

TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION BELLES BALADES

Disponible sur  AppStore

 Google play

SURVOLEZ chaque parcours
ÉCOUTEZ les chants des oiseaux
GÉOLOCALISEZ votre position
ÉQUIPEZ-VOUS selon la prévision météo à 10 jours



SOMMAIRE

Comment utiliser les guides Belles Balades ? 4
 Comment utiliser l'appli Belles Balades ? 6
 Le Parc naturel régional de la Sainte-Baume 8
 Randonnez dans le Var et les Bouches-du-Rhône avec les comités départementaux 11
 Avant de partir sur les sentiers 12

Sentier de l'Aubanède
 1 Sur les traces des contrebandiers 14

L'ermitage de Saint-Jean-du-Puy
 2 Sur les crêtes 18

Les gorges du Caramy
 3 À l'ombre de la ripisylve 22

Le chemin d'Engardin
 4 Un paysage façonné par l'eau 26

Plaine de Nans
 5 Le chemin de la glace 30

Pleurer comme une Madeleine 34

Au bord de l'Huveaune
 6 Les légendes du fleuve 36

La forêt du Défens
 7 Au fil de l'eau 40

Le tour de La Lare
 8 Des eaux limpides aux crêtes arides 44

Le pic de Bertagne
 9 Sur le toit des Bouches-du-Rhône 48

De la grotte au sommet 52

La chapelle Saint-Pilon
 10 Au cœur de la forêt relique 54

La forêt de Mazaugues
 11 Loup, y es-tu ? 58

Loup y es-tu ? 62

La Roquebrussanne
 12 Sculptures naturelles 64

Le bois de Garéoult
 13 Sur les hauteurs de la chânaie 68

Le pilon Saint-Clément
 14 Les barres de Cuers 72

Le sentier des deux chapelles
 15 Un pèlerinage provençal 76

Surpuissant et insusable 80

Le sentier du Limbert
 16 La forêt Saint-Pons 82

Vallée de Saint-Pons
 17 Le sentier de la glacière 86

Le pic de Bertagne
 18 Les crêtes de la Sainte-Baume 90

Les aiguilles de Valbelle
 19 Quand la nature se fait architecte 94

Sentinelles de la forêt 99

Les barres de Cuers
 20 Un balcon méditerranéen 100

Circuit du Grand Cap
 21 À la recherche des papillons 104

L'Éléphant de pierre
 22 À la découverte d'un plateau karstique 108

La tête de Cade
 23 Vestiges de pierre 114

La font de Mars
 24 Sur le sentier médiéval 118

La Cadière-d'Azur
 25 Un récif vieux de 85 millions d'années 122

Gémenos → Plan d'Aups
 26 Panoramas impressionnistes 126

Plan d'Aups → Nans-les-Pins
 27 Balade minérale et forestière 130

Nans-les-Pins → Mazaugues
 28 Beautés cachées 134

Mazaugues → Plan d'Aups
 29 Traversée des crêtes 138

Balcon de la Méditerranée 143

Plan d'Aups-Sainte-Baume → Gémenos
 30 Un air de montagne 144

Gémenos → Cuges-les-Pins
 31 Traversée verte 148



Cuges-les-Pins → Signes
 32 Pinèdes et garrigues 154

Signes → Méounes-les-Montrieux
 33 Ambiance western 162

Méounes-les-Montrieux → La Roquebrussanne
 34 La Provence à tire-d'ailes 166

La Roquebrussanne → Mazaugues
 35 À l'écoute du sous-bois 170

Listes des hébergements le long du GR de Pays Hébergements 180

Carnet du naturaliste 174