

LA COLLINE DE SABLE

Durée 40 minutes - Parcours 140 m
Avenue de l'Abbé Dol



Sur le parcours du sentier des vignes, **après avoir longé le domaine et les vignes de Nartette**, et admiré la Pelouse à orchidées, suivez le **chemin jusqu'à la table suivante** : La Dune éolienne plaquée.

En face, **empruntez le petit chemin en bas de la colline** pour atteindre le sommet de la Gâche et profitez d'une vue exceptionnelle sur la baie.



i La dune était autrefois alimentée en sable par la plage des Lecques : le Mistral emportait les grains de sable pour les plaquer sur la colline créant ainsi une couverture siliceuse sur le versant nord-ouest de la Gâche. Ce sable était ensuite transporté vers le versant sud, formant le Déversoir de la Dune Eolienne Plaquée, visible depuis le sentier du Tour de la Bastide. La coulée est encore visible aujourd'hui.

LE TOUR DE LA BASTIDE

Durée 20 minutes - Parcours 1km (Boucle)
Chemin alternatif sur le sentier des vignes

Balisage : jaune

Le sentier se trouve **dans le périmètre du Site Natura 2000 La Pointe Fauconnière**.

Suivez le **balisage jaune**. Après avoir pris l'escalier qui descends au départ du sentier des vignes, empruntez le **chemin indiqué à gauche**.

Marchez le long du chemin et découvrez **La Bastide de Nartette** :

Au cœur du vignoble (17 hectares, production AOC Bandol, vin biologique) une petite bastide flanquée de deux tours, témoigne de l'histoire du domaine. Construite à la fin du XVIème siècle, cette bâtisse est d'une grande valeur patrimoniale, c'est en effet, après le château des Baumelles, **le plus vieux bâtiment encore existant sur le territoire**.



i Après avoir appartenu à des seigneurs, puis après la Révolution Française, à des notables, le domaine devient en 1878 un orphelinat pour jeunes filles. Le Conservatoire du Littoral achète le domaine de la Nartette en 1997, l'Institution Don Bosco conserve la propriété de l'ancien château de Valmont qui accueille aujourd'hui une école élémentaire et un collège privés.

À LIRE AVANT DE PARTIR

- L'accès du sentier (entre la Pointe Grenier et la Pointe Fauconnière) **est interdit en période pluvieuse ou orageuse**. Arrêté Municipal n° 2001-08-920.
- Le sentier du littoral est une servitude de passage, vous devez rester sur le cheminement balisé, d'autant plus qu'il longe parfois des propriétés privées.

⚠ Compte tenu des problèmes d'instabilité de la falaise surplombant le tracé du Sentier du Littoral et des risques de chute de blocs et d'affaissement de terrains :

Le sentier du littoral est fermé pour des raisons de sécurité sur la section comprise entre la Pointe Grenier et la Pointe Fauconnière. Le sentier restera fermé jusqu'à la mise en œuvre d'une déviation sur cette portion par les services de l'état.

Pour votre propre sécurité, nous vous invitons à vous conformer à la signalétique mise en place.

- **L'accès à la Baie de la Moutte et à la plage de la galère est interdit par arrêté N° 2001-05-777 (chutes de pierres).**

• INFO OUVERTURE DES MASSIFS FORESTIERS •

De mi-juin à fin septembre, la pénétration, la circulation et le stationnement dans les massifs forestiers sont réglementés. Une carte, mise à jour avant 19h pour la journée du lendemain renseigne sur le niveau de danger feu de forêt massif par massif.

Consultez la carte sur : www.var.gouv.fr ou la page **MÉTÉO** du site de l'Office de tourisme :



Merci de respecter la réglementation stricte affichée à l'entrée de chaque sentier de randonnée
 Ne coupez pas par des raccourcis.
 Pensez à ramener vos déchets.

NUMÉROS D'URGENCE

Pour votre sécurité 32 bornes de localisation ont été mises en place. En cas d'accident, **composez le 112** et indiquez au service de secours le numéro ou le nom de la borne la plus proche du lieu où vous vous trouvez.

