

# TABLE DES MATIÈRES



## PRÉAMBULE

- La rédaction du *Routard* ..... 6
- Introduction ..... 11
- Nos coups de cœur ..... 12
- Itinéraires conseillés ..... 28
- Lu sur routard.com ..... 33

## COMMENT Y ALLER ? ..... 34

- Par la route ..... 34
- En bus ..... 34
- En train ..... 36
- En avion ..... 38

## BON À SAVOIR AVANT LE DÉPART ..... 42

- Adresses et infos utiles ..... 42
- Budget ..... 43
- Climat ..... 44
- Incendies : précautions à prendre ..... 44

• Livres de route .....	45	• Randonnées .....	48
• Personnes handicapées.....	45	• Sites internet .....	49
• Plongée sous-marine.....	46		

## LE VAR

51

• ABC du Var .....	51	• Toulon .....	55
--------------------	----	----------------	----

### LA CÔTE À L'OUEST DE TOULON..... 70

• La Seyne-sur-Mer .....	71	• Six-Fours-les-Plages .....	75
--------------------------	----	------------------------------	----

### Entre Méditerranée et Sainte-Baume..... 78

• Sanary-sur-Mer .....	79	• La Cadière-d'Azur.....	87
• Bandol.....	83	• Le Castellet.....	88
• Saint-Cyr-sur-Mer.....	85	• Le Beausset .....	89

### LA « PROVENCE VERTE »..... 91

• La Sainte-Baume .....	91	• Brignoles .....	97
• De Saint-Maximin à Brignoles au fil de l'ancienne nationale 7 .....	94	• Le val d'Argens .....	99
		• Cotignac.....	104

### AU CŒUR DU VAR..... 109

• L'abbaye du Thoronet.....	110	• La plaine des Maures.....	113
• Le val d'Issole.....	111		

### DE TOULON À HYÈRES PAR LE LITTORAL..... 117

• Le Pradet .....	117	• Hyères-les-Palmiers.....	120
• Carqueiranne.....	119	• Les îles d'Hyères .....	132

### LE MASSIF ET LA CORNICHE DES MAURES..... 141

• La Londe-les-Maures .....	142	• Le Lavandou .....	154
• Collobrières.....	145	• Rayol-Canadel-sur-Mer .....	159
• Bormes-les-Mimosas .....	148	• Cavalaire-sur-Mer.....	161

### LA PRESQU'ÎLE ET LE GOLFE DE SAINT-TROPEZ..... 164

• Saint-Tropez.....	165	• Gassin.....	179
• Ramatuelle .....	174	• Grimaud .....	180
• La Croix-Valmer.....	177	• Sainte-Maxime.....	186

### ESTÉREL ET PAYS DE FAYENCE..... 190

#### L'Estérel..... 191

• Roquebrune-sur-Argens .....	191	• Fréjus .....	196
• De Roquebrune à Fréjus par la Côte.....	194	• Saint-Raphaël .....	205

#### Le pays de Fayence..... 216

• Fayence.....	216	• Seillans.....	222
----------------	-----	-----------------	-----

### LE VERDON (PARC NATUREL RÉGIONAL)..... 223

• Bargème .....	224		
-----------------	-----	--	--

#### Le pays Lacs et Gorges du Verdon (LGV)..... 224

• Les gorges du Verdon.....	224	• Aups.....	231
• Le lac de Sainte-Croix .....	228		

**LA DRACÉNIÉ ..... 236**

- Salernes ..... 236
- Les villages perchés de la Dracénié..... 239
- Draguignan ..... 242
- Lorgues ..... 246
- Les Arcs-sur-Argens..... 249

**LES ALPES-MARITIMES ..... 252**

- ABC des Alpes-Maritimes..... 252

**LA BAIE DE CANNES ..... 256**

- La corniche de l'Estérel ..... 256
- Mandelieu-la-Napoule ..... 258
- Cannes ..... 259
- Les îles de Lérins..... 272

**LE PAYS DE GRASSE ..... 274**

- Grasse..... 275
- Le haut pays grassois..... 281
- Gorges et vallée du Loup ..... 284
- Tourrettes-sur-Loup ..... 286
- Valbonne..... 288
- Mougins ..... 289

