



TOPOS GUIDE  
DE RANDOS  
AUTOUR DE  
PUGET-THENIERS

*avec la carte IGN 3641 OT Moyen Var*

par



ASSOCIATION  
**Caminà**  
la rando pugétoise  
10, rue Haute Coste  
06260 PUGET-THENIERS  
Tél. 04 93 05 19 08  
Port. 06 70 93 48 65  
patrice@camina.asso.fr  
www.camina.asso.fr

PROVENCE  
VAL D'AZUR



OFFICE DE TOURISME  
INTERCOMMUNAL \*\*  
PROVENCE VAL D'AZUR  
Maison de Pays RD 6202  
06260 PUGET-THENIERS  
Tél/Fax 04 93 05 05 05

info@provence-val-dazur.com  
www.provence-val-dazur.com

# 1 PUGET-THENIERS / ENTREVAUX

par la crête d'Aurafort et le col de Vélacs



**Durée :** 5 h 00  
**Dénivelé :** 600 m  
**Difficulté :**  
Randonnée moyenne  
**Départ :**  
Maison de Pays  
**Cartographie :**  
Carte IGN 3641 OT Moyen Var

*Itinéraire offrant de beaux points de vue sur la via ferrata des Demoiselles du Castagnet, ainsi qu'une fois en crête sur la vallée du Var, d'Entrevaux à Touët. Au passage on admirera la vallée de La Roudoule avec ses villages perchés, les roches rouges du Barrot et les ponts traversant La Roudoule pour monter vers Villars-la-Croix et Saint-Léger.*

*Cet ancien passage entre la France et le comté de Nice dont on trouve encore une borne au col de Vélacs permet une arrivée discrète sur la citadelle d'Entrevaux, dont on pourra revenir en empruntant la micheline du train des Pignes.*



**ASSOCIATION**  
**Caminà**  
la rando pugétoise  
10, rue Haute Coste  
06260 PUGET-THENIERS  
Tél. 04 93 05 19 08  
Port. 06 70 93 48 65  
patrice@camina.asso.fr  
www.camina.asso.fr

**PROVENCE**  
**VAL D'AZUR**  
Office de Tourisme Intercommunal\*\*  
Provence Val d'Azur  
Maison de Pays RD 6202  
06260 PUGET-THENIERS  
Tél/Fax 04 93 05 05 05  
info@provence-val-dazur.com  
www.provence-val-dazur.com

## 1 ITINERAIRE

De la Maison de Pays, longer la RD 6202 vers l'Ouest pendant 250 m et rejoindre en face le Bd François Boyer (b. 160s) le suivre jusqu'au tournant et s'engager dans le chemin dallé en direction du Nord. Au croisement (b. 162) poursuivre à gauche la route pendant 50 mètres puis s'élever à droite dans le tournant par une sorte de piste qui contourne un peu plus haut une très belle oliveraie. Au bout de 250 m prendre sur la gauche le début d'un sentier indiqué par une balise sur un olivier. Le sentier s'élève en lacet dans d'anciennes restanques jusqu'à la crête (attention à la falaise sur votre gauche). Laisser plus loin sur votre gauche le sentier de la via ferrata, poursuivre sur la crête puis prendre à droite le sentier très aménagé dans la falaise, franchir le rocher du Castagnet par une forêt de pins. A la patte d'oie indiquant le retour via ferrata, prendre à droite.

Suivez le sentier en léger dénivelé montant longeant l'adret des Chastellans qui vous amène sur la crête.

