



Outdoor activities

Before you start, check the weather at the Tourist Office or on the website www.meteo france.com. According to fire risks, the access to forests can be limited or forbidden. Find out more at the Tourist Office (free WiFi 24h/24) or www.var.gov.fr/aces-aux-massifs-forestiers-forestiers-dans-a2898.html. In case of forbidden access, the Coastal footpath from Gigaro to the Brouis remains open. Hunting is authorized from mid-August until the end of February, be cautious. To enjoy your walk, proper equipment is necessary: walking shoes, hat, water ... Even though the walking/cycling paths are marked out, the use of this map is advised. If you encounter problems with the markings, please let us know. In any emergency case, dial 112.

BRIANDE **DIFFICULTY 3**
• Departure : Plage de Gigaro
3h30
10 km

From Plage de Gigaro, at the entrance of the Domaine du Cap Lardier, take the coastal footpath and follow "Cap Lardier". Once at Cap Lardier, follow the path all the way to **Plage de Briande**. Once on the beach, follow the yellow markings on your left, follow the path along the fence, stay on the trail in the undergrowth. At the intersection, cross the trail while following the yellow markings, walk alongside the farming plot. At the far end of this path, take the path running along the fence. At the crossing, take the soil path climbing on your left (do not turn right), keep walking until the bend and turn right to take the path running down through the vegetation all the way to a crossing facing the vineyards and 2 wooden steps. Follow the markings and turn right. At the next crossing, turn left and follow the markings indicating **Plage de Gigaro**, follow the trail straight ahead of you. At the green front gate, follow the markings on your right and take the trail running through the undergrowth to head back towards the inland track "Route Forestiere de Gigaro". Turn right and follow the route and indications "Plage de Gigaro" to head back at the departure point.

MIMOSAS **DIFFICULTY 1**
• Departure : Tourist Office
1h30
5.3 km

Walk up Rue Louis Martin. At the top of the street, turn right at the tobacco shop and take **Route du Brost** towards "Gendarmerie". Once past it, walked down the path on the left-hand side of the road. Once past the stadium, follow the path on your left. At the intersection with the road, turn left. Turn right towards "La Galissas". Walk past the small bridge. Leave "Colline des Sarrazins" on your left. Walk past "Les Mas de la Galissas" on your right. On your left, walk down **Corniche de la Pinède**. At the intersection, cross the road and turn right. On your left, take **l'Allée des cascades**. Once at "Villa des Elephants" (on your left), walk down the 3 steps and the path on your right. At the intersection with the road, turn left and follow "Le Village".

Hikers' charter
• He knows fire is the enemy of the forest
• He doesn't throw anything away
• He doesn't pick up flowers as he knows they won't grow back
• He respects the calm of the fisher
• He takes care of his dog
• He doesn't disturb the animals
• He asks for a permit to pick up dead wood
• He doesn't pick up fruits
• He knows mountain lakes are allowed in the forest if it respects nature and the other hikers
• He knows nature is fragile and doesn't disturb growing plants.

RIVAGES **DIFFICULTY 2**
• Departure : Tourist Office
3h30
10.5 km

At the roundabout, in front of the Tourist Office, take the underpass and walk down Boulevard Tabarin, towards "Tabarin, Vergeron, Gigaro". Turn right **Rue de l'Eglise** and right a second time. At the junction, take the path in front of you "Plage". Walk alongside the vineyards on your left. At the junction, take the track on your left. Once past the vineyards, you can take **Parcours de Santé & Sentier Botanique** on your right, or keep walking (the paths meet up a little bit further). Cross the stream on your left, then right and walk alongside the vineyards. Cross a stream a second time and take the track in front of you. Cross the road and turn right. At the roundabout, turn left and walk all the way to the beach. Follow the yellow markings and signposts "Sentier du Littoral". Walk up the stairs at the end of the beach on your left. Walk past the beaches Bouillabaisse, Vergeron, and Sylvabelle. Once you have reached **Plage d'Héraclée**, walk up **Impasse Héraclée** on your left. Follow the blue markings. At the intersection, turn left **Boulevard du Littoral**. Walk alongside the vineyards on the pedestrian strip. At the roundabout, walk straight forward. At the next intersection, turn right **Boulevard Tabarin**. Follow the pedestrian strip. Walk back to the village.

