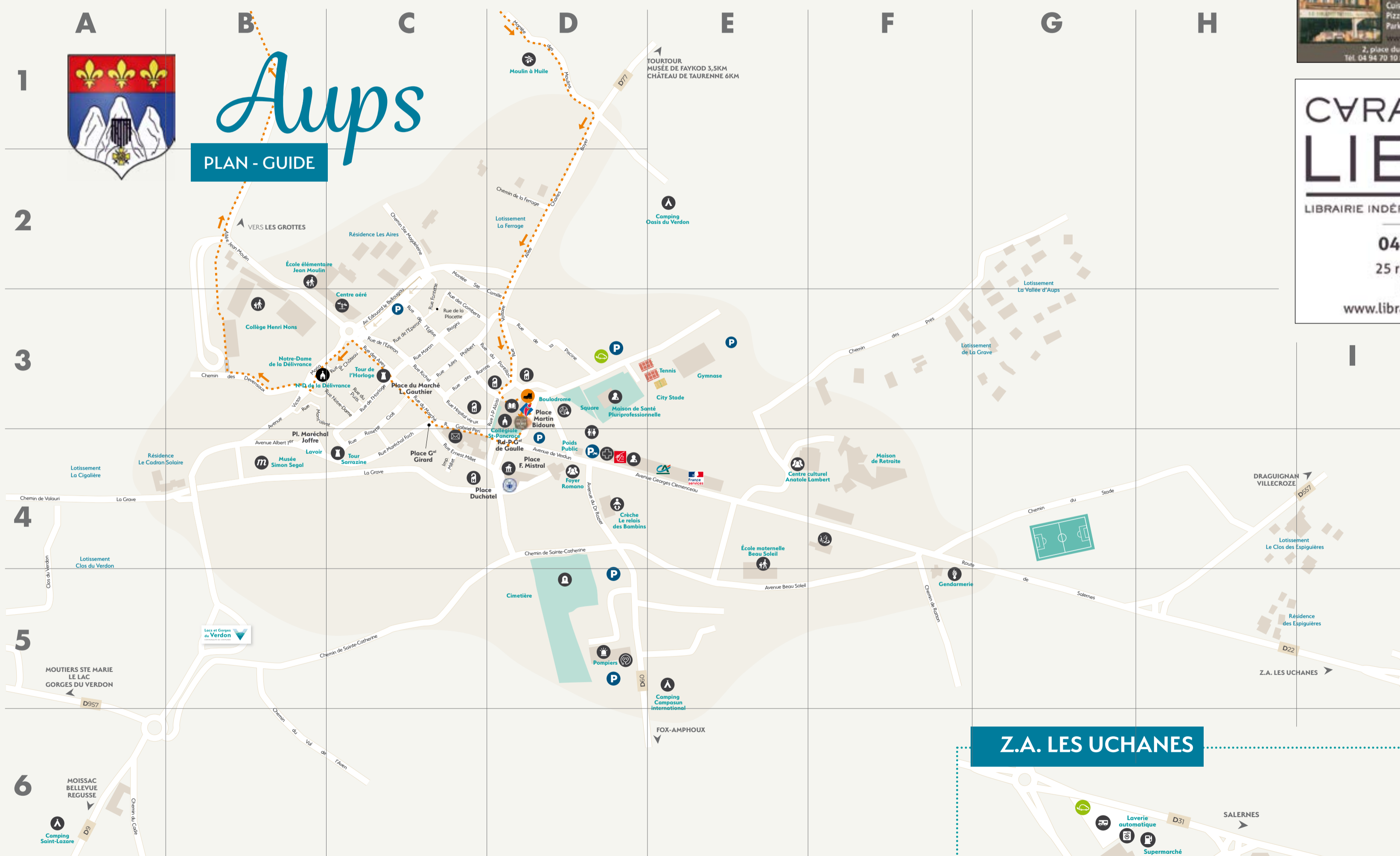




Adresses utiles

Mairie..... D4	Salle communale Centre Culturel Anatole Lambert..... F4	Musée Simon Segal..... B4	Notaires..... F4
Bureau d'information Touristique Maison de la truffe..... D3	Salle communale Foyer Romano..... D4	Maison de Santé Pluriprofessionnelle..... D3	Boulodrome..... D3
Siège de la Communauté de Communes..... B5	France Services..... E4	Maison de la Truffe d'Aups & du Verdon..... D3	Collégiale Saint-Pancrace..... D3
La Poste..... C4	Crèche «Le relais des bambins»..... D4	Pharmacie..... D4	Notre-Dame de la Délivrance..... B3-C3
Centre de tri..... ZA LES UCHANES	Caisse d'Épargne..... D4	Centre Médical..... D4	Station essence..... ZA LES UCHANES
Centre aéré..... C3	Consult Station..... D5	Dentistes..... ZA LES UCHANES	Borne de recharge pour véhicules électriques..... D3
Collège Henri Nans..... B2-B3	Crédit Agricole..... E4	Vétérinaire..... ZA LES UCHANES	Aire de service camping-car..... ZA LES UCHANES
École Élémentaire Jean Moulin..... B2-C2-C3	Police Municipale..... D4	Camping Campasun International..... E5	Laverie automatique..... ZA LES UCHANES
École Maternelle Beau Soleil..... E4-E5	Gendarmerie..... F4-F5	Camping Oasis du Verdon..... E2	
Médiathèque..... D3	Pompiers..... D5	Camping Saint-Lazare..... A6	
		Hôtels..... C4-D4, C3 et D3	



Localisation

Situé à 505 mètres d'altitude sur les premiers contreforts des Alpes dont il tire son nom, Aups, charmant village médiéval vous accueille en toute saison, grâce à son climat sain et tempéré, idéal pour le repos et les vacances.

