



A travers la forêt du Bessillon



© L. Barbe | Provence Verte & Verdon Tourisme

Point de départ

📍 COTIGNAC

📍 Lat : 43.524912 Lng : 6.149919

Informations techniques



Marche

Facile ⌚ 2h30m

↗ Deniv. pos.
190 m

↑ Alt. max.
382 m

↓ Alt. min.
208 m

↔ Distance
8 km



Proposé par :

Provence Verte & Verdon Tourisme

<http://www.provenceverteverdon.fr>

Ce document a été généré automatiquement grâce à Cirkwi, la solution de référence pour structurer, enrichir et diffuser vos données touristiques.

Description

Cette randonnée à l'ombre du Gros Bessillon vous emmènera jusqu'à la Source Saint-Martin, un endroit bucolique avant de rejoindre la forêt du Bessillon qui vous offrira un environnement ombragé, idéal en été !

1. Depuis le parking, passer devant l'office de tourisme, traverser le pont pour rejoindre le centre du village. Au niveau du passage piéton se faufiler à gauche pour grimper l'escalier qui rejoint le cours. Le remonter sur 100 mètres.

2. Tourner dans la « rue de l'Arainié » après le vendeur de miel. Poursuivre sur le « chemin du Derroc » et traverser la rivière grâce à la passerelle. Grimper la « rue Melchior-Pastour ». Tourner immédiatement à gauche après la chapelle Saint-Martin.

3. Longer la route sur environ 50 mètres et la traverser (Prudence !), puis se faufiler à droite sur le petit sentier en épingle avant le virage.

4. A l'intersection, prendre à gauche sur le « chemin de la Lauve » pour regagner la route. A l'oratoire, poursuivre sur la petite route en face en traversant la route (Prudence !)

5. Après 200 mètres, quitter la route et tourner à gauche sur le petit sentier en sous-bois (virage en épingle). Une fois que vous apercevez la route à travers les arbres, descendre sur la gauche pour arriver à la Source Saint-Martin. Remonter à droite la route goudronnée en passant devant la glacière. Poursuivre jusqu'au prochain carrefour.

6. A l'embranchement, poursuivre toujours tout droit sur la piste jusqu'à la barrière DFCI « N723 ».

7. Après 850 mètres, descendre à gauche la « piste de Val Longue » (suivre N92). Ignorer l'élargissement du chemin à gauche en épingle en continuant tout droit sur le chemin qui descend vers un carrefour.

8. A l'intersection, descendre la piste à gauche. Après 100 mètres s'engager à droite sur le chemin pour rejoindre une petite route goudronnée. /! Merci de ne pas nourrir les chevaux ! L'emprunter à gauche. A l'intersection, poursuivre à gauche en ignorant le « chemin de la Colle ». Poursuivre en direction de la « traverse de la colle » pour rejoindre l'office de tourisme et le parking de départ.

Animaux

Oui.

Informations complémentaires

Période d'ouverture

Toute l'année tous les jours.

De juin à septembre : l'accès aux massifs forestiers est réglementé par la préfecture en raison du risque incendie.

Consulter la carte interactive : <https://www.risque-prevention-incendie.fr/var/> (disponible chaque soir à 18h).

Mis à jour par

Provence Verte & Verdon Tourisme - 05/03/2026

<http://www.provenceverteverdon.fr>

Environnements

En forêt

A la campagne

Centre village

Contact

Téléphone : 04 94 04 61 87

Email : cotignac@provenceverteverdon.fr

Site web : <http://www.provenceverteverdon.fr>

Nature du terrain

Cailloux

Terre

Revêtement dur (goudron, ciment, plancher)

Gravillons

Non adapté aux poussettes

Compléments de localisation

Cotignac, à 21 km au nord-est de Brignoles par les DN7, D554, D562, D22 et D13.

Un panneau indiquant le départ de la randonnée se situe à l'entrée du parking.