LES BROUIS **DIFFICULTY 1**
• Departure : Plage de Gigaro
1h15
4 km

At the roundabout, in front of the Tourist Office, take the underpass and walk down Boulevard Tabarin, towards "Tabarin, Vergeron, Gigaro". Turn right **Rue de l'Eglise** and right a second time. At the junction, take the path in front of you "Plage". Walk alongside the vineyards on your left. At the junction, take the track on your left. Once past the vineyards, you can take **Parcours de Santé & Sentier Botanique** on your right, or keep walking (the paths meet up a little bit further). Cross the stream on your left, then right and walk alongside the vineyards. Cross a stream a second time and take the track in front of you. Cross the road and turn right. At the roundabout, turn left and walk all the way to the beach. Follow the yellow markings and signposts "Sentier du Littoral". Walk up the stairs at the end of the beach on your left. Walk past the beaches Bouillabaisse, Vergeron, and Sylvabelle. Once you have reached **Plage d'Héraclée**, walk up **Impasse Héraclée** on your left. Follow the blue markings. At the intersection, turn left **Boulevard du Littoral**. Walk alongside the vineyards on the pedestrian strip. At the roundabout, walk straight forward. At the next intersection, turn right **Boulevard Tabarin**. Follow the pedestrian strip. Walk back to the village.

LES CRÊTES **DIFFICULTY 2.5**
• Departure : Office de Tourisme
2h00
8.8 km

Follow the yellow markings. From **Plage de Gigaro**, at the entrance of the **Domaine du Cap Lardier**, take the coastal footpath and walk all the way to **Plage des Brouis**. Once at the beach, walk uphill towards **Route Forestiere de Gigaro**. At the intersection, turn left and head back to the entrance of the **Domaine du Cap Lardier**.

VILLAS **DIFFICULTY 2**
• Departure : Tourist Office
3h30
8.8 km

Follow the blue markings. At the roundabout in front of the Tourist Office, take the underpass and walk down Boulevard Tabarin towards "Tabarin Vergeron Gigaro". Turn left **Boulevard des Villas**. Just before the bridge, turn right. At the intersection, take the pedestrian strip towards "Les Plages". Walk alongside the vineyards. At the pedestrian crossing, cross the road and turn right. After the bus stop, walk down the second road on your left **Allée de la Bouillabaisse**. Before reaching the holiday residence **VLL Vitry**, take the path on your left. Follow the yellow markings and the signposts "Sentier du Littoral". Take the first stairs on your left, walk past the beaches of **Vergeron** and **Sylvabelle**. Once you have reached **Plage d'Héraclée**, walk up **Impasse Héraclée** on your left. Follow the blue markings. At the intersection, turn left **Boulevard du Littoral**. Walk alongside the vineyards on the pedestrian strip. At the roundabout, walk straight forward. At the next intersection, turn right **Boulevard Tabarin**. Follow the pedestrian strip. Walk back to the village.

TRACES DU PASSÉ **DIFFICULTY 2**
• Departure : Tourist Office
2h00
6.6 km

Follow the blue markings. At the roundabout in front of the Tourist Office, take the underpass and walk down Boulevard Tabarin towards "Tabarin Vergeron Gigaro". Turn left **Boulevard des Villas**. Just before the bridge, turn right. At the intersection, take the pedestrian strip towards "Les Plages". Walk alongside the vineyards. At the pedestrian crossing, cross the road and turn right. After the bus stop, walk down the second road on your left **Allée de la Bouillabaisse**. Before reaching the holiday residence **VLL Vitry**, take the path on your left. Follow the yellow markings and the signposts "Sentier du Littoral". Walk down the stairs and take the path on your right all the way to **Plage du Débarquement**. Walk through the shops and restaurants in front of the Tourist Office. At the intersection, you have reached the roundabout, turn right towards "Gigaro". Once passed **Parking de la Ricarde**, turn left towards "Le Village". Leaving **Allée du Bois du Manège** on your right. At the stream, cross the road and take the track on your left. At the junction, take a stream a second time. Take an immediate right and walk up the road. At the junction, turn right. Walk alongside the vineyards on your right all the way to the car park of **Les 3 îles**. At the end of the car park, take **Rue de l'Eglise** in front of you. Once at the Church, walk up **Boulevard Tabarin** towards the village.

PETITE SUISSE **DIFFICULTY 1**
• Departure : Tourist Office
1h30
5.9 km

At the roundabout, in front of the Tourist Office, take the underpass and walk down Boulevard Tabarin, towards "Tabarin, Vergeron, Gigaro". Turn right **Rue de l'Eglise** and right a second time. At the junction, take the path in front of you "Plage". Walk alongside the vineyards on your left. At the junction, take the track on your left. Once past the vineyards, you can take **Parcours de Santé & Sentier Botanique** on your right or keep walking (the paths meet up a little bit further). Cross the stream on your left, then right and walk alongside the vineyards. Cross a stream a second time and take the track in front of you. Once past the vineyards, you can take **Parcours de Santé & Sentier Botanique** on your right, or keep walking (the paths meet up a little bit further). Cross the stream on your left, then right and walk alongside the vineyards. Cross a stream a second time and take the track in front of you. Cross the road and turn right. At the roundabout, turn left and walk all the way to the beach. Follow the yellow markings and signposts "Sentier du Littoral". Walk up the stairs at the end of the beach on your left. Walk past the beaches Bouillabaisse, Vergeron, and Sylvabelle. Once you have reached **Plage d'Héraclée**, walk up **Impasse Héraclée** on your left. Follow the blue markings. At the intersection, turn left **Boulevard du Littoral**. Walk alongside the vineyards on the pedestrian strip. At the roundabout, walk straight forward. At the next intersection, turn right **Boulevard Tabarin**. Follow the pedestrian strip. Walk back to the village.

