



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

de Menton en Arles (vers St-Jacques-de-Compostelle)

*2ème partie : parcours dans les Alpes-Maritimes,
de Menton au col Notre-Dame*

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

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 reprenant le découpage kilométrique placé en tête du texte.

Balilage : 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)

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

0 500 m

géoportail (c)

IGN
INSTITUT NATIONAL
DE L'INFORMATION
GÉOGRAPHIQUE
ET FORESTIÈRE

géoportail (c)



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

Total: 11,5 km

Descriptif vers St Jacques :

Menton, du pont Saint-Ludovic (frontière entre la France et l'Italie), suivre le bord de mer par la D 6007 et la D 52 vers Carnolès. Au pont Élisabeth, avant la piscine, prendre, à droite, l'avenue jusqu'au rond-point pont de l'Union. Prendre à gauche l'avenue Aristide Briand; passer sous le pont de chemin de fer et continuer l'avenue jusqu'à la place du commissaire Harang. Prendre l'avenue Louis Pasteur, passer devant l'église Saint-Joseph. Au rond-point Jean Moulin (square du 8 mai), prendre à droite. Après le stade Descazes, prendre les escaliers à gauche : chemin de Menton jusqu'à **Roquebrune-Cap-Martin**.

Dans le vieux village, suivre place du capitaine Vincent, puis rue de la Fontaine, rue du Château (édifié au X^{ème} siècle - panorama), rue de Rataou (vers le nord), escaliers jusqu'à l'école puis « abribus », place du maréchal de Tassigny. Prendre le sentier au dessus et, à 5 mn, prendre à droite vers la promenade de la 1^{ère} DFL, traverser la route et prendre en face le chemin du canal de Font de Tive jusqu'au chemin de la Coupière (Rappalin) ; au goudron, descendre à gauche (30 m) et prendre à droite le sentier juste avant le bassin DFCI. Monter à l'ouest jusqu'au GR 51 et prendre à gauche vers le mont Gros. A la retenue collinaire du mont Gros, peu avant le sommet, le GR 653A se sépare du GR 51 et monte au nord de la colline. Au **mont Gros** (alt. 686 m) on retrouve le GR 51.

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 :

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

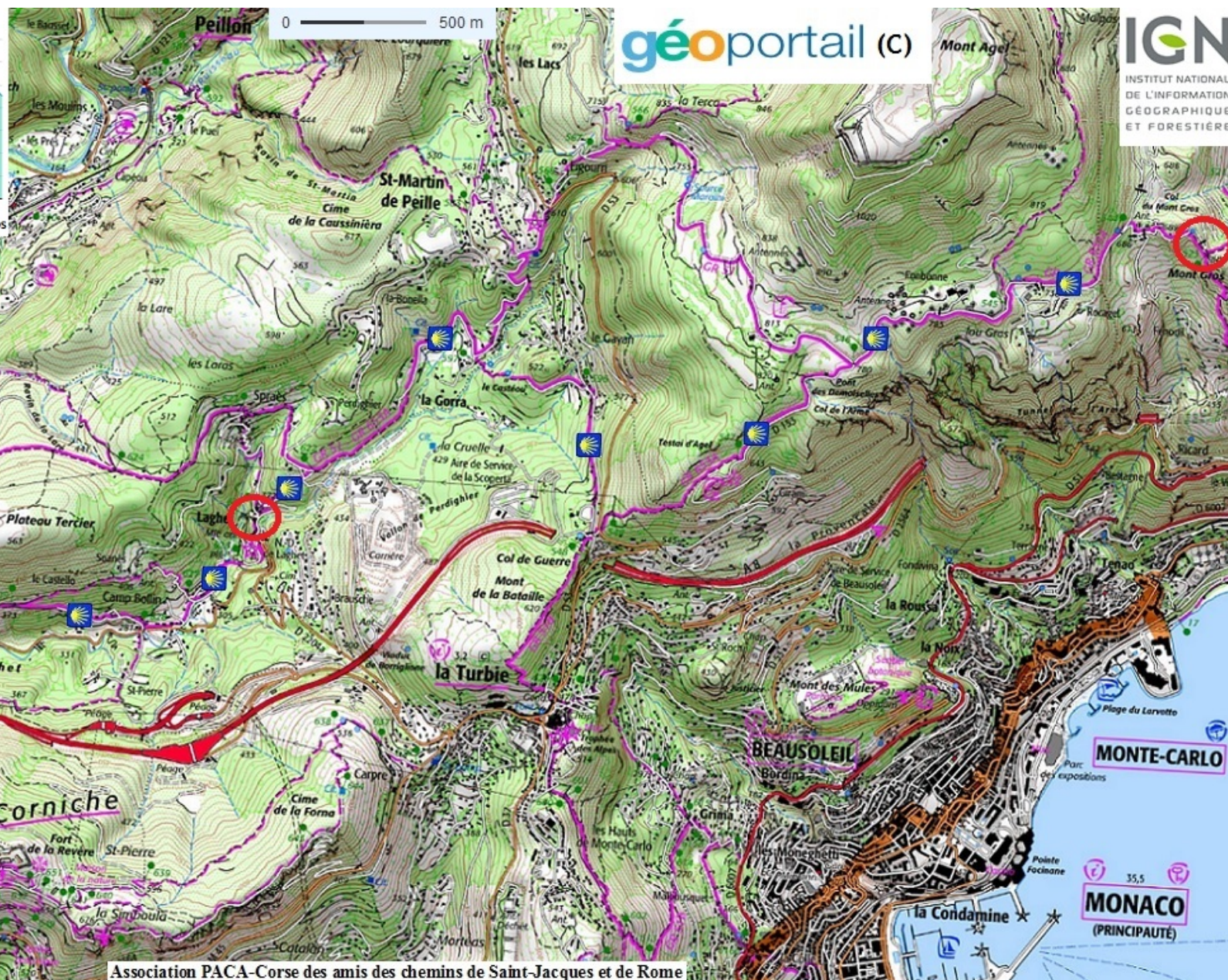
Sœurs travailleuses missionnaires 04 93 35 75 51, 6, rue du Louvre, credencial, ½ pension à 39 €.