Références Topo guides et cartographiques

Références Topo guides :

Topoguide FFRandonnée "la Provence Verte...à pied" en vente dans les offices de tourisme de Brignoles, Cotignac, Barjols, Carcès, Nans les Pins, Saint-Maximin la Sainte-Baume et Plan d'Aups Sainte-Baume & sur la boutique en ligne > <https://www.la-provence-verte.net/accueil/boutique-en-ligne.php?prod=60103>

Histoire, culture et patrimoine

A découvrir en chemin :

- Chapelle Saint-Martin

- Source Saint-Martin

- Glacière

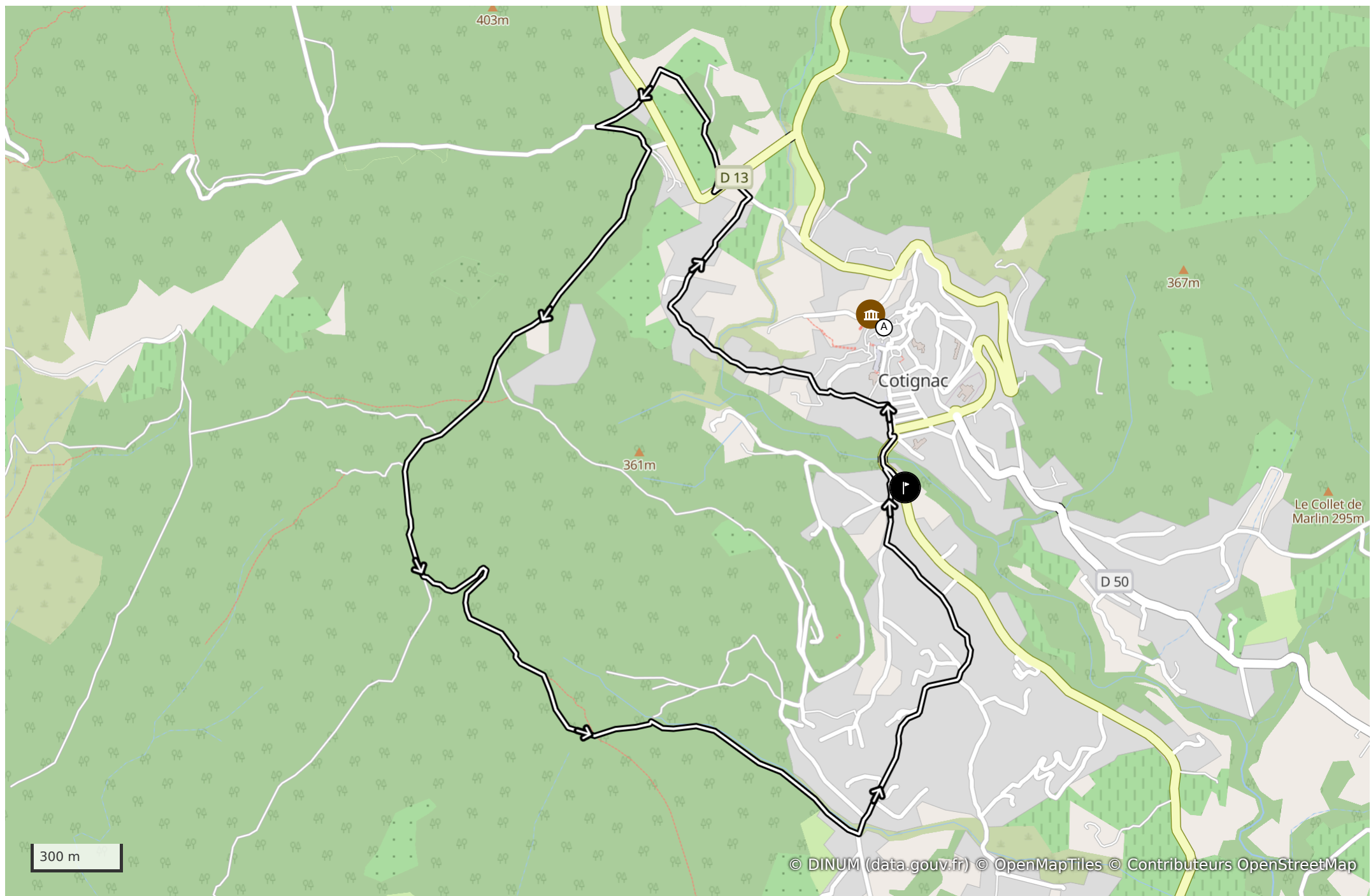
- Forêt du Bessillon

Passages délicats

- En cœur de village : emprunter les passages piétons et les trottoirs

- Traversée de la D13 à deux reprises, prudence !