Pompiers 18 / Numéro d'urgence Européen 112

Office de Tourisme

Place de l'Appel du 18 Juin
 83270 SAINT-CYR-SUR-MER
 +33 (0)4 94 26 73 73
accueil@saintcyrsumer.com



Téléchargez toutes les brochures de l'Office de Tourisme sur le site www.saintcyrsumer.com

Document conçu et édité par l'Office de Tourisme de Saint-Cyr-sur-Mer. Les informations qu'elle contient sont fournies à la date de création de la brochure. Consultez le site www.saintcyrsumer.com pour bénéficier de la dernière mise à jour. Création : Version 7-2, CS - 17/04/2024 - Crédit photo : DR Crédit photo à Saint-Cyr-sur-Mer / Nico Gomez / Ville de Saint-Cyr-sur-Mer / CBE - Valmont / Conservatoire du Littoral / Office de Tourisme de Saint-Cyr-sur-Mer / Jean-Claude Les Incendies proposés ne peuvent engager la responsabilité de l'Office de Tourisme ni être responsable ni être balisés, ni être autorisés. Ne pas jeter sur la voie publique.



Guide des SENTIERS DE RANDONNÉES à Saint-Cyr-sur-Mer

Sur le littoral

Le sentier Patrimonial de la pointe grenier
 Durée 20 minutes

Le sentier du Littoral entre Port d'Alon et la pointe Fauconnière
 Durée 1h30

Le sentier du Défens Bando!
 Durée 30 minutes

Le sentier du Littoral entre Port d'Alon et Bando!
 Durée 2 heures

Le sentier des engraviers
 Durée 30 minutes

Dans les vignes

Le sentier des vignes
 Durée 1 heure

La colline de sable
 Durée 40 minutes

Le tour de la Bastide
 Durée 20 minutes



⚠ La plage de la calanque de Port d'Alon est accessible aux chiens tenus en laisse seulement entre 9h et 17h du 1er avril au 30 septembre. Les sentiers de randonnée sont autorisés aux chiens tenus en laisse.
 Les temps indicatifs sont donnés pour un bon marcheur.
 Le sentier du littoral est un sentier sportif.
 Balisage : jaune

LE SENTIER PATRIMONIAL DE LA POINTE GRENIER

Durée 20 minutes - Parcours 1 km (Aller)
 Port de la Madrague

Balisage : Jaune



Le départ de cette courte randonnée riche en découvertes se fait au fond du port de la Madrague (voir panneau avec descriptif sentier).

Prendre les escaliers et **suivre le petit passage sur la droite**, entre les habitations. Descendre sur la **plage de la Reinette** et continuer en longeant le rivage.

Après la plage de la Reinette, observer **la source pétillante** à formation de travertin, une curiosité géologique rare. Suivre le sentier, presque les pieds dans l'eau, jusqu'à rencontrer les vestiges du passé industriel de la Pointe Grenier, notamment les trois arches des fours à chaux.

Rejoindre ensuite **la partie haute de la pointe**, qui abrite les vestiges restaurés d'une **batterie militaire** : chapelle, poudrière, casernement et tour de vigie. Du point haut, prendre le temps d'admirer **la vue magnifique sur la Baie des Lecques et le Bec de l'Aigle**.



LE SENTIER DU LITTORAL ENTRE PORT D'ALON ET LA POINTE FAUCONNIÈRE

Durée 1h30 - Parcours 4 km (Aller / retour obligatoire : 3 heures)
 Calanque de Port d'Alon

Balisage : Jaune

Ce sentier à **caractère sportif**, tracé **en haut des falaises littorales**, surplombe le rivage **jusqu'à la Pointe Fauconnière** : points de vue magnifiques, crique et passages en sous-bois se succèdent. Par temps dégagé, **un panorama imprenable**, balayant l'horizon du **Massif du Cap Sicié à l'Est à l'Archipel de Riou à l'Ouest**, s'offre à vous.

Il n'existe actuellement pas de boucle sur cet itinéraire : **le retour se fait donc par le même chemin**, offrant un point de vue différent sur les paysages traversés.

Le sentier longe des propriétés privées : afin de respecter les riverains, **il est impératif de rester sur le tracé** (balisage jaune).

LE SENTIER DU DÉFENS

Durée 30 minutes (Aller) - Parcours : 2.5 km
 Parking du haut de la Calanque de Port d'Alon

Ce petit sentier forestier part **du parking du haut de la Calanque de Port d'Alon**, en face de la barrière d'accès secours. Il grimpe **dans la colline**, jusqu'à un point haut qui vous offre, par temps dégagé, **un panorama remarquable avec vue sur le Cap Sicié**, ses îles et son massif.