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

02 - Laghet



Lou Caïre Laghet Mont Gros



géoportail (c)

IGN
INSTITUT NATIONAL
DE L'INFORMATION
GÉOGRAPHIQUE
ET FORESTIÈRE

02 - du mont Gros à Laghet : 7,5 km, de Laghet à Lou Caïre : 3,5 km Total : 11 km

Descriptif vers St Jacques :

Au **mont-Gros** on retrouve le GR 51, continuer vers le pont des Demoiselles (alt 780 m); attention, 500 m après le pont, après un virage, quitter la route pour s'enfoncer dans les sous-bois. Arrivée au col de Guerre (alt 557), traverser la D 53, descendre quelques mètres et tourner à droite vers la Gorra. Après la Gorra, quand on passe sous les lignes à haute tension, le GR 653A se sépare à nouveau du GR 51. Prendre en descente la branche gauche de la bifurcation : chemin de Perdighier (piste revêtue de béton) qui, après 500 m, arrive au dessus du hameau de **Laghet**, surplombant le sanctuaire. Au débouché de cette piste, un sentier permet de traverser le hameau et d'arriver pratiquement sur la place du sanctuaire de Notre-Dame-de-Laghet, haut lieu de pèlerinage niçois et ligure (alt 350 m)

De la place du Sanctuaire, descendre le chemin bordant, en bas, les bâtiments, puis descendre le chemin du camp Bollin et la D 2204. Cette dernière est quittée, sur la droite, après 200 m. On emprunte la petite route goudronnée (chemin de Sous-Castello) puis le « chemin des Pèlerins » qui continue, en balcon à l'ouest, vers le Séminaire et Pastor, à 2 km après la fin du goudron. A l'arrivée, à nouveau sur le goudron, prendre à droite (NB : à gauche, le chemin du Grec mène aussi à Drap) et peu après les lignes haute tension, le GR 653 A rejoint le GR 51 au lieu dit **Lou Caïre**.

Patrimoine :

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

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

Total : 12 km

Descriptif vers St Jacques

Depuis **Lou Caïre**, le GR 51 et le 653 A se dirigent au nord puis à l'ouest par la route du Château, puis, 1 km plus loin, prendre à gauche (sud) le vieux chemin du Château. 1,3 km plus loin au carrefour au bout du chemin prendre la 2ème rue à droite, puis la première à gauche et la première à droite. Au carrefour prendre à gauche la rue des Adieux, atteindre l'église et prendre à droite l'avenue de Gaulle, centre de **Drap**.

600 m plus loin, prendre à gauche vers le pont de Cantaron qui enjambe le Paillon et la D 2204 B, prendre à droite la rue de la gare puis à gauche la Grand-Rue qui passe sous la voie de chemin de fer, prendre ensuite à gauche puis s'engager à gauche de nouveau sur la rue de l'Isle pour atteindre l'ancien chemin empierré qui monte dans le vallon de Cantaron, jusqu'au col de Bordinas (alt 475). Au col, prendre la piste du camp Soubran qui descend en longeant un ruisseau avec par endroits des petites « baignoires ». Après avoir traversé le ruisseau (à sec !), le chemin rejoint le hameau de Tra la Torre (oratoire Saint-Jacques). Franchir le pont sur le Riou Sec et prendre à gauche un chemin qui monte (pente raide!) vers Tourrette en passant en contrebas des ruines du château ; on arrive près de l'église de **Tourrette-Levens**.

Face à l'église, près d'une fontaine, prendre le chemin du Dr Mauran qui descend. Laisser à droite la fontaine Saint-Sébastien et traverser la D 19. Prendre le chemin de Sainte-Catherine, passer devant une fontaine et un ancien lavoir ; puis prendre à droite une petite route menant à la Gabre et franchir un vieux pont sur la gauche ; continuer sur le chemin empierré montant vers Aspremont ; après la croix en fer d'un ancien oratoire et un coude sur la gauche, le chemin rejoint une route d'exploitation que l'on prend à droite jusqu'à l'entrée d'une maison « la Preira » ; prendre à gauche, près du portail, un escalier puis un chemin qui monte jusqu'à la **D 719** et le col d'Aspremont.

Patrimoine :

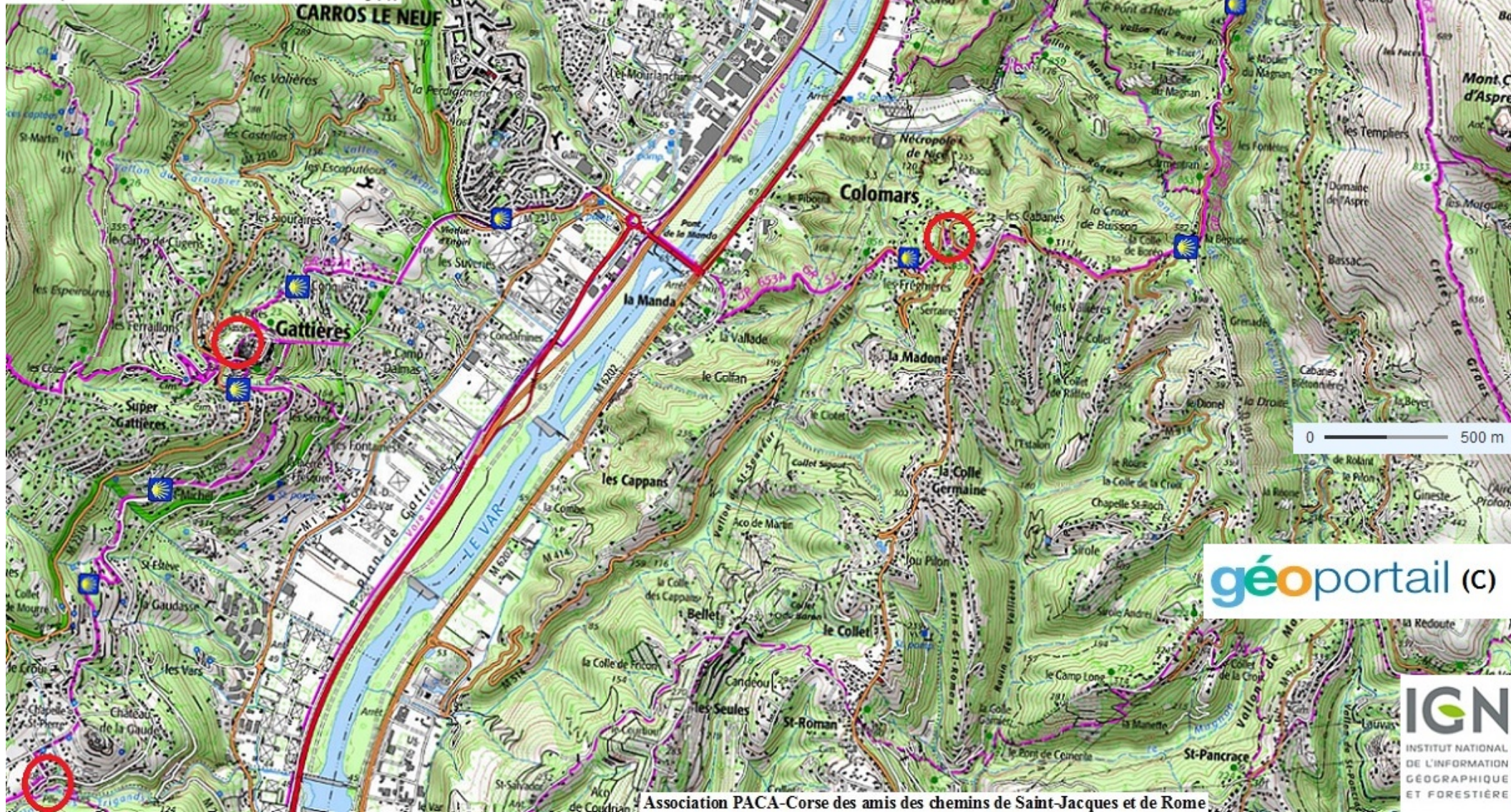
Drap : Chapelle Ste Catherine construite en 1220 à la mémoire de Ste Catherine d'Alexandrie. Église St Jean-Baptiste (XVIII ème siècle). Culture du ver à soie et du mûrier et nombreux tisserands de lin au XVIII ème siècle.