A mi-chemin des bords de la Méditerranée et des stations d'hiver, porte sud des fameuses Gorges du Verdon, proche du lac de Sainte-Croix, intégré dans le Parc Naturel Régional du Verdon, c'est la capitale de la truffe noire et du Haut-Var, ainsi que le point de départ idéal pour de nombreuses excursions.

Autres adresses utiles

Cimetière.....	D4-D5
City Stade.....	E3
Gymnase.....	E3
Jardin thérapeutique.....	D3-E3
Lavoir.....	B4
Maison de retraite.....	F4
Moulin à huile.....	D1
Poids Public.....	D4
Square.....	D3
Stade.....	G4
Supermarché.....	ZA LES UCHANES
Tennis.....	E3
Tour de l'Horloge.....	C3
Tour Sarrazine.....	C4

Lotissements Résidence

Aires (Rés. Les).....	C2
Cadran Solaire (Rés. Le).....	A4-B4
Cigalière (Lot. La).....	A4
Clos des Espiguières (Lot. Le).....	I4
Clos du Verdon (Lot. Le).....	A4-A5
Espiguières (Rés. des).....	I5
Ferrage (Lot. La).....	D2
Grave (Lot. de La).....	G3
Vallée d'Aups (Lot. La).....	G2-G3

BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE
PLACE M. BIDOURE - 83630 AUPS
+33 (0)4 94 84 00 69 - aups.tourisme@cclgv.fr
www.lacs-gorges-verdon.fr

Orpi

Des femmes et des hommes pour votre bien

Verdon Agence Aups à votre service depuis 1996

GESTION-LOCATION-TRANSACTION

29 Avenue Georges Clemenceau - 83630 AUPS
04 98 10 28 28
verdonagenceaups@orpi.com

Restaurant des Gourmets

5, rue Voltaire - 83630 Aups

04 94 70 14 97 - 06 20 09 75 65

restaurantdesgourmets@gmail.com
www.restaurantdesgourmets.com

Bureau d'information Touristique

Place M. Bidouré - 83630 AUPS
Tel/Fax : + 33 (0)4 94 84 00 69
aups.tourisme@cclgv.fr
www.lacs-gorges-verdon.fr