LES MOULINS **DIFFICULTY 3.5**
• Departure : Tourist Office
2h30
8.5 km

Walk up Rue Louis Martin. At the top of the street, turn left Rue Frédéric Mistral towards "CCE Air France". 50 metres after having walked past the winery, turn left on the path. At the gate, enter the vineyard, turn right and follow the fence up to the bank (RESPECT THE VINEYARD AND WALK CLOSE TO THE FENCE). Leave the vineyard. Follow the uphill path on your right (steep slope). At the top, walk straight forward and follow the track in front of you. At the intersection with the GR51, when facing the green tank, turn left. Once past the reservoir, turn left. Walk 50 metres and at the intersection, turn left again. After a long and steep descent, take the path on your right, heading back to the winery. Walk back to the village.

PANORAMAS **DIFFICULTY 3**
• Departure : Tourist Office
2h15
8.5 km

Walk up Rue Louis Martin. At the top of the street, turn left Rue Frédéric Mistral towards "CCE Air France". 50 metres after having walked past the winery, turn left on the path. At the gate, enter the vineyard, turn right and follow the fence up to the bank (RESPECT THE VINEYARD AND WALK CLOSE TO THE FENCE). Leave the vineyard. Follow the uphill path on your right (steep slope). At the top, walk straight forward and follow the track in front of you. At the intersection with the GR51, when facing the green tank, turn left. Once past the reservoir, turn left. Walk 50 metres and at the intersection, turn left again. After a long and steep descent, take the path on your right, heading back to the winery. Walk back to the village.

PARCOURS DE SANTÉ & SENTIER BOTANIQUE
• Departure : Plage de Gigaro
1.2 km
5h00
13 km

The Parours de santé & Sentier Botanique is a fitness track that will enable you to exercise thanks to sports apparatus in an outdoor environment. You will also be able to discover the local flora thanks to the explanations on site. Created in 2009, it is a protected area, classified as a remarkable natural zone. The area spreads over 6 hectares between the village and sea, at the heart of vineyards and farming plots of land.



LES 2 CAPS **DIFFICULTY 3**
• Departure : Plage de Gigaro
3h30
10 km

Am plage de Gigaro, am Eingang des Domaine de Cap Lardier, folgen Sie "Cap Lardier" in Richtung über Sentier du Littoral. Wenn Sie im Cap Lardier angekommen sind, folgen Sie dem Wanderweg um die **Plage de Briande** zu erreichen. Am Anfang des Strandes, folgen Sie die Markierung (links) und nehmen Sie den Wanderweg, die Dünenzone entlang, folgen Sie den Wanderweg im Wald. Am Schnittpunkt, überqueren Sie den Weg folgend der gelben Beschilderung. Entlang dem Landwirtschaftsfläche, hinauf, am Ende dieses Wegs, nehmen Sie dem Wanderweg der an einem Zaun entlangführt. Am Schnittpunkt, auf der linken Seite, nehmen Sie den Weg der hoch geht (nicht rechts abgeben, dieser Weg folgen, bis zu der nächsten Kurve, verlassen Sie den Weg, nehmen Sie den rechten Weg der runtergeht, durch die Vegetation führen Sie sich an einen Schnittpunkt angekommen, angesichts der Reben, mit zwei Stufen aus Holz. Die Markierung folgend, nehmen Sie den rechten Weg. Am nächsten Schnittpunkt, folgen Sie obligatorisch die Richtung **Plage de Gigaro**, um geradeaus, den Weg zu nehmen. Am grünen Tor, folgen Sie rechts den Weg um die **Route Forestiere de Gigaro** wieder zu nehmen. Biegen Sie recht, folgen Sie die Spur und die Schilderung, "Plage de Gigaro". Sie sind jetzt am Ausgangspunkt.

SPAZIEREN SIE ZU FUß ODER MIT DEM FAHRAD! **DIFFICULTY 3**
• Departure : Plage de Gigaro
3h30
10 km

Bevor Sie losfahren, überprüfen Sie das Wetter am Eingang des Tourismusbüros oder auf www.meteofrance.com. Informieren Sie sich über den Zustand der Öffnung und Schließung der Waldmassive im Fremdenverkehrsamt (kostenloses WLAN 24 Stunden am Tag) oder auf www.var.gov.fr/aces-aux-massifs-forestiers-dans-a2898.html Im Falle der Schließung der Massive bleibt der Küstenweg von GIGARO Strand zum Brouis Strand offen. Die Jagd wird von Mitte August bis Ende Februar geübt, seien sie vorsichtig! Um das Beste aus Ihrem Spaziergang zu machen, planen Sie ein Minimum an Ausrüstung: Wanderschuhe, Wasser, Hut, "Plage d'Héraclée". Die Wandertouren sind markiert, aber die Verwendung Ihrer Karte wird empfohlen. Wenn Sie auf Markup-Probleme stoßen, teilen Sie uns dies bitte mit. Im Notfall 112 wählen.