Hébergements :

Drap : Réservation Gîtes: 04 92 15 21 30

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.

04 - Gattières



04 – de la D 719 à Colomars : 5 km, de Colomars à Gattières : 5 km, de Gattières à Les Camps : 3,5 km Total: 13,5 km

Descriptif vers St Jacques

Après 100 m sur la **D 719**, prendre à gauche le chemin de Campoun puis le premier chemin asphalté à droite ; continuer tout droit en laissant à gauche le GR 5. A la fin du chemin de Campoun, couper la D 14 et prendre en face le chemin de la Vallière jusqu'à l'entrée d'Aspremont. Laisser à droite le GR 5, aller à la place Saint Claude, puis prendre le chemin de la Colette. A la sortie d'Aspremont, suivre ce chemin et descendre vers Colomars en suivant les balises GR qui évitent au maximum la route (ancien chemin de Colomars). Arrivé sur la route de Colomars D 414, continuer jusqu'au hameau de la Begude; puis emprunter un chemin de traverse, à nouveau la route de Colomars et enfin le chemin des Vallières, raccourci qui monte vers **Colomars**.

A Colomars, prendre à droite une petite route qui descend près de la Croix, puis à la sortie du village, prendre à gauche, après le panneau « Colomars », le raccourci balisé des Bréghières. A la jonction avec la D 414, continuer à descendre à gauche, puis à droite, le chemin des Bréghières avant de reprendre sur environ 100 m la D 414 qu'on quitte en prenant à droite une petite route en montée, puis un sentier descendant à travers bois vers le Var et la N 202 qu'on traverse pour rejoindre le Pont de la Manda en empruntant la passerelle de gauche. Le Var franchi, passer le rond-point par la droite, traverser la route de Carros et suivre la route de Gattières sur 1,5 Km. Prendre à droite la rue des Grillons, puis le chemin de Provence. Après un pont, prendre à droite le chemin des Condamines, puis après une descente, monter vers **Gattières** par un chemin, parfois en escaliers.

A l'entrée de Gattières, place des Ormeaux, prendre en face la rue des Pontis, traverser la place Désiré Féraud (fontaine), continuer par la rue Torrin- Grassi, longer le jeu de boules et traverser le jardin public, puis prendre à gauche le chemin des Fontaines en descente. Après un lavoir, prendre un chemin à droite qui rejoint le chemin St-Michel qu'on suit jusqu'à la D 2209. Prendre à gauche, dépasser la borne « St-Laurent : 10 km », puis au n° 1313 « La Brissaouda », monter à droite un chemin longeant des villas, puis un sentier entre 2 maisons, montant sur la gauche (cypres). En débouchant sur un chemin cimenté, prendre à droite et continuer sur la route montante (chemin nord de la Gaudasse). A la bifurcation en T, prendre à gauche sur 800 m et passer devant la chapelle St-Pierre, en bas du château de la Gaude. Juste après la chapelle, continuer tout droit 30 m et tourner à droite à travers un lotissement, jusqu'au « stop » ; prendre à gauche et atteindre, 100 m plus loin, le carrefour du lieu-dit **Les Camps**.

Patrimoine :

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

Hébergements :

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.

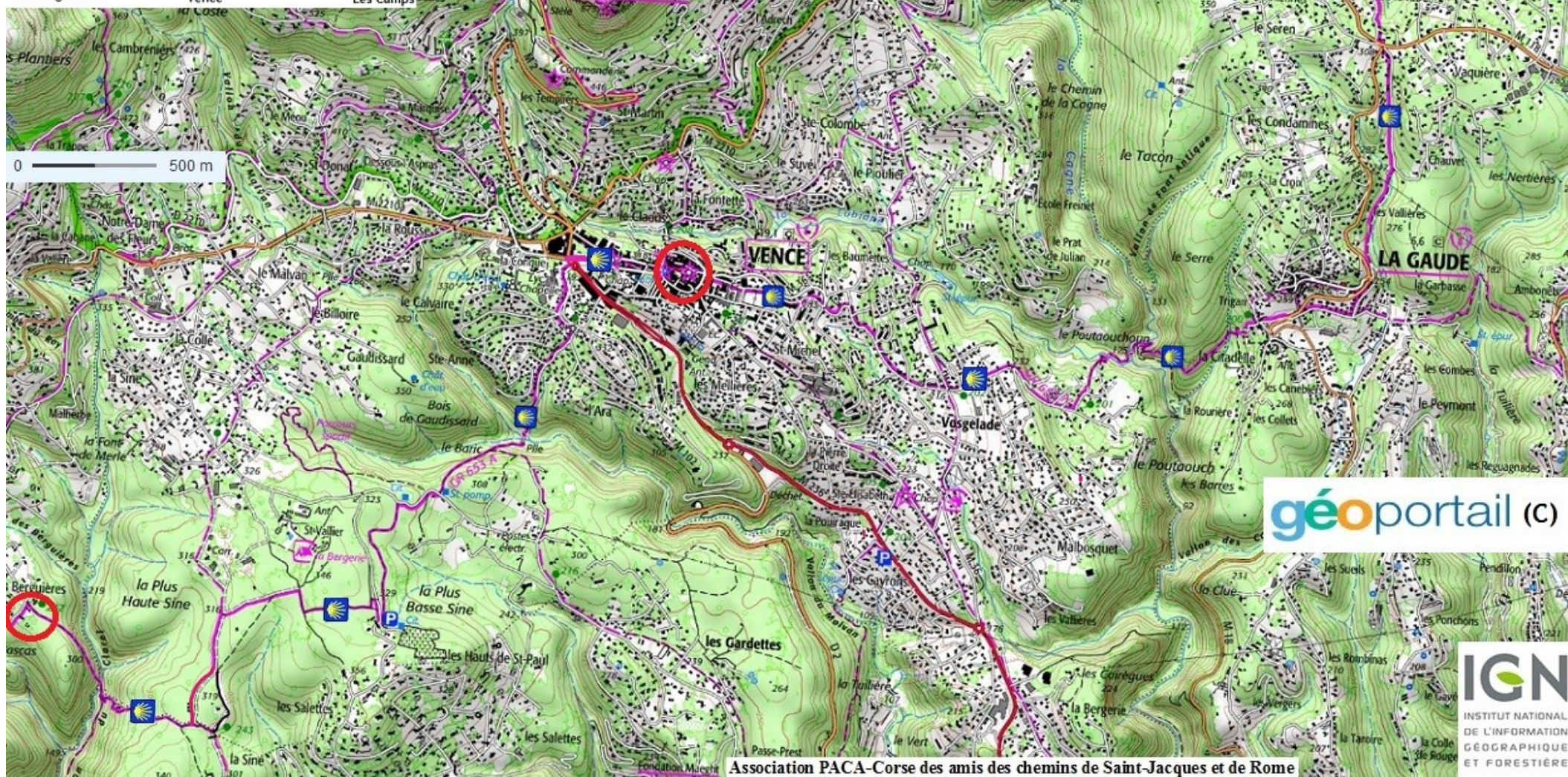
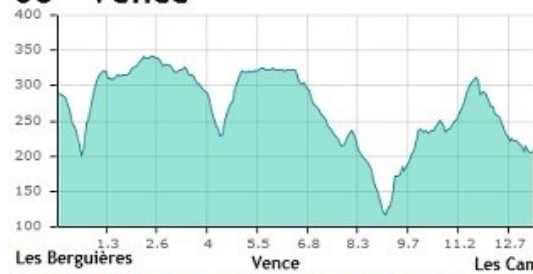
Colomars : Office de tourisme, 04.93.37.92.33