Index des rues

Aires (Rue des).....	C3	Ciofi (Rue Rosette).....	C3-C4	Gombert (Rue des).....	C3-D3	Moulin (Allée Jean).....	B1-B2-B3-C3	Rozier (Avenue du Docteur).....	D4
Albert 1 ^{er} (Avenue).....	B4	Clemenceau (Avenue G.).....	D4-E4-F4	Grave (La).....	A4-B4-C4-D4	Moulins (Montée des).....	D1	Sainte-Camille (Montée).....	C2-D2-D3
Aloisi (Rue Jean-Pierre).....	D3	Duchatel (Pl. du Gendarme).....	B3	Hôpital vieux (Rue).....	C3-D3	Notre-Dame (Rue).....	B3-C3	Sainte-Catherine (Ch. de).....	B5-C5-D4
Barrins (Rue des).....	C3-D3	Église (Rue de l').....	C3	Horloge (Rue de l').....	C3	Sainte-Magdeleine (Ch. de).....	C2	Salernes (Route de).....	G4-G5-H5-I5
Beausoleil (Avenue).....	E4-E5-F4-F5	Éperon (Rue de l').....	C3	Joffre (Pl. Maréchal).....	B4	Philibert (Rue Jules).....	C3	Stade (Ch. du).....	F4-G4-H4
Biagini (Rue Martin).....	C3	Le Bellegou (Avenue Edouard).....	C2-C3	Le Bellegou (Avenue Edouard).....	C2-C3	Piscine (Rue de la).....	D3	Val de l'Aven (Ch. du).....	B5-B6-C6
Bidouré (Pl. Martin dit).....	D3	Ferrage (Ch. de la).....	D2	Marché (Rue du).....	C3	Placette (Rue de la).....	C3	Verdon (Clos du).....	A4
Boyer (Allée Charles).....	D1-D2	Foch (Rue Maréchal).....	C3-C4	María (Avenue Victor).....	B3-C3	Pontillac (Rue du).....	D3	Verdun (Clos du).....	A4-A5
Cade (chemin du).....	A6	Fontette (Rue).....	C2-C3	Millet (Imp.).....	C4	Prés (Ch. des).....	F3-G2-G3	Voltaire (Rue).....	D3
Château (Rue du).....	C3	Gautier (Pl. Louis).....	C3	Millet (Rue Ernest).....	C3-C4-D4	Puits (Rue du).....	C3		
		Général de Gaulle (Rond-Point).....	D4	Mistral (Pl. Frédéric).....	D4	Ratton (Ch. de).....	F4-F5-G5		
		Girard (Place Général).....	C3	Montolivet (Rue).....	B3-C3	Richel (Rue).....	C3		

NUMÉROS UTILES DE LA COMMUNE

Mairie	04 94 70 00 07
Maison France Services	04 98 10 29 43
Ecole maternelle	04 94 70 05 54
Ecole élémentaire	04 94 70 04 79
Collège Henri Nans	04 94 70 01 16
Assistante sociale	04 83 95 59 60
Police municipale	06 37 73 50 43
	06 75 15 19 12
Médiathèque municipale	04 94 70 07 72
Centre aéré	04 94 84 02 78
Déchèterie Aups / Tourtour / Villecroze	07 61 75 76 03

URGENCE - QUI APPELER ?

Samu (Urgence médicale)	15 ou 112
Police secours/Gendarmerie (Signaler une infraction)	17 ou 112
Pompiers (Situation de péril ou accident)	18 ou 112
Urgences SMS (si vous ne pouvez pas appeler)	114

SANTÉ - SÉCURITÉ

Maison de santé	04 94 50 00 00
Centre médical Clémenceau	04 94 70 77 07
Hôpital Draguignan	04 94 60 50 00
Centre antipoison	04 91 75 25 25
Royal Ambulance	04 94 67 60 73

SERVICES

EDF/GDF - service clientèle	09 69 32 15 15
Suez Eau France - service urgences	09 77 40 11 36

DIVERS

Aéroport Hyères	0 825 01 83 87
Aéroport Nice	0 820 423 333
Aéroport Marseille	0 820 81 14 14
Conseil Départemental du Var / Draguignan	04 83 95 33 00
Sous-Préfecture du Var / Brignoles	04 94 37 03 83
Allo enfance maltraitée	119
Taxi Zaou	06 80 88 14 28
Taxis Véronique et Philippe	06 15 53 61 70