MIMOSAS **DIFFICULTY 1**
• Startpunkt : Fremdenverkehrsamt
1:30
5.3 km

Gehen Sie die Rue Louis Martin hinauf. Biegen Sie am Tabak rechts ab und nehmen Sie die **Brost Route Richtung "Gendarmerie"**. Nach dem Gendarmerteil, nehmen Sie den Weg nach links. Nach dem Stadion folgen Sie dem Weg auf der linken Seite. An der asphaltierten Straße gehen Sie nach links. Biegen Sie rechts ab zur "La Galissas". Folgen Sie der asphaltierten Straße, gehen Sie über die kleine Brücke. Gehen Sie zu Ihrer Linken in "La Colline des Sarrazins". Fahren Sie vorbei an "Les Mas de la Galissas" (zu Ihrer Rechten). Dann gehen Sie auf die Corniche de la Pinède. Am Ende der Corniche de la Pinède, überqueren Sie die Straße und fahren Sie nach rechts. Biegen Sie links in die "Allée des Cascas" ein. Bei der Villa "Les Elephants" (zu Ihrer Linken) nehmen Sie die 3 Stufen und den Pfad auf der rechten Seite. An der asphaltierten Straße biegen Sie links ab. Folgen Sie den Schildern "Le Village". Am Kreisverkehr "La Croix" nehmen Sie die Unterführung, um zur Touristen Info zurückzukehren.

TRACES DU PASSÉ **DIFFICULTY 2**
• Startpunkt : Fremdenverkehrsamt
2:00
6.6 km

Folgen Sie dem blauen Markkup. Am Kreisverkehr der "Croix", vor dem Touristen Info, nehmen Sie die Unterführung und den **Boulevard Tabarin** Richtung "Tabarin Vergeron Gigaro". Biegen Sie links auf den "Boulevard des Villas" ab. Kurz vor der Brücke biegen Sie rechts ab. An der Kreuzung nehmen Sie die Fußgängerzone Richtung "Les Plages". Folgen Sie den Weinbergen von Kreta. Am Fußgängerübergang überqueren und rechts abbiegen. Nach der Bushaltestelle gehen Sie die zweite Straße links "Allée de la Bouillabaisse". Kurz vor dem Feriendorf von Vitry zur Seine, nehmen Sie den Weg auf der linken Seite. Folgen Sie den gelben Markierungen und den Schildern "Sentier du Littoral". Nehmen Sie die erste Treppe auf der linken Seite. Gehen Sie den Stränden von Vergeron und Sylvabelle vorbei. Am Strand Héraclée nehmen Sie die **Impasse d'Héraclée**. Folgen Sie dem blauen Markkup. Am Ende der Sackgasse biegen Sie links auf den **Boulevard du Littoral** ab. Dort laufen Sie wieder den Weinberg Crouisens vorbei. Folgen Sie der Fußgängerzone. Am Kreisverkehr Sylvabelle, weiter geradeaus. Am Fußgängerübergang überqueren und rechts abbiegen. Nach der Bushaltestelle gehen Sie die zweite Straße links "Allée de la Bouillabaisse". Kurz vor dem Feriendorf von Vitry zur Seine, nehmen Sie den Weg auf der linken Seite. Folgen Sie den gelben Markierungen und den Schildern "Sentier du Littoral". Nehmen Sie die Treppe hinunter und folgen Sie dem Pfad rechts zum **D-Day Strand (plage du Débarquement)**. Gehen Sie zurück zur Straße zwischen den Geschäften und folgen Sie den blauen Markierungen. Gehen Sie zum Kreisverkehr und folgen Sie der rechten Richtung "Gigaro". Nach dem **Parqueplatz Ricarde** biegen Sie links ab Richtung "Le Village". Verlassen Sie "Allée du Bois du Manège" auf der rechten Seite. Am Bach kreuzen und den Weg zwischen den Weinbergen nehmen. Dann biegen Sie links ab, um wieder einen Bach zu überqueren. Biegen Sie sofort rechts ab und folgen Sie der Straße hinauf. Zu Fuß der Krieh rechts abbiegen. Folgen Sie den Weinbergen zu Ihrer Rechten bis zum **Parloz der Residentes Les 3 îles**. Am Ende des Parkplätze nehmen Sie die **Rue de l'Eglise**, gegenüber auf der rechten Seite. An der Kirche nehmen Sie die Straße, die nach links geht. An der Spitze der Straße biegen Sie erneut links ab und fahren den **Tabarin Boulevard** hinauf. Nehmen Sie die Unterführung, um zur Touristen Info zurückzukehren.

