Les randonnées VTT du Var

Le sentier de Courourette

Partez à la découverte de ce sentier, situé au cœur des villages perchés de Salernes et Sillans-la-Cascade.



Vestiges d'une bergerie en pierres au milieu de la végétation verdoyante (Département du Var)

INFOS PRATIQUES

Territoire(s) de valorisation : CA DRACENIE PROVENCE VERDON AGGLOMERATION

Commune(s) : Salernes - Sillans-la-Cascade

Zones réglementaires : Parc Naturel Régional du Verdon

Départ : Parking maison de la céramique

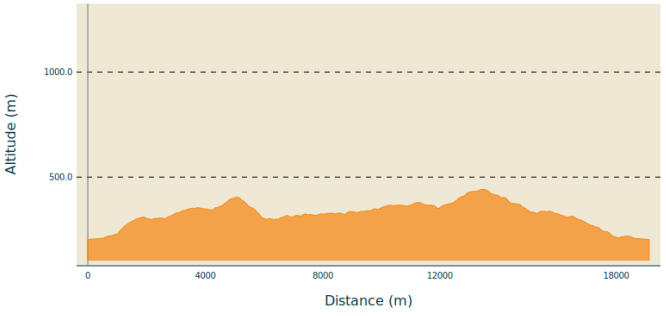
Arrivée : Parking maison de la céramique

Parking conseillé : Coordonnées GPS : 6°14'0,375"E 43°33'34,87"N

Pratique : Randonnée VTT - Type : Boucle

Distance : 19.1 km - Durée : 2 h

Difficulté : Difficile - Dénivelé positif : 486 m



Altitude min 202 m Altitude max 442 m

DESCRIPTIF

Couleur balisage : orange

Prenez le poteau flèche directionnel LE MUSEE n°231 à l'angle du pont, direction Sillans-la-Cascade – Village par Courourette.
Longez la rivière de la Bresque.

Tournez à droite sur le petit pont (1) et continuez sous la porte cochère pour arriver dans le centre du village. En sortant, prenez à gauche puis tout de suite à droite (2) juste derrière le platane pour roulez à travers les ruelles et rejoindre le parking du Boulevard Paul Cotte. Suivez bien le balisage peinture pour éviter de vous perdre dans le dédale des rues.

A votre arrivée au parking du boulevard P.Cotte, dirigez vous vers la montée à l'angle gauche (3) et retrouver la route. Arrivé en haut de la côte, continuez tout droit, vous pouvez prendre le temps d'aller admirer les ruines du château (4) en respectant les règles de sécurité.

Roulez jusqu'à la RD 560 (5), traversez la prudemment, pour rejoindre le chemin de la St-Barthélémy juste en face. A l'intersection prenez à gauche et restez sur la route principale km, pour arriver au poteau flèche "SAINT-BARTHELEMY n°239" (6). Vous pouvez visiter l'Espace Naturel Sensible de Saint-Barthélémy, site majestueux, propriété du Département où des tables de pique-nique sont à votre disposition pour faire une pause.
Reprenez la route à gauche du poteau flèche, direction Sillans-la-Cascade Village. Vous apprécierez de rouler enfin sur une piste sableuse bordant la rivière.
Continuez en suivant le balisage orange. Attention, les mollets vont un peu piquer avec l'ascension de la pente (7) juchée de roches. Vous remarquerez les vestiges d'une maison troglodyte.

À votre arrivée au sommet de la pente, continuez tout droit en suivant le balisage orange. Avis aux amateurs de descentes techniques (8), celle qui suit est une single avec de nombreux obstacles, type dalles de roches, nombreuses pierres…

A l'issue de cette descente, prenez à droite pour rejoindre la RD, traversez la prudemment (9) pour retrouvez l'ancienne voie ferrée et le poteau flèche "LA COMBE" n°240, direction Sillans-la-Cascade.

Roulez environ 4 km avant de rejoindre le parking de l'école, près du centre du village. Pensez à faire une halte pour admirer la cascade en descendant au belvédère (10). Attention, le sentier n'est pas praticable en VTT. Laissez-le à l'entrée du sentier, la pose d'un antivol est conseillée.

Continuez tout droit en longeant la rivière sur l'ancienne voie ferrée.