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

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

St Jeannet : Gîte d'étape hors GR « les Ferrages » 04 93 24 87 11. Accueil pèlerin, père Porcier, 04 93 24 91 15

05 - Vence



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

05 – de Les Camps à Vence : 7 km, de Vence aux Berguières : 6 km

Total : 13 km

Descriptif vers St Jacques :

Au carrefour du lieu dit **Les Camps**, prendre à droite pour le chemin des Trigands. 500 m après, croisement (à suivre).

Pour un arrêt à Saint Jeannet continuer le chemin des Trigands qui tourne à droite et 400 m après, à gauche puis à droite à une bifurcation, on arrive à la D 2210 ; on tourne à gauche et 100 m après, au rond-point, on monte tout droit à St Jeannet. Pour revenir sur le GR 653A : à partir du rond-point, prendre la D 18 puis la VC 2 et la VC 33 vers La Gaude.

(suite) prendre à gauche le chemin goudronné (Font de la Ribe et Vallons) qui rejoint le « circuit pédestre de La Gaude » ; prendre la petite route qui monte et se termine en cul de sac après le N° 350 (attention, les numéros ne se suivent pas!!!) ; monter à gauche, après ce N° 350, le chemin qui rejoint la D 118 qu'on prend à gauche sur quelques mètres et, au carrefour, prendre en face le CR 21, chemin de Cagnes à Gréolières (également PR) qui va longer le vallon des Vallières puis des Combes jusqu'au rond-point en bas de La Gaude. Au rond-point, descendre à gauche un escalier vers la Via Aurelia ; la prendre et continuer tout droit par le chemin des Maires et quitter La Gaude en descendant le chemin de Vence (Via Aurelia), traverser la Cagne puis la Lubiane et continuer la piste puis prendre à droite le chemin de La Gaude jusqu'à l'entrée de Vence ; traverser le puits du Renard, prendre le chemin du Siège puis le début de l'avenue Bourgarel ; traverser le parc du Stade vers la rue Alphonse Toreille ; au parc auto, prendre la rue A. Toreille puis l'avenue du général Leclerc jusqu'à la porte d'Orient : on pénètre dans la cité historique de **Vence**.

Suivre la rue St-Véran puis la rue de l'Évêché ; puis à gauche le passage Cahours, cathédrale à gauche. A la place Clemenceau ; continuer tout droit et prendre la rue Alsace-Lorraine, puis la rue du Marché. A la place du Peyra, tourner à gauche vers la fontaine du Peyra et la porte du Peyra. Tourner à droite vers la place du Frêne.

Sortir de la cité historique par l'avenue Henri Isnard, celle des Poilus, puis à gauche l'avenue Tuby jusqu'à la place maréchal Juin ; la contourner à droite et prendre en face le bd Emmanuel Maurel jusqu'à la chapelle Ste-Anne. A l'angle (fût d'une croix de mission), descendre le chemin du Baric, traverser le Malvan et prendre à droite le chemin de la Plus Basse Sine (ou chemin du Baric) jusqu'à la route goudronnée (chemin de la Sine). Juste après une citerne LD86, panneau « quartier de la Sine-la Colle sur Loup » : prendre à droite sur 500 m, traverser la route puis prendre un sentier dans le bois arrivant à une barrière DFCI P10. Au parking du cimetière, panneau « Saint-Paul de Vence, l'Ara » : prendre à droite la route sur 100 m jusqu'au panneau « la Colle sur Loup-la Colle-Loubière-Tourrettes sur Loup »

Prendre cette direction jusqu'au panneau suivant, suivre les indications « Tourrettes sur Loup ». Descendre et traverser le torrent du Clarel. Continuer vers Pie Rascas et 600 m après le torrent atteindre une route goudronnée et un carrefour aux **Berguières** entre deux maisons de construction récente.

Patrimoine :

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

Vence : Ville ligure, puis médiévale, avec ses portes et sa cathédrale N-D de 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}.

Hébergement :

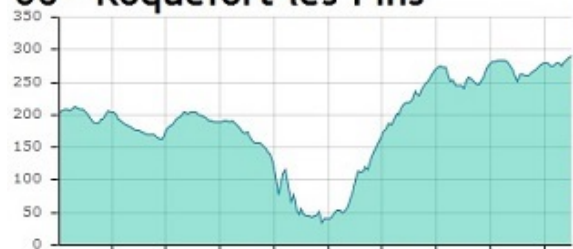
La Gaude : Office de tourisme, 04.93.24.47.26