Il longe le Domaine privé de Port d'Alon et rejoint ensuite le sentier du littoral : la jonction se fait juste avant l'entrée du lotissement, sur la gauche derrière le grillage.



LE SENTIER DU LITTORAL ENTRE PORT D'ALON ET BANDOL

Durée 2 heures (Aller) - Parcours : 5.4 km jusqu'à la plage des Engraviers
 Calanque de Port d'Alon

Balisage : Jaune

Emprunter le sentier rocheux sur la gauche de la Calanque de Port d'Alon.

En chemin, voir sur **le Rocher de la Galère**, aussi appelé **Le Sous-Marin** (l'accès à la crique est interdit par arrêté N°2001-05-777).

Jusqu'à **la Pointe des Engraviers**, profiter des passages ombragés, formés par les pinèdes méditerranéennes modelées par le vent et des points de vue sur **l'île Rousse et l'Archipel des Embiez**. Continuer jusqu'à **la Plage des Engraviers** puis traverser **la résidence Athéna**.

Suivre la signalétique jusqu'à la **presqu'île du Capélan**. **Longer le littoral**, contourner la Plage et rejoindre le port de Bandol.



LE SENTIER DES ENGRAVIERS

Durée 30 minutes (Aller) - Parcours : 1.2 km
 Arrière-plage des Engraviers

Balisage : Jaune

Le sentier se trouve sur les terrains du Conservatoire du Littoral. Sur l'arrière-plage des Engraviers, **emprunter une piste forestière assez raide**. Suivre cette piste jusqu'à l'intersection avec le sentier du littoral. Suivez le balisage jaune.

Ce sentier emprunte **une piste forestière** et **forme une petite boucle avec le sentier du littoral** sur ce secteur.



LA CALANQUE DE PORT D'ALON

Route de Port d'Alon - Direction Bandol

Port d'Alon se situe sur la commune de Saint-Cyr-sur-Mer et appartient au **Conservatoire du Littoral**. Vous pouvez pique-niquer sur sa plage de galets ou profiter du restaurant : "Chez tonton Ju" (ouvert de début Avril à fin Septembre). Parking payant d'avril à octobre.

L'accès à la calanque de Port d'Alon peut être interdit ou limité de mi-juin à mi-septembre. Prenez connaissance de la réglementation en vigueur au moment de votre visite.

LE SENTIER DES VIGNES

Durée 1 heure - Parcours 3.7 km (Aller / retour obligatoire)
 Du Port de la Madrague à la Calanque de Port d'Alon

Balisage : Jaune

Se garer sur le parking du Hameau de la Madrague puis remonter l'avenue de l'Abbé Dol jusqu'à l'arrêt de bus. Le départ du sentier se trouve juste en face.



Prendre **l'escalier qui descend**, traverser le sous-bois, puis longer les vignes. Toujours suivre **le balisage jaune**. Après avoir consulté les deux premières tables : **La Bastide de Nartette** et **Le Vignoble AOC Bandol**, vous aurez peut-être le plaisir d'observer **La Pelouse à Orchidées** durant sa période fleurie.



N'oubliez pas qu'il est formellement interdit de cueillir ces variétés protégées. Veillez également à suivre le cheminement, afin de ne pas piétiner les plants.

Après cette zone, **prendre à gauche** pour rejoindre la table suivante, qui vous présente un phénomène unique dans la région : **La Dune Eolienne Plaquée**, connue de tous sous le nom de **La Colline de Sable**. **Rejoindre ensuite la route** au niveau de la barrière du Domaine de Nartette. Le sentier reprend en face, **sur l'allée d'oliviers**.

Au bout de cette allée, il se dirige alors sur la droite, le long du grillage, en sous-bois. Arrivé devant une barrière privée, **s'engager dans la montée caillouteuse sur la droite**. Après quelques dizaines de mètres, **prendre sur la gauche et traverser entre les deux carrés de vignes**, pour rejoindre la dernière table qui vous présente les oliviers et les paysages. Enfin, s'enfoncer à nouveau en sous-bois, **descendre sur la gauche, emprunter les marches et longer les vignes** jusqu'à la chicane d'entrée du domaine. Vous avez alors le choix entre **reprendre le chemin en sens inverse** pour aborder le paysage sous un angle différent ou **suivre la route jusqu'à la Calanque du Port d'Alon**, notamment si vous souhaitez effectuer une portion **du sentier du littoral**.