Au poteau flèche LA CARRIERE n°245 (11), suivez Salernes par le Bas Ricoui en suivant le poteau

flèche LE CHATEAU n°236, empruntez la route départementale D560 sur la gauche.
Au feu rouge, descendez à droite par le Bastidon. Vous pouvez rouler à travers champs avant de tourner à droite pour rejoindre le sentier du Bas Ricoui.
Au bout de 150 m (12), tournez sur la droite dans un single comportant quelques obstacles sans difficulté majeure, d'une distance d'environ 800 m.

Au poteau flèche LE RICOUI n°234, suivez Salernes Village en prenant 2 fois à gauche (13) pour retrouver le single avec un petit dénivelé pour se faire un peu les mollets.

A l'issue de cette montée, prenez à droite vous retrouvez une large piste caillouteuse jusqu'à l'épingle, attention à votre vitesse.

Après l'épingle (14), dirigez vous vers le sentier face à vous pour empruntez sur un single entouré de végétation et entre les vestiges d'une bergerie. Attention il est strictement interdit d'y rentrer ou d'y toucher, le site est très fragile.

Continuez encore environ 350 m et tournez à droite (15), vous retrouvez la piste pour profitez d'une belle descente jusqu'au pont en pierre et la piscine naturelle de la Muie.

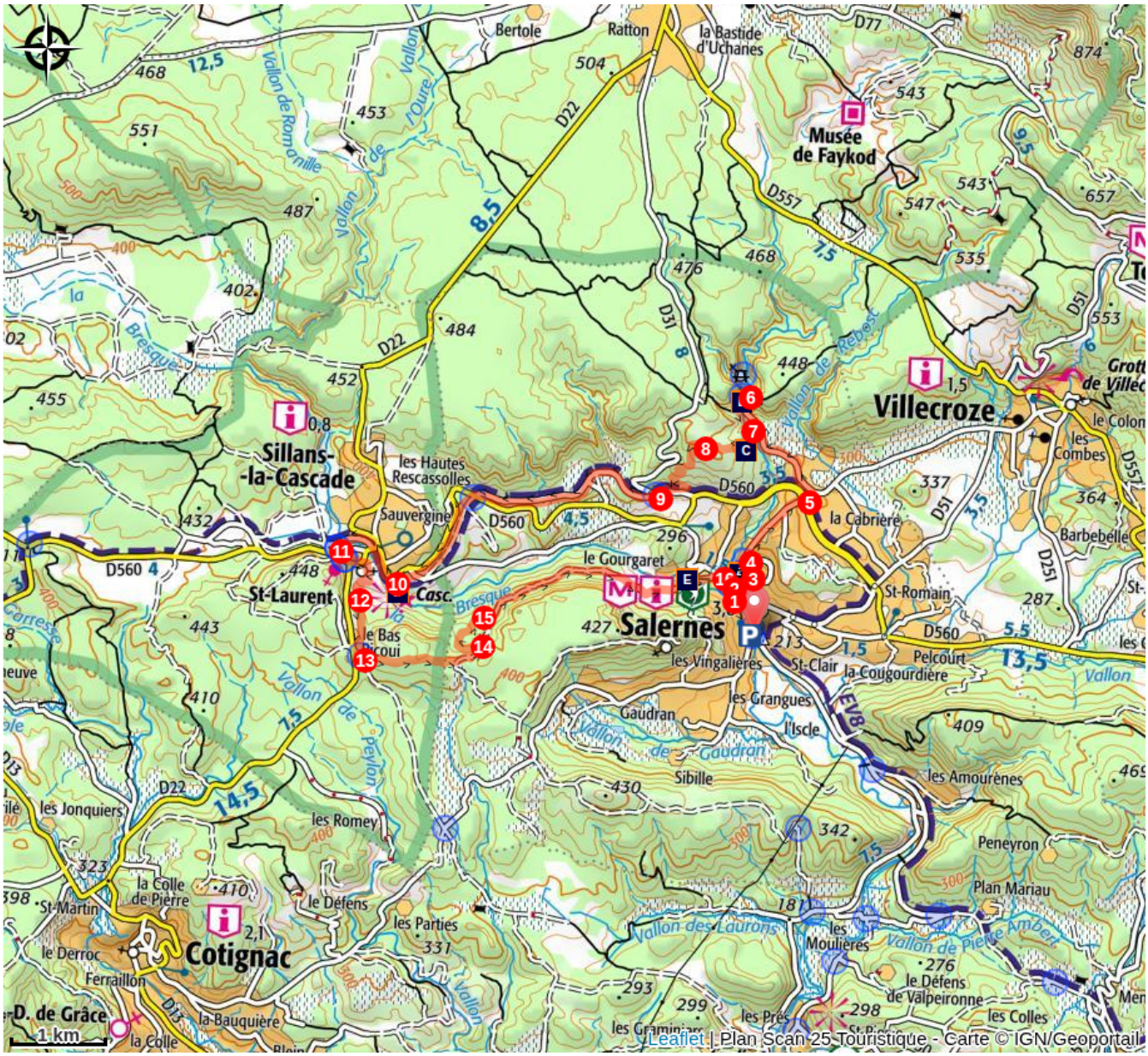
Pendant la saison estivale, vous pouvez prendre le temps de vous y arrêtez faire une pause, la baignade est autorisée.