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

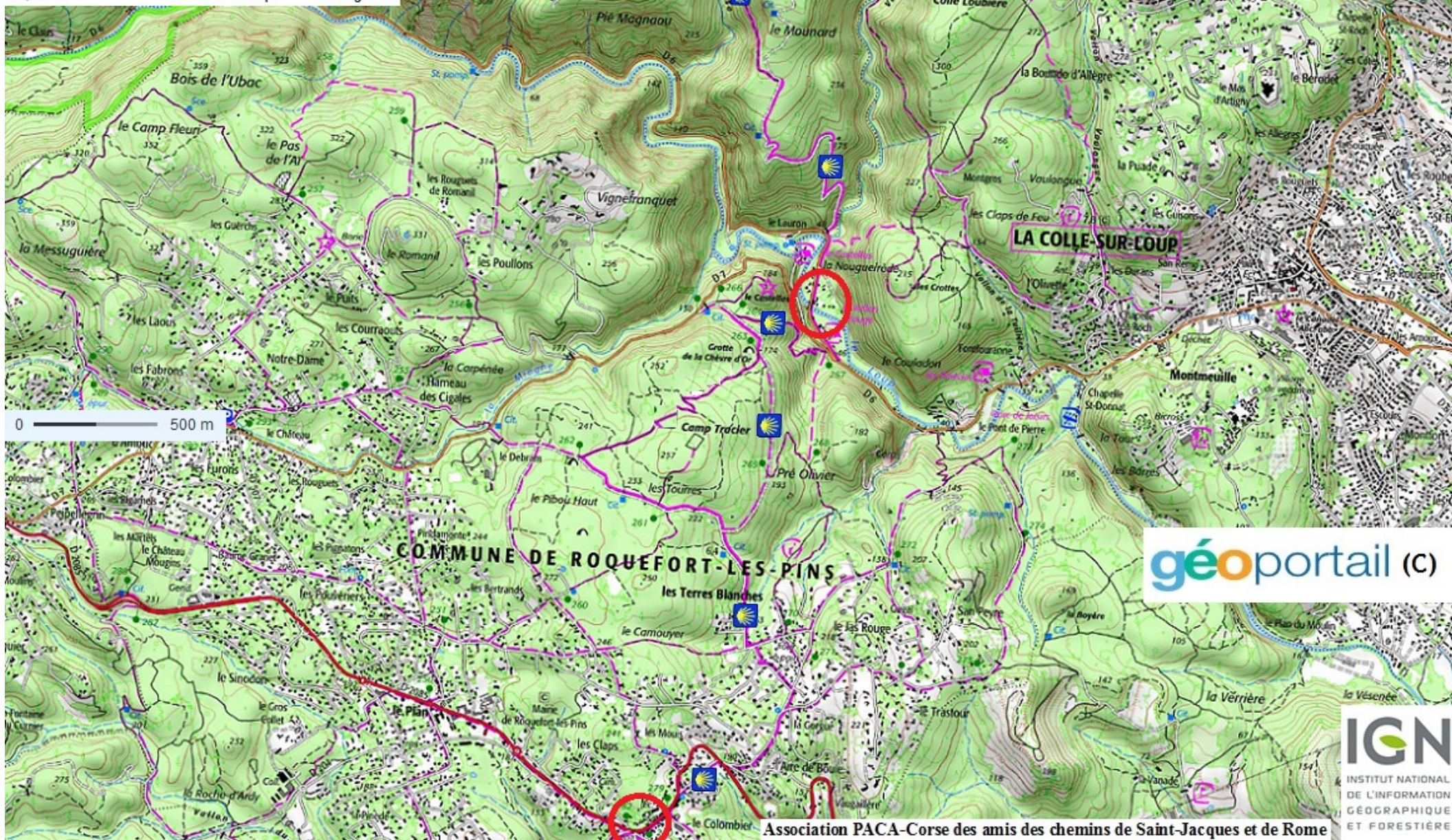
Tourrettes sur Loup : Office de tourisme, 04 93 32 68 36, ot.tourrettessurloup@atsat.com;

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

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 - des Berguières au pont sur le Loup : 5 km, du pont sur le Loup au carrefour de Roquefort les Pins (la Fumade) : 6 km Total : 11 km

Descriptif vers St Jacques :

Au carrefour des **Berguières** prendre à gauche vers les Moulières, puis continuer au sud jusqu'à la piste du Mounard qui va vers le sud. La quitter, 100 m après, pour un sentier à droite qui rejoint à nouveau la piste 1 km plus loin. Descendre vers le Lauron et le confluent du Clarel et du Loup. Au débouché de la piste sur la D 6, tourner à gauche et suivre le bas-côté de la D 6 pendant 400 m pour atteindre le **pont sur le Loup**.

Continuer 300 m sur la D 6 jusqu'à la bifurcation, en épingle à cheveux, entre la D 6 et la D 7 ; prendre la D 7 en direction de Roquefort sur 75 m, puis prendre le sentier qui monte à droite vers la grotte de la Chèvre d'Or. A l'arrivée sur une large piste, la prendre à gauche en montée pendant 300 m. A cette intersection, ne pas prendre la piste à droite fléchée « camp Tracier », mais rester sur la piste principale des Terres Blanches. Au bout d'1 km environ, au carrefour en T, prendre à gauche en descente et passer le long d'une citerne. Continuer par le chemin des Pierres Blanches, le chemin de la Gorgue, puis de l'Aire de Boule. Traverser la D 2085 et prendre en face le chemin de Font Cuberte. Retrouver la D 2085, la prendre à gauche sur 300 m pour atteindre le **carrefour de Roquefort-les-Pins (la Fumade)**, en face du foyer de charité Maria Mater.

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, 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

07 - Mouans-Sartoux



Descriptif vers St Jacques :

Au carrefour de **Roquefort-les-Pins** prendre à gauche le chemin de la Fumade, puis un sentier qui passe au dessus d'un ruisseau et descend dans le vallon de Font Martine. Traverser le gué à l'extrémité ouest d'une carrière qu'on évite. Prendre, juste avant, le chemin qui monte au sud ; rester toujours à droite mais, à une bifurcation franche, prendre à gauche puis, à droite sur une piste (pancarte « collet de Darbousson ») ; lignes HT qu'on longe jusqu'à l'arrivée à l'allée d'entrée au Val Fleuri : Prendre à droite jusqu'à la D 4, la traverser et tourner à droite vers le rond-point (statue « Alléluia ») ; continuer à gauche sur le trottoir de la D 4 vers Valbonne et, 100 m après (abribus) suivre le tracé PR « circuit de Fontmarine- pont de la Verrière » ; passage à gauche d'un circuit de bicross (*si GR embroussaillé en contrebas, traversée « **Danger** » de la D604 au portail du bicross et progression en surplomb de la route jusqu'à La Brague, sous la responsabilité du marcheur **ou** remonter jusqu'au rond-point D604-D4- passages piétons-et progresser vers La Brague en surplomb de la D604*) ; longer en contrebas la D 604, passer sous cette route, traverser la rivière Brague sur un pont et prendre à droite le chemin de la Brague-Valbonne, puis, après avoir traversé un petit pont à un confluent, prendre à gauche vers le Val Martin. Le chemin monte le long du ruisseau du Bruguet et le traverse en regard du panneau « circuit le Bruguet – la Brague » . Plus loin, il tourne à gauche au niveau d'un gué aménagé et monte le long d'un mur en pierres sèches jusqu'à un chemin goudronné qu'on longe sur 200 m à droite, puis qu'on quitte à gauche pour une piste montante – toujours rester sur la piste principale. 1 km après, à une barrière DFCI, prendre à gauche une route goudronnée (chemin du Val Martin). Au carrefour avec le chemin du clos du Brasset, prendre celui-ci à droite sur près d'1 km jusqu'au **carrefour de Peyniblou** (oratoire St Jean Baptiste).