PANORAMAS **DIFFICULTY 3**
• Startpunkt : Fremdenverkehrsamt
3:30
10.5 km

Am Kreisverkehr "La Croix", gegenüber dem Touristen Info, nehmen Sie den unterirdischen Durchgang zum **Tabarin Boulevard**, der in Richtung "Tabarin Vergeron, Gigaro" steigt. Biegen Sie rechts in die **Rue de l'Eglise** ab und dann die nächste Straße rechts. An der Kreuzung nehmen Sie den Weg gegenüber der rechten Richtung "Plage". Folgen Sie den Weinbergen zu Ihrer Linken. Am Zaun nehmen Sie die **grüne Spur** auf der linken Seite. Sie können den "Parcours de la Santé" und den Botanischen Weg nehmen, die sich auf der rechten Seite befinden, oder geradeaus (die beiden treffen sich). Überqueren Sie den Bach zu Ihrer Rechten und nehmen Sie den Weg rechts zwischen den Reben. Überqueren Sie den anderen Strom und nehmen Sie die Strecke vor Ihnen. Am Ende der Straße, überqueren Sie und biegen Sie rechts ab. Am Kreisverkehr biegen Sie links ab, um den **D-Day Beach (plage du Débarquement)** zu erreichen. Folgen Sie den gelben Markierungen und den Schildern "Sentier du Littoral". Nehmen Sie die Treppe nach links am Ende des Strandes. Fahren Sie an den Stränden von Bouillabaisse, Vergeron und Sylvabelle vorbei. Am Strand Héraclée nehmen Sie die **Impasse d'Héraclée**. Folgen Sie dem blauen Markkup. Am Ende der Sackgasse biegen Sie links ab auf den **Boulevard du Littoral** ab. Spazieren Sie entlang der Weinberge von Crouisens. Folgen Sie der Fußgängerzone. Am Kreisverkehr Sylvabelle, weiter geradeaus. Biegen Sie an der nächsten Kreuzung rechts auf den **Tabarin Boulevard** ab. Folgen Sie der Fußgängerzone. Biegen Sie rechts in die Rue des Tennis de Tabarin ein. Biegen Sie dann links ab auf den **Boulevard des Villas**. Fahren Sie geradeaus bis zum Kreisverkehr. Nehmen Sie die Unterführung, um zum Touristen Info zurückzukehren.

MIMOSAS **DIFFICULTY 1**
• Startpunkt : Fremdenverkehrsamt
1:30
5.3 km

Gehen Sie die Rue Louis Martin hinauf. Biegen Sie am Tabak rechts ab und nehmen Sie die **Brost Route Richtung "Gendarmerie"**. Nach dem Gendarmerteil, nehmen Sie den Weg nach links. Nach dem Stadion folgen Sie dem Weg auf der linken Seite. An der asphaltierten Straße gehen Sie nach links. Biegen Sie rechts ab zur "La Galissas". Folgen Sie der asphaltierten Straße, gehen Sie über die kleine Brücke. Gehen Sie zu Ihrer Linken in "La Colline des Sarrazins". Fahren Sie vorbei an "Les Mas de la Galissas" (zu Ihrer Rechten). Dann gehen Sie auf die Corniche de la Pinède. Am Ende der Corniche de la Pinède, überqueren Sie die Straße und fahren Sie nach rechts. Biegen Sie links in die "Allée des Cascas" ein. Bei der Villa "Les Elephants" (zu Ihrer Linken) nehmen Sie die 3 Stufen und den Pfad auf der rechten Seite. An der asphaltierten Straße biegen Sie links ab. Folgen Sie den Schildern "Le Village". Am Kreisverkehr "La Croix" nehmen Sie die Unterführung, um zur Touristen Info zurückzukehren.

PARCOURS DE SANTÉ & SENTIER BOTANIQUE
• Departure : Plage de Gigaro
1.2 km
5h00
13 km

The Parours de santé & Sentier Botanique is a fitness track that will enable you to exercise thanks to sports apparatus in an outdoor environment. You will also be able to discover the local flora thanks to the explanations on site. Created in 2009, it is a protected area, classified as a remarkable natural zone. The area spreads over 6 hectares between the village and sea, at the heart of vineyards and farming plots of land.

