

Gros Cerveau Est



En dehors des sentiers battus, admirez un panorama exceptionnel sur le littoral de La Ciotat à Porquerolles.



Panorama du massif du Gros Cerveau (Département du Var)

INFOS PRATIQUES

Territoire(s) de valorisation : CA SUD SAINTE BAUME

Commune(s) : Sanary-sur-Mer - Ollioules

Départ : A proximité du jardin exotique

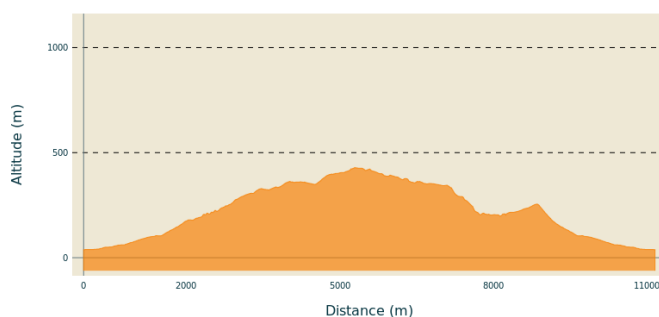
Arrivée : A proximité du jardin exotique

Parking conseillé : 5°46'33"E 43°8'49"N

Pratique : Randonnée pédestre - Type : Boucle

Distance : 11.1 km - Durée : 4 h 30

Difficulté : Moyen - Dénivelé positif : 543 m



Altitude min 38 m Altitude max 429 m

DESCRIPTIF

Couleur balisage : rouge

Au départ de l'itinéraire, prenez la route «chemin de Sainte- Trinide», en direction Nord Est, en suivant le balisage rouge.

A l'intersection, continuez tout droit sur le chemin «De la Piole Paul Venel». Quelques centaines de mètres plus loin, soyez vigilants, le circuit quitte le bitume.

Prenez à gauche un sentier bordé de ganivelles.

Un panneau d'information sur les circuits de randonnées est présent à l'entrée. Suivez ce sentier. Passez devant un ancien four à chaux et poursuivez tout droit.

A la prochaine intersection, prenez le sentier sur la gauche et poursuivez en montant jusqu'à la route du Gros Cerveau. Traversez celle-ci et prenez le sentier à droite. Vous êtes sur le GR 51. Suivez- le jusqu'au fort militaire du Gros Cerveau. Arrivez à l'ouvrage, laissez le GR 51 sur votre gauche et passez devant le fort. Continuez sur la piste qui redescend sur la route. Prenez-là sur votre droite et poursuivez jusqu'à la fin du bitume.

A cet endroit, prenez la piste à gauche sur 50 m et entre deux gros pins d'Alep, prenez le sentier qui descend sur la gauche. Vous arrivez sur une nouvelle piste. Prenez à droite. Suivez celle-ci sur quelques centaines de mètres. Après une épingle à droite, soyez vigilant, l'itinéraire quitte la piste pour prendre un sentier sur la gauche, assez peu visible dans le pare feu.

Suivez ce sentier. Vous revenez sur le départ de la boucle. A cet endroit, reprenez l'itinéraire de départ, en sens inverse, qui vous ramène au parking.

ACCÈS ROUTIER

Depuis Sanary, en direction de Bandol, suivez les indications "Jardin exotique".

De l'autoroute, sortie 12 Bandol. A 40 min de Marseille et d'Aix en Provence – 15min de Toulon.

Par la route, suivez la D559 jusqu'aux indications du parc « Jardin Exotique – Zoo » .

Passez sous le pont de l'autoroute après la barrière et stationnez sur le côté de la route au niveau du conservatoire du Jardin des oliviers.

CARTE



À DÉCOUVRIR



La Mostelle (A)



Faune remarquable (B)

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



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 responsabilité des usagers est engagée si les règles de sécurité de base ne
sont pas respectées.**

LES ÉQUIPEMENTS

- Eau, petite provision
- Vêtement de pluie
- GPS et/ou carte IGN

- Gilet fluo (période de chasse)
- Matériel de réparation
- Trousse à pharmacie

CONTACTS UTILES

Fédération Française de Randonnée Pédestre: <https://www.ffrandonnee.fr/>

Comité Départemental de Randonnée Pédestre: <https://var.ffrandonnee.fr/> 04 94 42 15 01-
(permanence semaine)

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

Type de Sentier	GR®	GR® PAYS	PR®	Pistes VTT	Pistes Equestres
Bonne direction					
Tourner à gauche					
Tourner à droite					
Mauvaise direction					

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.