Suivre le chemin du Peyniblou à gauche jusqu'à la D 103, route passante mais sécurisée ; la suivre à droite jusqu'au rond-point des Fauvettes: Prendre, entre la D 3 (vers Mougins) et la D 103 (vers Grasse), le chemin de Pinchinade (oratoire St André, patron de la paroisse de Mouans-Sartoux) qu'on suit sur 1 km 300, prendre le chemin de Castellaras sur la droite puis prendre plus loin à gauche le chemin de Saurin qu'on descend jusqu'au bout. Dépasser le rond-point et, au dessus du passage souterrain, prendre à droite le chemin piétonnier le long de la voie ferrée jusqu'à la gare, puis le passage souterrain et l'allée Lucie Aubrac jusqu'à l'Hôtel de Ville puis l'église de **Mouans-Sartoux**.

Patrimoine :

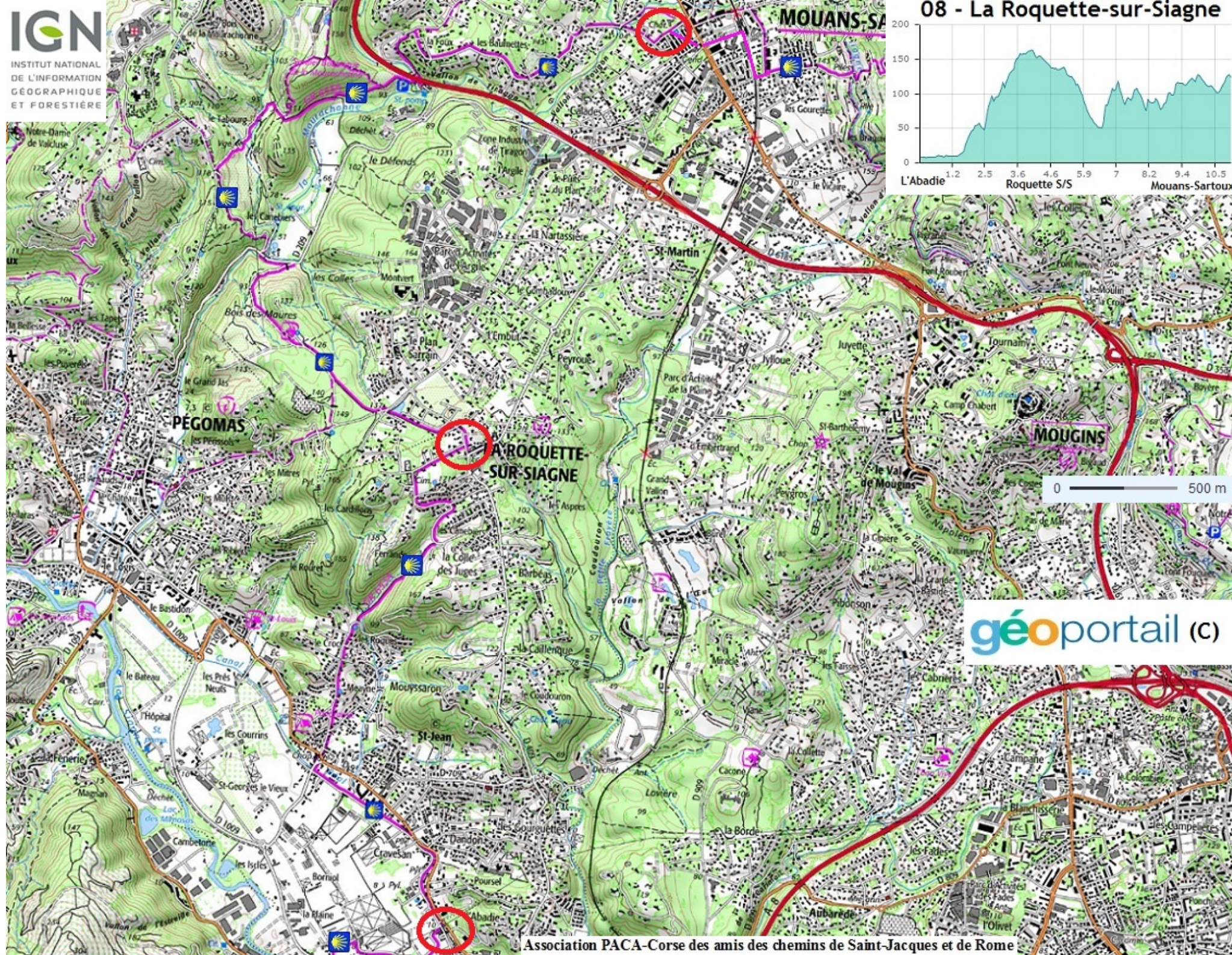
Valbonne : Abbaye Chalaisienne (« sœur » de Boscodon) ; chapelle Saint-Roch ; chapelle Notre-Dame du Brusca (sépultures jacquaires).

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 :

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

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



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

Total : 11 km

Descriptif vers St Jacques :

Église de **Mouans-Sartoux**, prendre la rue du Château puis la traverse Estournelle jusqu'au chemin des Bastions et le prendre à droite, puis le chemin de la Foux à gauche ; à la villa « jardin des Oliviers », prendre à droite le chemin menant au chemin des Plaines qu'on prend à gauche et passer sous la « pénétrante » D 6185. Prendre à droite entre la route et la rivière; traverser le parking et passer au dessus de la grosse conduite d'eau canalisant un ruisseau ; monter la piste botanique qui surplombe puis s'éloigne au sud-ouest de la route ; rester sur la piste principale vers l'ouest. A un collet, prendre à gauche la piste des Aspres, descendre vers un ruisseau, le traverser. Passer devant la maison forestière et monter jusqu'à la route des Aspres. Prendre à gauche la piste du Tabourg jusqu'à la D 209 ; prendre celle-ci à gauche sur 250 m puis prendre à angle aigu à droite successivement la piste des Maures, les chemins du Plan Sarraïn et des Deux Communes pour entrer à **la Roquette-sur-Siagne**.

Sur 100 m prendre au sud le chemin du Lac, puis tourner à droite sur le chemin des Cassiers vers le cimetière et à gauche sur l'avenue des Floribondas jusqu'à la piste de la Font des Borgnes. Descendre la piste de la Font des Borgnes (au bout, oratoire St Georges) puis tout droit, le chemin des Roques jusqu'à la place Pallanca (chapelle St-Jean) ; continuer à l'ouest et après le ponceau sur le Beal, à gauche, le chemin de Cravesan. Juste après les pylônes de l'EDF, prendre à droite, le **chemin de l'Abadie**.

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 XIII^e 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.