Arrivé sur la crête (alt. 970 m) attaquer la descente (b. 164) en direction du col de Vélacs (b. 165, présence d'une borne frontière avec la fleur de lys et la croix de Savoie). Prendre la direction d'Entrevaux, passer devant la ruine d'une ancienne ferme et rejoindre le pylône qui se trouve juste en dessous. De là, longer le pré vers l'Ouest et rejoindre un sentier qui

descend dans un petit vallon légèrement balisé de jaune. Retrouver le chemin sous une restanque, franchir un mamelon et descendre sur le hameau de lacs. Traverser le hameau et récupérer en dessous le beau sentier bordé par deux restanques. Plus bas franchir le pont (1) plus loin une passerelle et suivre le sentier dans les roubines; Au plus bas prendre à droite en direction d'Entrevaux. A la patte d'oie prendre le sentier qui s'élève à droite permettant de contourner l'ancien sentier aujourd'hui écroulé. Le détour effectué, le sentier longe le var, traversant de petits jardins potagers et de nombreuses oliveraies jusqu'à l'entrée dans Entrevaux par la porte d'Italie.

Traverser le village jusqu'à l'entrée principale, franchir le pont-levis et par la gauche rejoindre la gare qui se trouve à 150 m.

*(1) Vous pouvez rejoindre Entrevaux en passant par la citadelle.*

*A 400 m après le pont, prendre le chemin à droite qui remonte. Après 150 m de dénivelé, le chemin devient un sentier balcon qui va vous permettre de surplomber la vallée du Var, Entrevaux et d'arriver directement à la citadelle que vous pouvez visiter au passage ensuite prendre le grand chemin pavé qui descend sur le village et rejoindre la gare.*





# CIRCUIT PUGET / LA TRINITE

par les Trénières et le Castagnet



**Durée :** 2 h 00  
**Dénivelé :** 300 m  
**Difficulté :**  
 Randonnée facile  
**Départ :**  
 Maison de Pays  
**Cartographie :**  
 Carte IGN 3641 OT Moyen Var

*Itinéraire pour ceux qui n'ont que deux petites heures à consacrer à une courte ballade.*



ASSOCIATION  
**Camina**  
 la rando pugétoise

10, rue Haute Coste  
 06260 PUGET-THENIERS  
 Tél. 04 93 05 19 08  
 Port. 06 70 93 48 65  
 patrice@camina.asso.fr  
 www.camina.asso.fr

PROVENCE  
**VAL D'AZUR**

Office de Tourisme Intercommunal\*\*  
 Provence Val d'Azur  
 Maison de Pays RD 6202  
 06260 PUGET-THENIERS  
 Tél/Fax 04 93 05 05 05  
 info@provence-val-dazur.com  
 www.provence-val-dazur.com

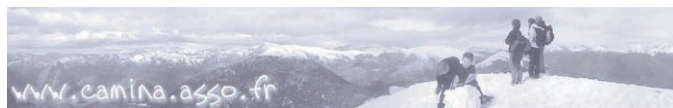
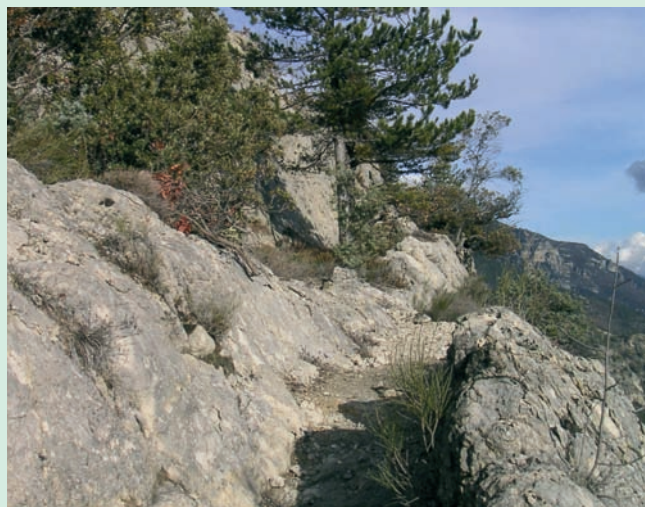