Retour en selle, roulez jusqu'à la route en empruntant le chemin de la Muie, prenez à droite (16) jusqu'à la porte cochère pour retrouver votre point de départ.

ACCÈS ROUTIER

À 30mn des échangeurs autoroutiers de Brignoles et du Muy, de l'Autoroute A8.
Parking à l'entrée du village de Salernes

CARTE



À DÉCOUVRIR

- Vestiges du château de Salernes (A)
- Martin-pêcheur d'Europe (B)
- Faune remarquable (C)
- Cascade de Sillans-la-Cascade (D)
- Piscine de la Muie (E)

LES RECOMMANDATIONS


interdiction de fumer et faire du feu


véhicules motorisés interdits


bivouac interdit


cueillette interdite


chiens tenus en laisse


Vérifier la météo


Emporter vos déchets


Port du casque recommandé

Ne pas sortir de l'itinéraire balisé

Respecter le travail des agriculteurs, exploitants

Refermer toutes les clôtures

La nature ne s'enrichit pas de nos déchets: merci de les emporter avec vous.
La réponsabilité des usagers est engagée si les règles de sécurité de base ne sont pas respectées.

LES ÉQUIPEMENTS

- **Casque de protection**
- **Eau, petite provision**
- **Vêtement de pluie**
- **GPS et/ou carte IGN**
- **Gilet fluo (période de chasse)**
- **Matériel de réparation**
- **Trousse à pharmacie**

CONTACTS UTILES

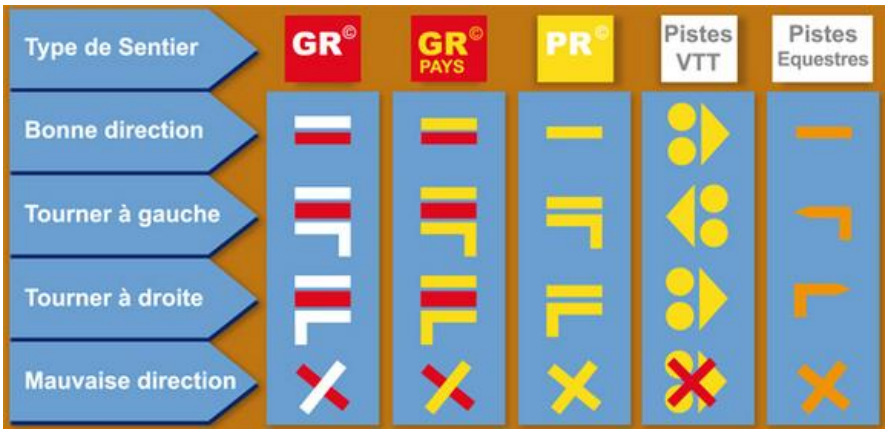
Signaler un problème: https://sentinelles.sportsdenature.fr/
Risques incendies: Consulter la vigilance incendie https://www.risque-prevention-incendie.fr/var/
Numéro d'urgence: 112
Renseignements: var.fr rubrique "contact" ou gro-pdesi83@var.fr







BALISAGE



LE DÉPARTEMENT

Pilote d’un développement maîtrisé des sports de nature, le Département du Var vous propose une offre éco-sportive en lien avec les dynamiques locales, sous l’égide des fédérations françaises sportives.
La pratique de sports de nature est un vecteur de découverte des richesses environnementales et patrimoniales du Var. La promotion d’un tourisme sportif proche de la nature est construite autour d'une offre accessible, équilibrée et responsable.
Le Département s'investit, avec des moyens techniques et financiers, pour améliorer le confort des utilisateurs dans leur pratique sportive, développer l'attractivité des sites et veiller à leur préservation.