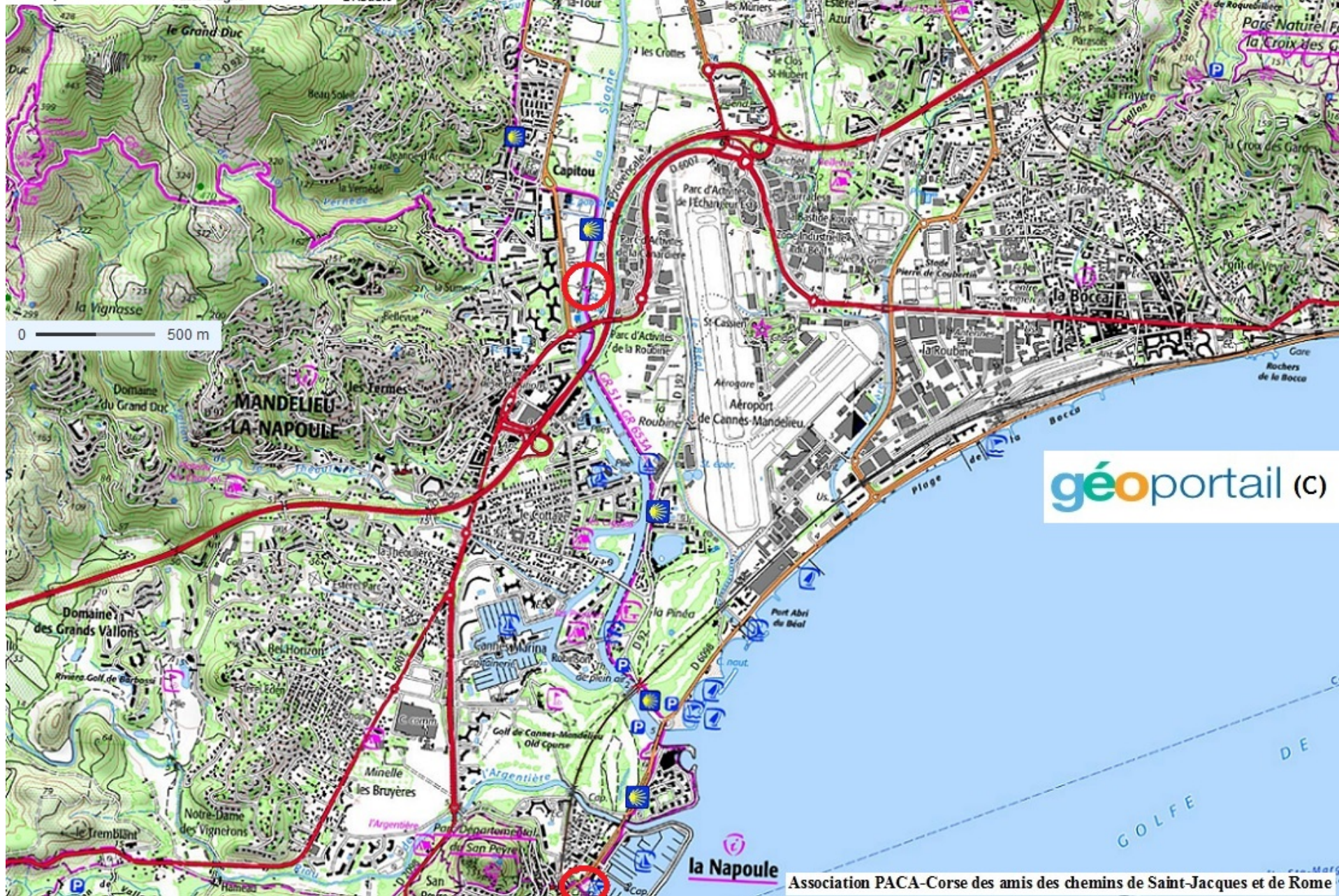
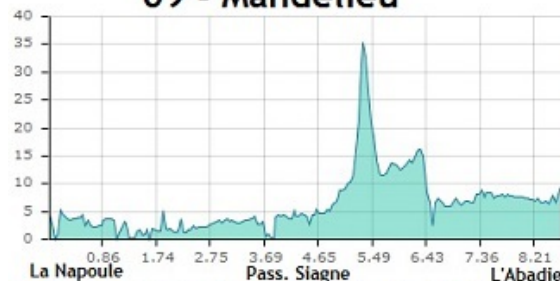
Situé sur des terres pauvres et boisées, mais sur un point culminant, le village actuel a été fondé au XVII^e siècle par des habitants qui fuyaient les brumes insalubres de la vallée de la Siagne, mais aussi les épidémies et les pirates. Il est aujourd'hui un endroit assez pittoresque où la vie s'articule autour de la place Jose-Thomas où se trouve l'église, La Poste et les commerces.

Hébergement :

La Roquette-sur-Siagne : Maison du tourisme, 04 92 19 13 43, tourisme@laroquettesursiagne.com ; A 300 m du chemin du Lac, accueil pèlerin, selon disponibilité ; credencial obligatoire, participation aux frais, prendre contact à l'avance au 04 92 19 10 05

Pégomas : Point d'information tourisme, 04 92 60 20 70, point-info-tourisme@villedepegomas.fr

09 - Mandelieu



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

Descriptif vers St Jacques

Suivre à droite **le chemin de l'Abadie** sur 900 m, puis le chemin de la Levade (la Roquette). Au parc d'activité de la Siagne (sur Mandelieu); suivre, à gauche, l'avenue Jean Mermoz puis au rond-point, à droite, la carraire du Santon et le pont sur la Siagne. Traverser le fleuve et continuer tout droit jusqu'à l'avenue du général Garbay qu'on suit à gauche, puis la rue de Boeri, à gauche encore la rue du docteur Escarras au bout de laquelle, sur l'avenue des Anciens Combattants, se fait la rencontre avec le GR51. Les deux GR fusionnés traversent la route principale et empruntent un chemin le long du complexe sportif (poteau du Conseil départemental « bords de Siagne, Théoule sur Mer, GR 51 ») et vont rejoindre les rives de la Siagne; suivre le fleuve en traversant sur une **passerelle sur la Siagne**.

Suivre toujours la Siagne jusqu'à la mer. Prendre alors à droite, en direction de la Napoule, l'avenue du général de Gaulle ; traverser le riu de l'Argentière, longer le port de la Napoule et, atteindre juste avant le **château de la Napoule**, le sentier du littoral (PR) vers la gauche.

Patrimoine

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

Fondation de l'Abbaye de Lérins au V^{ème} 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 Décies, 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.