SPAZIEREN SIE ZU FUß ODER MIT DEM FAHRAD! **DIFFICULTY 3**
• Departure : Plage de Gigaro
3:30
10 km

Bevor Sie losfahren, überprüfen Sie das Wetter am Eingang des Tourismusbüros oder auf www.meteofrance.com. Informieren Sie sich über den Zustand der Öffnung und Schließung der Waldmassive im Fremdenverkehrsamt (kostenloses WLAN 24 Stunden am Tag) oder auf www.var.gov.fr/aces-aux-massifs-forestiers-dans-a2898.html Im Falle der Schließung der Massive bleibt der Küstenweg von GIGARO Strand zum Brouis Strand offen. Die Jagd wird von Mitte August bis Ende Februar geübt, seien sie vorsichtig! Um das Beste aus Ihrem Spaziergang zu machen, planen Sie ein Minimum an Ausrüstung: Wanderschuhe, Wasser, Hut, "Plage d'Héraclée". Die Wandertouren sind markiert, aber die Verwendung Ihrer Karte wird empfohlen. Wenn Sie auf Markup-Probleme stoßen, teilen Sie uns dies bitte mit. Im Notfall 112 wählen.

PETITE SUISSE **DIFFICULTY 1**
• Departure : Tourist Office
1h30
5.9 km

At the roundabout, in front of the Tourist Office, take the underpass and walk down Boulevard Tabarin, towards "Tabarin, Vergeron, Gigaro". Turn right **Rue de l'Eglise** and right a second time. At the junction, take the path in front of you "Plage". Walk alongside the vineyards on your left. At the junction, take the track on your left. Once past the vineyards, you can take **Parcours de Santé & Sentier Botanique** on your right or keep walking (the paths meet up a little bit further). Cross the stream on your left, then right and walk alongside the vineyards. Cross a stream a second time and take the track in front of you. Once past the vineyards, you can take **Parcours de Santé & Sentier Botanique** on your right, or keep walking (the paths meet up a little bit further). Cross the stream on your left, then right and walk alongside the vineyards. Cross a stream a second time and take the track in front of you. Cross the road and turn right. At the roundabout, turn left and walk all the way to the beach. Follow the yellow markings and signposts "Sentier du Littoral". Walk up the stairs at the end of the beach on your left. Walk past the beaches Bouillabaisse, Vergeron, and Sylvabelle. Once you have reached **Plage d'Héraclée**, walk up **Impasse Héraclée** on your left. Follow the blue markings. At the intersection, turn left **Boulevard du Littoral**. Walk alongside the vineyards on the pedestrian strip. At the roundabout, walk straight forward. At the next intersection, turn right **Boulevard Tabarin**. Follow the pedestrian strip. Walk back to the village.

LES CRÊTES **DIFFICULTY 2.5**
• Departure : Office de Tourisme
2h00
8.8 km

Follow the yellow markings. From **Plage de Gigaro**, at the entrance of the **Domaine du Cap Lardier**, take the coastal footpath and walk all the way to **Plage des Brouis**. Once at the beach, walk uphill towards **Route Forestiere de Gigaro**. At the intersection, turn left and head back to the entrance of the **Domaine du Cap Lardier**.

LES MOULINS **DIFFICULTY 3.5**
• Departure : Tourist Office
2h30
8.5 km

Walk up Rue Louis Martin. At the top of the street, turn left Rue Frédéric Mistral towards "CCE Air France". 50 metres after having walked past the winery, turn left on the path. At the gate, enter the vineyard, turn right and follow the fence up to the bank (RESPECT THE VINEYARD AND WALK CLOSE TO THE FENCE). Leave the vineyard. Follow the uphill path on your right (steep slope). At the top, walk straight forward and follow the track in front of you. At the intersection with the GR51, when facing the green tank, turn left. Once past the reservoir, turn left. Walk 50 metres and at the intersection, turn left again. After a long and steep descent, take the path on your right, heading back to the winery. Walk back to the village.

PARCOURS DE SANTÉ & SENTIER BOTANIQUE
• Departure : Plage de Gigaro
1.2 km
5h00
13 km

The Parours de santé & Sentier Botanique is a fitness track that will enable you to exercise thanks to sports apparatus in an outdoor environment. You will also be able to discover the local flora thanks to the explanations on site. Created in 2009, it is a protected area, classified as a remarkable natural zone. The area spreads over 6 hectares between the village and sea, at the heart of vineyards and farming plots of land.

PARCOURS DE SANTÉ & SENTIER BOTANIQUE
• Departure : Plage de Gigaro
1.2 km
5h00
13 km

The Parours de santé & Sentier Botanique is a fitness track that will enable you to exercise thanks to sports apparatus in an outdoor environment. You will also be able to discover the local flora thanks to the explanations on site. Created in 2009, it is a protected area, classified as a remarkable natural zone. The area spreads over 6 hectares between the village and sea, at the heart of vineyards and farming plots of land.