**LA BAIE D'ANTIBES..... 292**

- Vallauris ..... 292
- Golfe-Juan ..... 296
- Juan-les-Pins..... 297
- Antibes..... 301
- Biot..... 309
- Villeneuve-Loubet ..... 312
- Cagnes-sur-Mer ..... 313

**LE PAYS DE VENCE ET LES PRÉALPES D'AZUR..... 318**

- La Colle-sur-Loup..... 318
- Saint-Paul-de-Vence ..... 319
- Vençe..... 323
- La route des Crêtes..... 327
- Plateaux et clues ..... 330
- La vallée de l'Estéron ..... 334

**LES VALLÉES ALPINES ET LE PARC NATIONAL DU MERCANTOUR ..... 336**

- La vallée du Var par le train des Pignes..... 337
- Les gorges de Daluis et du Cians.. 340
- Valberg..... 342
- La basse vallée de la Tinée..... 345
- La vallée de la Vésubie ..... 347
- Saint-Martin-Vésubie..... 350

**NICE ET SES VILLAGES PERCHÉS ..... 355**

- Nice ..... 355
- Les villages perchés au nord de Nice ..... 416

**LA RIVIERA FRANÇAISE ..... 424****La basse Corniche ..... 425**

- Villefranche-sur-Mer ..... 425
- Le cap Ferrat ..... 429
- Beaulieu-sur-Mer..... 433
- Monaco (la principauté de)..... 437

**La moyenne et la grande Corniche..... 453**

- Èze ..... 453
- Roquebrune-Cap-Martin ..... 457
- Menton ..... 460

**LES VALLÉES DE LA BÉVÉRA ET DE LA ROYA ..... 470**

- Sospel..... 470
- La vallée de la Roya ..... 473
- Tende..... 478
- La vallée des Merveilles et celle de Fontanalba ..... 480

**HOMMES, CULTURE, ENVIRONNEMENT ..... 483**

• Cuisine .....	483	• Noël... au balcon... :	
• Économie .....	485	mode opératoire .....	496
• Environnement .....	486	• Personnages .....	497
• Géographie .....	487	• Site inscrit au Patrimoine	
• Habitat et architecture .....	488	mondial de l'Unesco .....	500
• Histoire .....	490	• Tu tires ou tu pointes ? .....	500
• Langue régionale .....	495	• Vins et alcools .....	500

**Index général** ..... 513

**Liste des cartes et plans** ..... 519

### Recommandation à ceux qui souhaitent profiter des réductions et avantages proposés dans le *Routard* par les hôteliers et les restaurateurs.

À l'hôtel, pensez à les demander au moment de la réservation ou, si vous n'avez pas réservé, à l'arrivée. Ils ne sont valables que pour les réservations en direct et ne sont pas cumulables avec d'autres offres promotionnelles (notamment sur Internet). Au restaurant, parlez-en **au moment** de la commande et surtout **avant** que l'addition soit établie. Poser votre *Routard* sur la table ne suffit pas : le personnel de salle n'est pas toujours au courant et une fois le ticket de caisse imprimé, il est souvent difficile de modifier le total. En cas de doute, montrez la notice relative à l'établissement dans le *Routard* de l'année et, bien sûr, ne manquez pas de nous faire part de toute difficulté rencontrée.

### Pictogrammes du Routard

#### Établissements

	Hôtel, auberge, chambre d'hôtes
	Camping
	Restaurant
	Terrasse
	Boulangerie, sandwicherie
	Pâtisserie
	Glacier
	Café, salon de thé
	Café, bar
	Bar musical
	Club, boîte de nuit
	Salle de spectacle
	Boutique, magasin, marché

#### Infos pratiques

	Office de tourisme
	Poste
	Accès Internet
	Hôpital, urgences
	Adapté aux personnes handicapées

#### Sites

	Présente un intérêt touristique
	Point de vue
	Plage
	Spot de surf
	Site de plongée
	Recommandé pour les enfants
	Inscrit au Patrimoine mondial de l'Unesco

#### Transports

	Aéroport
	Gare ferroviaire
	Gare routière, arrêt de bus
	Station de métro
	Station de tramway
	Parking
	Taxi
	Taxi collectif
	Bateau
	Bateau fluvial
	Piste cyclable, parcours à vélo