INDEX DES CHEMINS

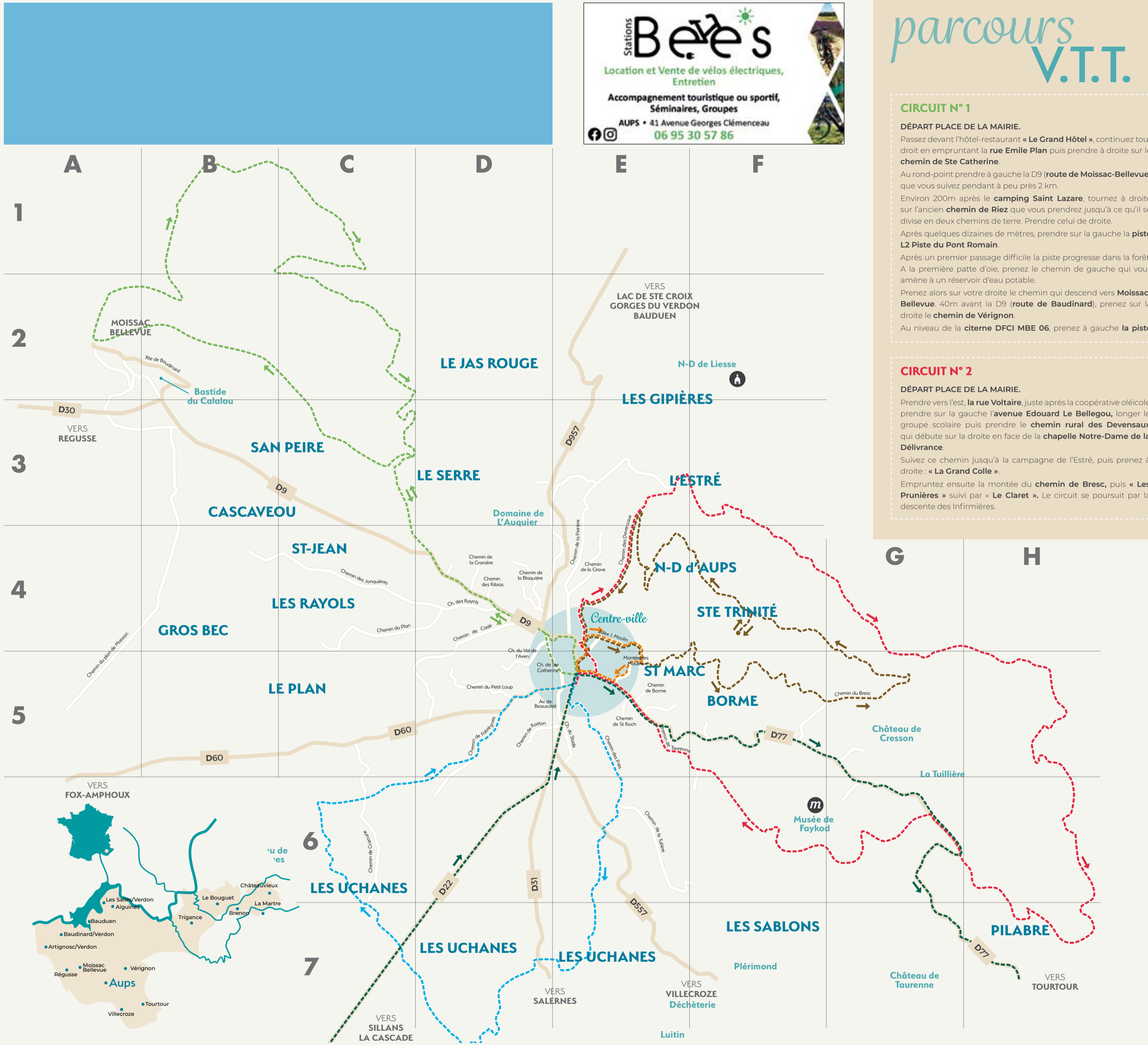
Baudinard (Route de)	A2-B2	Peirière (Ch. de la)	E3-E4
Beausoleil (Avenue de)		Petit Loup (Ch. du)	D5
E5		Plan (Ch. du)	C4-D4
Blaquière (Ch. de la)	D4	Plan de Moissac (Ch. du)	A4-A5-B3-B4
Borme (Ch. de)	E5	Prés (Ch. des)	E5-E6
Bresc (Ch. du)	F5-G5	Rayols (Ch. des)	D5-E5
Cadé (Ch. de)	D4-D5		D4
Devensaux (Ch. des)	E3-E4	Ribias (Ch. des)	D4
Fabrègues (Ch. de)	D5-D6	Saint-Roch (Ch. de)	E5
Granière (Ch. de la)	D4	Sainte-Catherine (Ch. de)	D4-E5
D4		Stade (Ch. du)	E5
Grave (Ch. de la)	E4	Taurenne (Ch. de)	E5-F5
Gréoune (Ch. de)	C5-C6	Tuillière (Ch. de la)	E6
Jonquières (Ch. des)	B4-C4-D4	Val de l'Aven (Ch. du)	D4-D5
Moulin (Allée Jean)	E4		
Moullins (Montée des)	E5		

