-Jacques (chapelle baroque à 1 km à l'ouest de la frontière) a été posé une plaque de lave émaillée sur le tracé du GR 653A, chemin de St-Jacques et de Rome.

La Via Aurelia est empruntée par le GR 653A dans la « rue Longue »

Basilique Saint-Michel-Archange, XVII^{ème} siècle, style baroque, avec son « campanin »

En période de Noël, les maisons exposent, dans les rues de la vieille ville, des crèches de Noël (Noëls du monde)

Hébergements :

Roquebrune-Cap-Martin : office de tourisme: 04 93 35 62 87, contact@rcm-tourisme.com

Menton : office de tourisme : 04 92 41 76 76, tourisme@ville-menton.fr

Sœurs travailleuses missionnaires 04 93 35 75 51, 6, rue du Louvre, credencial, ½ pension à 39 €