TRACES DU PASSÉ **DIFFICULTY 2**
• Startpunkt : Fremdenverkehrsamt
2:00
6.6 km

Folgen Sie dem blauen Markkup. Am Kreisverkehr der "Croix", vor dem Touristen Info, nehmen Sie die Unterführung und den **Boulevard Tabarin** Richtung "Tabarin Vergeron Gigaro". Biegen Sie links auf den "Boulevard des Villas" ab. Kurz vor der Brücke biegen Sie rechts ab. An der Kreuzung nehmen Sie die Fußgängerzone Richtung "Les Plages". Folgen Sie den Weinbergen von Kreta. Am Fußgängerübergang überqueren und rechts abbiegen. Nach der Bushaltestelle gehen Sie die zweite Straße links "Allée de la Bouillabaisse". Kurz vor dem Feriendorf von Vitry zur Seine, nehmen Sie den Weg auf der linken Seite. Folgen Sie den gelben Markierungen und den Schildern "Sentier du Littoral". Nehmen Sie die erste Treppe auf der linken Seite. Gehen Sie den Stränden von Vergeron und Sylvabelle vorbei. Am Strand Héraclée nehmen Sie die **Impasse d'Héraclée**. Folgen Sie dem blauen Markkup. Am Ende der Sackgasse biegen Sie links auf den **Boulevard du Littoral** ab. Dort laufen Sie wieder den Weinberg Crouisens vorbei. Folgen Sie der Fußgängerzone. Am Kreisverkehr Sylvabelle, weiter geradeaus. Am Fußgängerübergang überqueren und rechts abbiegen. Nach der Bushaltestelle gehen Sie die zweite Straße links "Allée de la Bouillabaisse". Kurz vor dem Feriendorf von Vitry zur Seine, nehmen Sie den Weg auf der linken Seite. Folgen Sie den gelben Markierungen und den Schildern "Sentier du Littoral". Nehmen Sie die Treppe hinunter und folgen Sie dem Pfad rechts zum **D-Day Strand (plage du Débarquement)**. Gehen Sie zurück zur Straße zwischen den Geschäften und folgen Sie den blauen Markierungen. Gehen Sie zum Kreisverkehr und folgen Sie der rechten Richtung "Gigaro". Nach dem **Parqueplatz Ricarde** biegen Sie links ab Richtung "Le Village". Verlassen Sie "Allée du Bois du Manège" auf der rechten Seite. Am Bach kreuzen und den Weg zwischen den Weinbergen nehmen. Dann biegen Sie links ab, um wieder einen Bach zu überqueren. Biegen Sie sofort rechts ab und folgen Sie der Straße hinauf. Zu Fuß der Krieh rechts abbiegen. Folgen Sie den Weinbergen zu Ihrer Rechten bis zum **Parloz der Residentes Les 3 îles**. Am Ende des Parkplätze nehmen Sie die **Rue de l'Eglise**, gegenüber auf der rechten Seite. An der Kirche nehmen Sie die Straße, die nach links geht. An der Spitze der Straße biegen Sie erneut links ab und fahren den **Tabarin Boulevard** hinauf. Nehmen Sie die Unterführung, um zur Touristen Info zurückzukehren.

MIMOSAS **DIFFICULTY 1**
• Startpunkt : Fremdenverkehrsamt
1:30
5.3 km

Gehen Sie die Rue Louis Martin hinauf. Biegen Sie am Tabak rechts ab und nehmen Sie die **Brost Route Richtung "Gendarmerie"**. Nach dem Gendarmerteil, nehmen Sie den Weg nach links. Nach dem Stadion folgen Sie dem Weg auf der linken Seite. An der asphaltierten Straße gehen Sie nach links. Biegen Sie rechts ab zur "La Galissas". Folgen Sie der asphaltierten Straße, gehen Sie über die kleine Brücke. Gehen Sie zu Ihrer Linken in "La Colline des Sarrazins". Fahren Sie vorbei an "Les Mas de la Galissas" (zu Ihrer Rechten). Dann gehen Sie auf die Corniche de la Pinède. Am Ende der Corniche de la Pinède, überqueren Sie die Straße und fahren Sie nach rechts. Biegen Sie links in die "Allée des Cascas" ein. Bei der Villa "Les Elephants" (zu Ihrer Linken) nehmen Sie die 3 Stufen und den Pfad auf der rechten Seite. An der asphaltierten Straße biegen Sie links ab. Folgen Sie den Schildern "Le Village". Am Kreisverkehr "La Croix" nehmen Sie die Unterführung, um zur Touristen Info zurückzukehren.