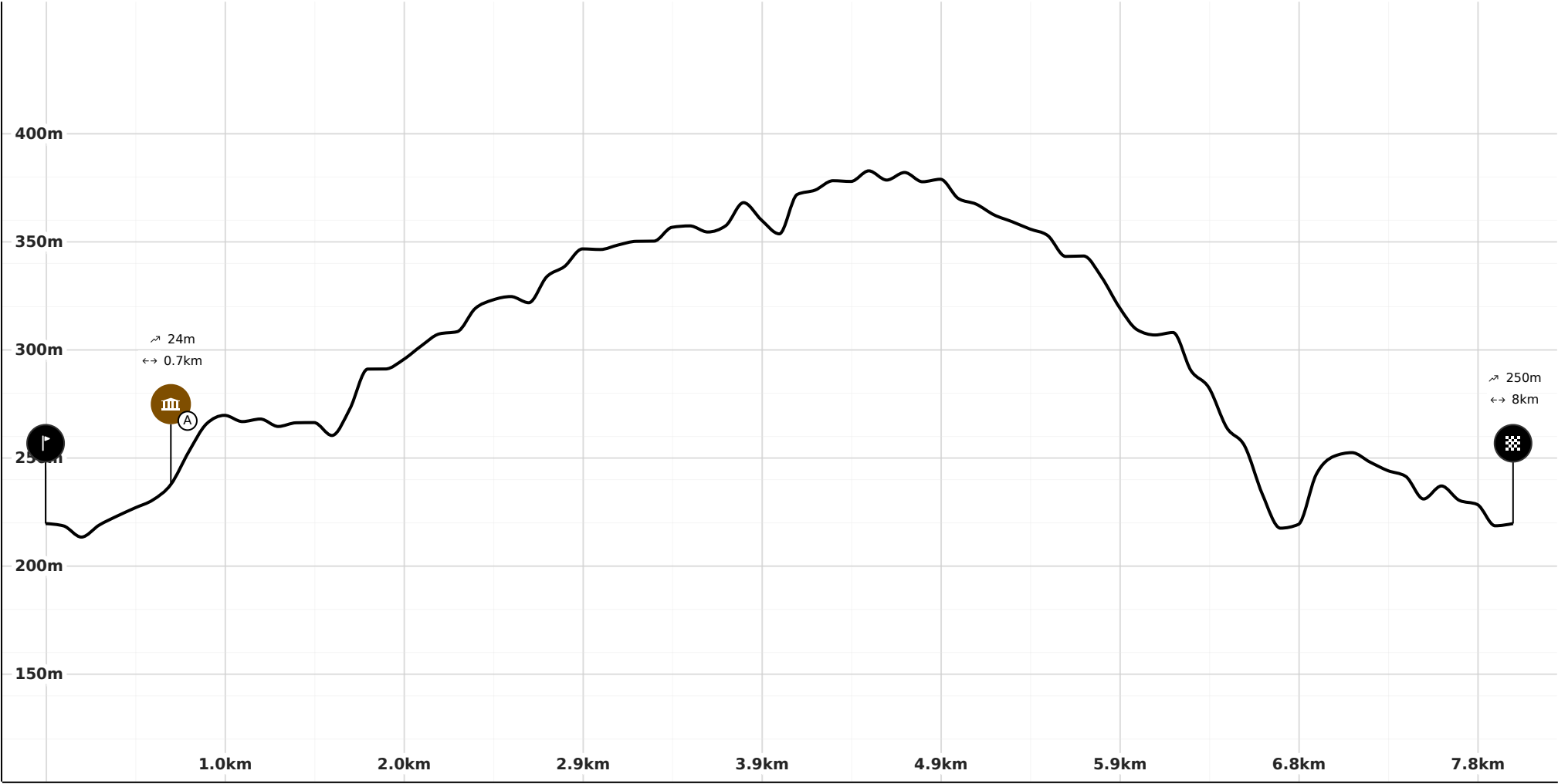
- Merci de ne pas nourrir les chevaux après le point n°8. Ce sont des chevaux de compétition qui dispose d'un régime spécial.



