



sommaire

Avant-goût

Nos coups de cœur	11
Que voir?	12
Programme.....	14
Que faire avec les enfants? ..	16
Calendrier des festivités	18

Si vous aimez

L'histoire et le patrimoine.....	22
Une région très prisée - De la Préhistoire à nos jours	22
Une architecture haute en couleurs	25
La vie culturelle	27
Une terre bénie des arts	27
Le terroir et la gastronomie	30
Gastronomie et spécialités du terroir	30
L'artisanat	34
Les festivités et les traditions	36
Fêtes et festivals	36
La nature	40
Une nature riche et variée	40
Plutôt mer ?	42
Plutôt montagne ?	44
Les sports et loisirs	48

33 itinéraires

De Nice à Menton	55
1 Nice	56
2 La Riviera	68
3 Menton	76
4 La corniche de la Riviera ...	83
5 Monaco	88

L'arrière-pays niçois 95

- 6 La haute vallée de la Roya – La vallée des Merveilles 96
- 7 La vallée de la Vésubie 103
- 8 La forêt de Turini et la vallée du Paillon..... 108
- 9 La haute vallée du Var..... 114

Cannes, Antibes, Juan-les-Pins 119

- 10 Cannes – Les îles de Lérins..... 120
- 11 La route des artistes 128
- 12 Antibes et le cap d'Antibes 135
- 13 Le pays de Vence 142

Le pays de Grasse et de Fayence 149

- 14 Grasse et ses environs..... 150
- 15 La vallée du Loup..... 158
- 16 Le pays de Fayence..... 164

Le Verdon 171

- 17 Le haut Verdon 172
- 18 Le Grand Canyon du Verdon 178
- 19 Le Verdon et le lac de Sainte-Croix .. 183

Fréjus et le massif de l'Esterel 189

- 20 Fréjus et ses environs 190
- 21 L'Esterel et la corniche d'Or 198

Saint-Tropez et le massif des Maures 205

- 22 Saint-Tropez et sa presqu'île 206
- 23 Le massif des Maures 214
- 24 La corniche des Maures 222
- 25 La forêt des Maures 228

Le Dracénois et le Brignolais 233

- 26 Draguignan – autour de la Nartuby 234
- 27 Le sud du Dracénois 240
- 28 Le haut Var 246
- 29 Le pays de Brignoles..... 257

Toulon et le massif de la Sainte-Baume 265

- 30 Toulon 266
- 31 La presqu'île du cap Sicié.. 278
- 32 Hyères et ses îles 287
- 33 Le massif de la Sainte-Baume..... 296

Carnets

- La Côte d'Azur pratique 304
- Carnet d'hébergement 308
- Carnet de restaurants..... 314
- Carnet de loisirs..... 330

Carnet de balades 342

Index général 377

Index thématiques

- Hébergements..... 382
- Restaurants et pauses..... 383
- Achats..... 385
- Sports et loisirs 386