PANORAMAS **DIFFICULTY 3**
• Startpunkt : Fremdenverkehrsamt
3:30
10.5 km

Am Kreisverkehr "La Croix", gegenüber dem Touristen Info, nehmen Sie den unterirdischen Durchgang zum **Tabarin Boulevard**, der in Richtung "Tabarin Vergeron, Gigaro" steigt. Biegen Sie rechts in die **Rue de l'Eglise** ab und dann die nächste Straße rechts. An der Kreuzung nehmen Sie den Weg gegenüber der rechten Richtung "Plage". Folgen Sie den Weinbergen zu Ihrer Linken. Am Zaun nehmen Sie die **grüne Spur** auf der linken Seite. Sie können den "Parcours de la Santé" und den Botanischen Weg nehmen, die sich auf der rechten Seite befinden, oder geradeaus (die beiden treffen sich). Überqueren Sie den Bach zu Ihrer Linken, dann nehmen Sie den Weg rechts zwischen den Reben. Überqueren Sie den anderen Strom und nehmen Sie die Strecke vor Ihnen. Am Ende der Straße, überqueren Sie und biegen Sie rechts ab. Am Kreisverkehr biegen Sie links ab, um den **D-Day Beach (plage du Débarquement)** zu erreichen. Folgen Sie den gelben Markierungen und den Schildern "Sentier du Littoral". Nehmen Sie die Treppe nach links am Ende des Strandes. Fahren Sie an den Stränden von Bouillabaisse, Vergeron und Sylvabelle vorbei. Am Strand Héraclée nehmen Sie die **Impasse d'Héraclée**. Folgen Sie dem blauen Markkup. Am Ende der Sackgasse biegen Sie links ab auf den **Boulevard du Littoral** ab. Spazieren Sie entlang der Weinberge von Crouisens. Folgen Sie der Fußgängerzone. Am Kreisverkehr Sylvabelle, weiter geradeaus. Biegen Sie an der nächsten Kreuzung rechts auf den **Tabarin Boulevard** ab. Folgen Sie der Fußgängerzone. Biegen Sie rechts in die Rue des Tennis de Tabarin ein. Biegen Sie dann links ab auf den **Boulevard des Villas**. Fahren Sie geradeaus bis zum Kreisverkehr. Nehmen Sie die Unterführung, um zum Touristen Info zurückzukehren.

TRACES DU PASSÉ **DIFFICULTY 2**
• Startpunkt : Fremdenverkehrsamt
2:00
6.6 km

Folgen Sie dem blauen Markkup. Am Kreisverkehr der "Croix", vor dem Touristen Info, nehmen Sie die Unterführung und den **Boulevard Tabarin** Richtung "Tabarin Vergeron Gigaro". Biegen Sie links auf den "Boulevard des Villas" ab. Kurz vor der Brücke biegen Sie rechts ab. An der Kreuzung nehmen Sie die Fußgängerzone Richtung "Les Plages". Folgen Sie den Weinbergen von Kreta. Am Fußgängerübergang überqueren und rechts abbiegen. Nach der Bushaltestelle gehen Sie die zweite Straße links "Allée de la Bouillabaisse". Kurz vor dem Feriendorf von Vitry zur Seine, nehmen Sie den Weg auf der linken Seite. Folgen Sie den gelben Markierungen und den Schildern "Sentier du Littoral". Nehmen Sie die erste Treppe auf der linken Seite. Gehen Sie den Stränden von Vergeron und Sylvabelle vorbei. Am Strand Héraclée nehmen Sie die **Impasse d'Héraclée**. Folgen Sie dem blauen Markkup. Am Ende der Sackgasse biegen Sie links auf den **Boulevard du Littoral** ab. Dort laufen Sie wieder den Weinberg Crouisens vorbei. Folgen Sie der Fußgängerzone. Am Kreisverkehr Sylvabelle, weiter geradeaus. Am Fußgängerübergang überqueren und rechts abbiegen. Nach der Bushaltestelle gehen Sie die zweite Straße links "Allée de la Bouillabaisse". Kurz vor dem Feriendorf von Vitry zur Seine, nehmen Sie den Weg auf der linken Seite. Folgen Sie den gelben Markierungen und den Schildern "Sentier du Littoral". Nehmen Sie die Treppe hinunter und folgen Sie dem Pfad rechts zum **D-Day Strand (plage du Débarquement)**. Gehen Sie zurück zur Straße zwischen den Geschäften und folgen Sie den blauen Markierungen. Gehen Sie zum Kreisverkehr und folgen Sie der rechten Richtung "Gigaro". Nach dem **Parqueplatz Ricarde** biegen Sie links ab Richtung "Le Village". Verlassen Sie "Allée du Bois du Manège" auf der rechten Seite. Am Bach kreuzen und den Weg zwischen den Weinbergen nehmen. Dann biegen Sie links ab, um wieder einen Bach zu überqueren. Biegen Sie sofort rechts ab und folgen Sie der Straße hinauf. Zu Fuß der Krieh rechts abbiegen. Folgen Sie den Weinbergen zu Ihrer Rechten bis zum **Parloz der Residentes Les 3 îles**. Am Ende des Parkplätze nehmen Sie die **Rue de l'Eglise**, gegenüber auf der rechten Seite. An der Kirche nehmen Sie die Straße, die nach links geht. An der Spitze der Straße biegen Sie erneut links ab und fahren den **Tabarin Boulevard** hinauf. Nehmen Sie die Unterführung, um zur Touristen Info zurückzukehren.

MIMOSAS **DIFFICULTY 1</**