

**Départ** Départ Côte Longue , Aiguines**Arrivée** Sommet Côte Longue Aiguines, Aiguines**Caractéristiques**

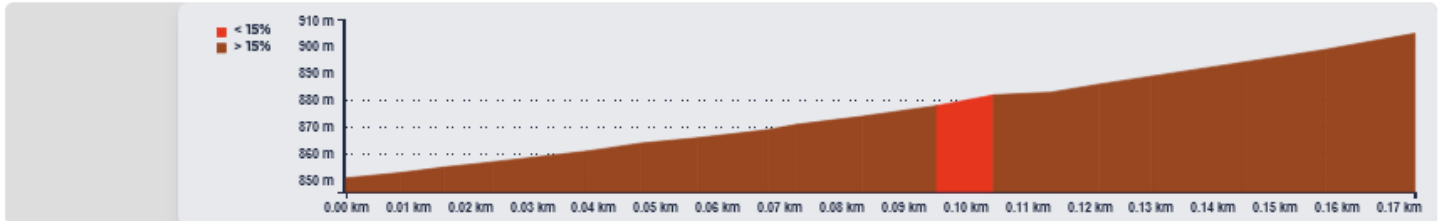
↔ 173.00 m

↗ 54 m

↘ -

↑ 905 m

📈 Moyen

**Description**

Garez vous sur le parking RD 71 en face de l'entrée du Camping de l'Aigle. Le départ de l'atelier côte est situé sur le sentier juste au dessus. L'atelier côte longue de la station de Trail Aiguines.

**Objectifs :**

Améliorer sa force et sa résistance musculaire  
Se familiariser avec l'utilisation des bâtons.

Au travers de notre pratique, il est indispensable de respecter le travail des agriculteurs, autres exploitants et propriétaires qui nous accueillent sur leurs terrains : Afin que les troupeaux ne s'échappent pas, bien refermer toutes les clôtures électriques et ne pas les endommager !

Egalement, ne pas déranger les troupeaux, saluez les personnes croisées d'un amical « bonjour », et bien entendu ramenez tous vos déchets ! Ne couper pas les itinéraires à travers les prairies.

Téléchargez [l'appli On Piste](#) et laissez vous guider tout au long du parcours.

**AVANT DE PARTIR, TÉLÉCHARGEZ LE PARCOURS SUR L'APPLI ON PISTE**

- 📶 Guidage GPS et vocal
- 📍 Les bonnes adresses autour de vous
- 📈 Trackez et enregistrez vos performances
- 🌟 Relevez nos défis
- 🗨️ Partagez votre expérience

**CONTACTS**

**Bureau d'Information Touristique Aiguines:**  
+33 (0)4 94 70 21 64



**Numéros d'urgence**  
**112 | 114**

**Suivez le balisage****Balisage parcours****Balisage atelier****Légende**

- ▶ Point de départ
- ◀ Point d'arrivée
- ❄ Point d'eau
- ☀ Zone de vigilance

**Niveau de carte · Outdoor**