LES QUARTIERS

Borme	F5	Rayols (Les)	B4-C4
Cascavéou	B3-C3	Sablons (Les)	F7
Estré (L')	E3-F3	Saint-Jean	C4
Gipières (Les)	E2-E3-F2-F3	Saint-Marc	E5-F5
Gros Bec	B4	Sainte-Trinité	F4
Jas Rouge (Le)	D2	San Peire	B3-C3
Notre-Dame d'Aups	E4-F4	Serre (Le)	D3
Pilabre	H6-H7	Uchanes (Les)	C6-D7-E7
Plan (Le)	B5-C5		

LES ADRESSES UTILES

Les Domaines :	Plérimond	F7	
L'Auquier	D3	Luitin	E7-F7
Château de Fabrègues	B6-C6	Autres :	
Château de Cresson	G5	Bastide du Catalou	B2
Château de Taurenne	C7	Musée de Faykod	F6
La Tuillière	G5	Notre-Dame de Liesse	F2



parcours Cyclotourisme

Terres, Truffes et Cascades

Boucle | 35Km | 2h30 à 5h | Dénivelé 576m

AUPS - TOURTOUR
 Depuis l'office de tourisme, s'engager sur la D557 - rue Voltaire jusqu'à l'intersection avec la D957 et la D77. Continuer tout droit en direction de Tourtour. Poursuivre sur 9 km jusqu'au rond-point (possibilité de rejoindre le centre de Tourtour à 750 m).

TOURTOUR - VILLECROZE
 Poursuivre par la D51 en direction de Villecroze. Après environ 5 km, au carrefour, continuer la descente par la D557 et atteindre Villecroze. Traverser le centre-village et - en face de l'église - quitter la D557 pour virer à droite sur la D51, en direction de Salernes.

VILLECROZE - SALERNES
 Après 900m, bifurquer à droite sur le Chemin des espèces. Continuer tout droit sur 2,2 km et, après une courte mais raide montée, tourner à gauche Route de Saint-Barthélemy. Franchir la D560 (prudence !) et poursuivre tout droit Chemin de la Roque jusqu'à rejoindre le parking au pied du stade. S'engager rue des Martyrs de la Résistance et continuer tout droit sur le Boulevard Paul Cotte. Rejoindre la place centrale et la contourner par la droite, en suivant « Toutes directions » (D2580). Au carrefour avec la D31, poursuivre tout droit sur la D2560.

SALERNES - SILLANS-LA-CASCADE
 Traverser le rond-point en sortie de Salernes et suivre la direction de Aups et Sillans-la-Cascade (D2560). Rouler 900m puis, au carrefour au

sommet de la côte, tourner à droite en direction de Aups (D560). Au rond-point qui suit, bifurquer à gauche sur la D31, direction Aups. Quitter la D31 après 500m et s'engager sur la voie verte (signalisation EuroVelo 8 La Méditerranée à vélo). Suivre la voie-verte jusqu'à Sillans-la-Cascade.

SILLANS-LA-CASCADE - AUPS
 Contourner le parking sécurisé marquant l'entrée du site de la cascade de Sillans et atteindre le carrefour entre la D22 et la D560. S'insérer sur la D22 en direction de Aups. Rester sur cet axe sur plus de 10 km jusqu'à Aups. Au rond-point, prendre la 3^{ème} sortie et poursuivre tout droit jusqu'à rejoindre votre point de départ.

Stations Bèbes

Location et Vente de vélos électriques, Entretien

Accompagnement touristique ou sportif, Séminaires, Groupes

AUPS • 41 Avenue Georges Clémenceau
 06 95 30 57 86

parcours V.T.T.

CIRCUIT N° 1
 DÉPART PLACE DE LA MAIRIE.
 Passez devant l'hôtel-restaurant « Le Grand Hôtel », continuez tout droit en empruntant la **rue Emile Plan** puis prendre à droite sur le **chemin de Ste Catherine**.
 Au rond-point prendre à gauche la D9 (**route de Moissac-Bellevue**) que vous suivez pendant à peu près 2 km.
 Environ 200m après le **camping Saint Lazare**, tournez à droite sur l'ancien **chemin de Riez** que vous prendrez jusqu'à ce qu'il se divise en deux chemins de terre. Prendre celui de droite.
 Après quelques dizaines de mètres, prendre sur la gauche la **piste L2 Piste du Pont Romain**.
 Après un premier passage difficile la piste progresse dans la forêt. A la première patte d'oie, prenez le chemin de gauche qui vous amène à un réservoir d'eau potable.
 Prenez alors sur votre droite le chemin qui descend vers **Moissac-Bellevue**. 40m avant la D9 (**route de Baudinard**), prenez sur la droite le **chemin de Vérignon**.
 Au niveau de la **citerne DFCI MBE 06**, prenez à gauche la **piste**