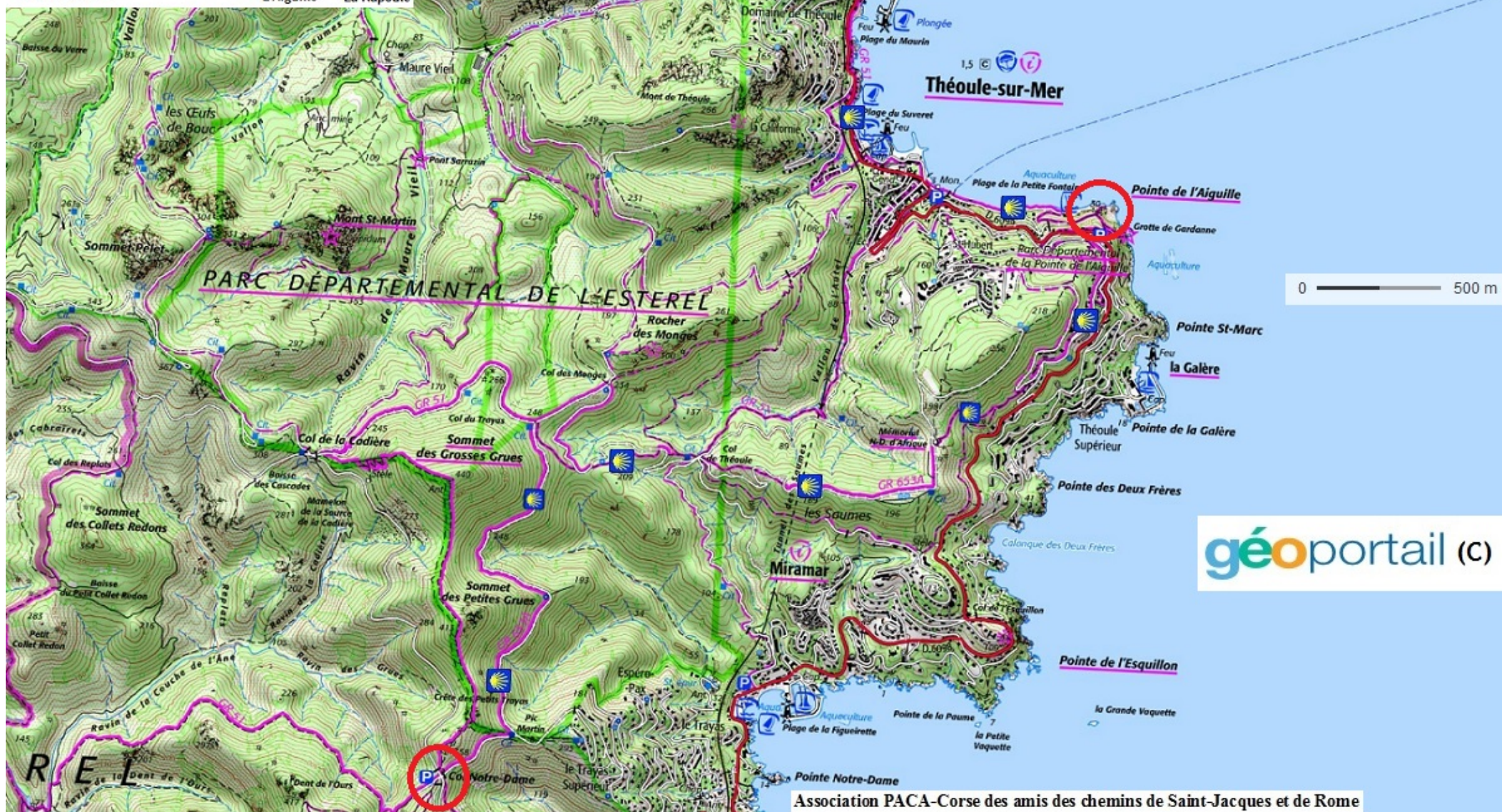
Par la suite de nombreux moulins (appelés usines), à rouets, puis à roue, ont été installés sur tout le cours de la Siagne, ses affluents et leurs sous-branches: moulins à farine, à olives, à foulon, à plâtre, des papeteries... seuls les moulins communaux de Mons-sur-la-Siagnole sont encore en état de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

10 - Théoule-sur-Mer



10 – du Château de la Napoule à la Pointe de l'Aiguille : 4 km, de la Pointe de l'Aiguille au col Notre-Dame : 8 km

Total : 12 km

Descriptif vers St Jacques :

A partir du **château de la Napoule**, longer les plages en contournant les chantiers de la Rague. Arrivée à Théoule-sur-Mer. Au niveau de la plage de Suveret, les deux GR se séparent; le GR51 part à l'ouest; le GR653A va directement vers la plage de la petite Fontaine, longeant la plage vers la pointe de l'Aiguille; juste avant une cabane quitter la plage et monter un sentier à droite; alternance d'escaliers et de sentier. Juste après quelques marches d'escaliers, poteau-flèche du conseil départemental à une bifurcation du sentier: prendre à gauche vers la pointe de l'Aiguille (ne pas prendre vers la RN 98) puis, 500 m après, **pointe de l'Aiguille**.

Monter les escaliers à droite et suivre toujours à droite jusqu'à la route RN 98. Descendre celle-ci à droite sur 200 m, la traverser (*Attention, trafic intense !*) et monter la rue Abel Baillif qu'on continue jusqu'à la bifurcation avec l'allée des Eucalyptus pour descendre alors à la RN 98 près de la villa Saint-Camille. Ici, juste après avoir dépassé un escalier à droite, prendre la rampe d'accès au parking couvert de Saint-Camille si on y fait étape (*NB : Pour quitter Saint Camille, soit monter les étages supérieurs et traverser les jardins vers le haut pour rejoindre l'allée des Eucalyptus, soit descendre par là où on est arrivé : rampe du parking vers l'est*) Si on ne fait pas étape à Saint-Camille, poursuivre le GR: remonter les escaliers vers la « villa Holiday » et l'allée des Eucalyptus qu'on prend à gauche jusqu'à la bifurcation avec l'allée des Mimosées et une impasse qu'on prend à droite. Un peu plus loin, nouvelle bifurcation avec transformateur EDF: prendre à gauche (panneau « col de l'Esquillon »); un peu après la fin de l'asphalte, prendre le sentier qui monte (panneau « Notre-Dame d'Afrique ») et conduit, en 5 mn, à la grande statue métallique de Notre-Dame d'Afrique, *copie de celle de la cathédrale d'Alger et qui rappelle aux « Pieds noirs » qui l'on faite ériger, leur « Pays perdu »*. Contourner la statue à gauche et prendre le chemin le plus à gauche (sud) qui, après 250 m et, après une piste à droite qu'on évite, s'oriente à l'ouest pour arriver au col de Théoule (rencontre avec le GR51); poursuivre vers l'ouest. Le GR croise une piste peu après: on peut le quitter pour continuer sur la piste en montée légère; on retrouve le GR 5 mn après. On le reprend juste au dessous de lignes HT; il quitte la piste pour emprunter sur la gauche un sentier qui monte à travers bois; au débouché sur une nouvelle piste, prendre celle-ci à gauche et la suivre jusqu'au pic Martin; 200 m avant le Pic, on passe la limite entre les Alpes-Maritimes et le Var, prendre à droite (ouest) la piste menant au **col Notre-Dame**.

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.