Les randonnées pédestres du Var

Gros Cerveau Ouest

Voyagez dans le temps sur les traces des anciennes bâtisses militaires et admirez le panorama sur la Méditerranée et la chaîne de la Ste-Baume.



Panorama sur la baie de Sanary-sur-mer (Département du Var)

INFOS PRATIQUES

Territoire(s) de valorisation : Var

Commune(s) : Sanary-sur-Mer

Départ : A proximité du jardin exotique

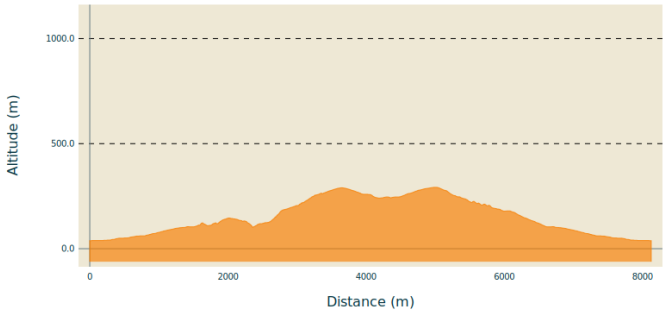
Arrivée : A proximité du jardin exotique

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

Pratique : Randonnée pédestre - Type : Boucle

Distance : 8.1 km - Durée : 2 h 30

Difficulté : Facile - Dénivelé positif : 392 m



Altitude min 38 m Altitude max 292 m

DESCRIPTIF

Couleur balisage : bleu

Pour accéder au départ de la randonnée, depuis Sanary en direction de Bandol, suivez les indications “Jardin exotique”. Passez sous le pont de l’autoroute, après la barrière, stationnez sur le côté de la route au niveau du Conservatoire du Jardin des oliviers.

Au départ de l’itinéraire, prenez la route «Chemin de Sainte-Trinide», en direction Nord Est, en suivant le balisage bleu.
A l’intersection, continuez tout droit sur le chemin de
« la Piole Paul Venel». Quelques centaines de mètres plus loin, soyez vigilant : 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 et passez devant un ancien four à chaux. Poursuivez tout droit.
Arrivé à 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 gauche dans le pare-feu en direction de l’Ouest. Poursuivez sur la route goudronnée.

Soyez vigilant! Dans un virage à droite, prenez le sentier qui descend sur votre gauche. A cet endroit, en suivant la route goudronnée, vous avez la possibilité de faire un aller- retour de quelques mètres pour découvrir l’ouvrage de la pointe du Gros Cerveau et le panorama.

En bas de ce sentier, à l’intersection avec la piste, prenez à gauche sur quelques mètres et dans l’épingle droite, au niveau de la citerne, prenez le sentier sur la gauche. Descendez.
A la fin de cette descente, prenez à droite et au bout de 150 m, prenez le sentier sur votre gauche. Poursuivez-le jusqu’à la prochaine intersection, puis, prenez le sentier sur la droite qui vous ramène au point de 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.

Gros Cerveau Ouest

CARTE



À DÉCOUVRIR

Ouvrage de la pointe du gros Cerveau (A)

Sentier du littoral (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







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

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

CONTACTS UTILES

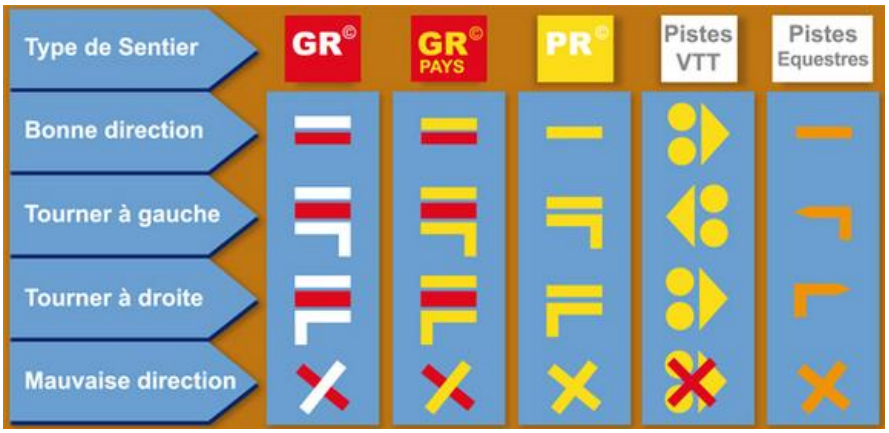
Fédération Française de Randonnée Pédestre: https://www.ffrandonnee.fr/
Comité Départemental de Randonnée Pédestre: https://var.ffrandonnee.fr/ 04 94 42 15 01- (permanence semaine)
Signaler un problème: https://sentinelles.sportsdenature.fr/
Risques incendies: Consulter la vigilance incendie https://www.risque-prevention-incendie.fr/var/
Numéro d'urgence: 112
Renseignements: var.fr rubrique "contact" ou gro-pdesi83@var.fr







BALISAGE



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.