CIRCUIT N° 2
 DÉPART PLACE DE LA MAIRIE.
 Prendre vers l'est, la **rue Voltaire**, juste après la coopérative oléicole prendre sur la gauche l'**avenue Edouard Le Bellegou**, longer le groupe scolaire puis prendre le **chemin rural des Devensaux** qui débute sur la droite en face de la **chapelle Notre-Dame de la Délivrance**.
 Suivez ce chemin jusqu'à la campagne de l'Estré, puis prenez à droite : « **La Grand Colle** ».
 Empruntez ensuite la montée du **chemin de Bresc**, puis « **Les Prunières** » suivi par « **Le Claret** ». Le circuit se poursuit par la descente des Infirmières.

Balisage : les itinéraires sont jalonnés par une balise présentant 2 ronds accolés à un triangle

Intermédiaire | 18Km | 2h30

Confirmé | 19Km | 2h30

Ici deux possibilités:

- Suivre la voie romaine qui vous conduira à la carrière de Pilabre.
- **Pour les très confirmés** : prendre à droite en bas des infirmières et suivre ce chemin qui vous permet d'éviter la déchèterie.

Prenez alors tout droit la **D77** sur 300m puis tournez à gauche afin de prendre la **descente des Espuveries**.
 Passez **le Musée De Faykod**, continuez tout droit, le **chemin de St-Roch** vous ramènera à la **D77** que vous emprunterez en tournant à gauche pour revenir au village.

parcours Pedestres

Très facile | 2,1Km | 1h30 | Dénivelé 65m

SENTIER DES GROTTES
 Moyen | 11,8Km | 5h | Dénivelé 431m

LA CROIX DES PINS

LA PREMIÈRE PARTIE DU TRACÉ EST COMMUNE
 DÉPART / ARRIVÉE : OFFICE DE TOURISME.
 Départ : Depuis l'office de tourisme, passer devant la Collégiale St-Pancrace et remonter l'avenue Gabriel Péri puis la rue du Marché. Passer au pied de la Tour de l'Horloge, suivre la rue des Aires et sortir des remparts par le portail des Aires. Longer la chapelle Notre-Dame de la Délivrance et s'engager, de l'autre côté de la route, sur le chemin rural des Devensaux - Le balisage commence ici.
 A 150 m, prendre à droite et passer devant le collège. Monter jusqu'à la chapelle Sainte-Trinité (X^e et XI^e siècles), passer en contrebas de celle-ci et rejoindre par un chemin en terre les premières grottes d'Aups. Poursuivre sur le chemin plat pendant encore 300 m pour atteindre, blottie dans la paroi, la curieuse chapelle Sainte-Magdeleine. Poursuivre l'itinéraire sous les chênes verts, longer un muret et rejoindre une intersection.
SUITE DU SENTIER DES GROTTES
 Suivre le petit sentier de droite et descendre le long de murets en pierre sèche. Rejoindre une petite route, continuer à descendre, passer devant les bâtiments du moulin à huile et gagner la route départementale d'Aups à Tourtour. Rentrer au village en empruntant sur la gauche l'allée Charles Boyer.
SUITE DE LA CROIX DES PINS
 Par le sentier de gauche, remonter le vallon à gauche et accéder à la piste forestière. Emprunter la piste à droite. Continuer pendant encore 1 km, puis rejoindre une citerne et le carrefour avec la piste de la Grand Colle. La Suivre sur la gauche. Elle est goudronnée sur 400 m, puis poursuivre sur le chemin de terre jusqu'au col de Brès.

Juste avant le col, monter sur le chemin à gauche. L'ascension dure 800 m jusqu'au sommet de la montagne des Espiguières. Le chemin se poursuit sur le plateau jusqu'à une citerne (à 1 km). Prendre un petit sentier sur la gauche dans les bois pour rejoindre rapidement la Croix des Pins (aller et retour). Revenir à la piste et continuer la traversée. Descendre le chemin à travers la forêt puis rejoindre à 1,7 km la piste forestière de la Croix des Pins.
 Virer sur la piste à droite et à 800 m tourner à gauche sur le chemin des Devensaux. Suivre ce chemin jusqu'au village pour revenir au point de départ.