Légende (Carte et profil altimétrique)

 Point de départ  Point d'arrivée  Itinéraire

Profil altimétrique



Infos parcours et Points d'intérêt



Habitats troglodytes dans le rocher de tuf

Monuments et architecture Par Provence Verte & Verdon Tourisme



Anciennes habitations troglodytes abritées par un rocher de tuf de 400m de long et 80m de haut à visiter d'avril à novembre. Ce "balcon" offre des points de vue panoramiques sur le village et la découverte d'anciens habitats troglodytes.

Surnommé le rocher par les habitants, cette falaise de tuf est l'emblème de Cotignac, Il surplombe le village qui s'est construit à ses pieds.

| AU PIED DU ROCHER | On trouve aujourd'hui d'anciennes maisons semi - troglodytes, encastrées dans la falaise, parfois reconverties en hébergements touristiques.

| AU SOMMET DU ROCHER | Se dressent deux tours de guet dites "sarrasines". Elles avaient pour rôle de surveiller les éventuelles invasions. Une table d'orientation offre une vue sur les toits de Cotignac et les environs.

| HISTOIRE |

- À l'ère quaternaire, la rivière de la Cassole passait par le sommet du rocher et se jetait en immense cascade au pied de la falaise, où se situe le village actuel. C'est elle qui a façonné cette pierre tendre : le tuf ; dans lequel des habitats troglodytes se sont développés. La cascade a été déviée au XIe siècle laissant derrière elle cette particularité géologique.

- Au Moyen Âge : Au milieu de ce rocher, une fortification a été construite, ainsi que deux tours dites sarrasines ou de gué qui le surplombent, afin de pouvoir scruter l'horizon.

En cas d'invasions, les habitants se réfugiaient alors avec bêtes et vivres au sein des habitats troglodytes.

- Jusqu'à la fin du XIXème siècle, le rocher fut également une carrière très active. Pour construire le village actuel, la roche était creusée pour en extraire des pierres et des caves étaient comblées avec les gravats.

Le nombre de cavités et leurs usages ont ainsi évolué au cours du temps.

| INFORMATIONS PRATIQUES |

- Visite libre environ 15 minutes.

- Accès : depuis la place de la Mairie, grimper les escaliers en direction du rocher, puis suivre les panneaux "promenade du rocher"

- 90 marches, passages étroits et escarpés, déconseillé aux personnes ayant des difficultés à marcher, sujettes au vertige, inaccessible en poussette.

© provenceverteverdon.fr/FG



Tarif(s)

Plein tarif : 2,50 € (Gratuit pour les moins de 10 ans). Vente de bouteilles d'eau sur place : 1;50 €.

Mis à jour par

Provence Verte & Verdon Tourisme - 04/03/2026

<http://www.provenceverteverdon.fr>

Période d'ouverture

Du 30/03 au 30/10/2026 le lundi, mardi, vendredi et les week-ends de 9h30 à 12h et de 14h à 18h.

En juillet-août tous les jours de 9h30 à 12h et de 14h à 18h30.

Dernier accès 15min avant fermeture.

Fermé en cas de pluie.

Visite de groupe sur demande.

Contact

Téléphone : 04 94 04 61 87

Email : cotignac@provenceverteverdon.fr

📍 83570, COTIGNAC

📍 Lat : 43.529711 Lng : 6.148837