## ITINERAIRE

De la Maison de Pays, longer la RD 6202 vers l'Ouest pendant 250 m. Prendre le boulevard François Boyer (bal. 160) au tournant (bal. 161) s'engager sur le chemin dallé en direction du quartier des Trénières. Longer une oliveraie puis prendre à gauche la route goudronnée en direction du Nord. Au croisement (bal.162) poursuivre à gauche la route pendant 50 m puis s'élever à droite dans le tournant par une sorte de piste qui contourne un peu plus haut une très belle oliveraie. Au bout de 250 m prendre sur la gauche le début d'un sentier indiqué par une balise sur un olivier. Le sentier s'élève en lacet dans d'anciennes restanques jusqu'à la crête (attention à la falaise sur votre gauche) Pour avoir un point de vue sur Entreaux continuer à monter sur 50 mètres.

Ensuite retour à la balise 162b et prendre le sentier fléché retour via ferrata. Vous allez traverser une forêt de chênes avec un sentier qui descend assez rapidement, vous pouvez admirer au passage la via ferrata et son pont de singe, sa tyrolienne et son pont himalayien qui surplombent une cascade ainsi qu'une ancienne ferme et son paratonnerre naturel (cyprès).

Vous allez retrouver une piste qui va vous conduire au parking de la via ferrata, continuer sur le chemin goudronné, vous passez à côté du stade de foot-ball, en poursuivant votre chemin vous allez déboucher sur la RD 6202 à côté du passage à niveau, vos pas vont vous conduire à l'entrée de Puget où vous retrouverez la balise de départ (160).



# 3 PUGET-THENIERS / LE CIANS

par le plateau de Dina et la cime de Mairola



**Durée :** 7 h 00  
**Dénivelé :** 1180 m  
**Difficulté :**  
Randonnée sportive  
**Départ :**  
De la place de l'église  
**Cartographie :**  
Carte IGN 3641 OT Moyen Var

*Rando sportive à l'adret, avec vue en continue sur la vallée du Var. La Roche d'Abeilles abrita les peuplades celto-ligures.*

*Le plateau de Dina avec ses champs dépierrés fut un grenier à blé. Lors de la deuxième guerre mondiale, le plateau servit à de nombreux parachutages d'armes.*

*Un conseil : n'oubliez pas de remplir vos gourdes. Eau très rare.*



**ASSOCIATION**  
**Caminà**  
la rando pugétoise  
10, rue Haute Coste  
06260 PUGET-THENIERS  
Tél. 04 93 05 19 08  
Port. 06 70 93 48 65  
patrice@camina.asso.fr  
www.camina.asso.fr

**PROVENCE**  
**VAL D'AZUR**  
Office de Tourisme Intercommunal\*\*  
Provence Val d'Azur  
Maison de Pays RD 6202  
06260 PUGET-THENIERS  
Tél/Fax 04 93 05 05 05  
info@provence-val-dazur.com  
www.provence-val-dazur.com

## 3 ITINERAIRE

De la place de l'église prendre la rue montante entre le bureau de poste et de l'ancienne mairie, monter vers le cimetière (PF 174) le longer à gauche passer derrière le central téléphonique. Le chemin est plat et surplombe l'Est de Puget tout en contournant la roche d'abeilles en passant au milieu d'une oliveraie. Au bout de 100 mètres de piste avant la barrière grimper sur la gauche, le sentier poursuit sa course dans les rochers (nombreux fossiles) Au sortir des rochers monter vers la ferme de la Lava en ruine (azimut 340 °) avant d'y parvenir, le sentier passe dans les roubines.

A la balise 173, le sentier poursuit son tracé à flanc à travers chênes. Au collet des Aubrics (bal. 172) les pins supplantent les chênes.

A partir de la balise 171, jonction avec le GR 510 (balisage rouge et blanc) le sentier passe au dessus de la maison forestière et côtoie la piste et la crête en direction du col de Barbenière (vue sur la droite du col de St-Raphaël au dessus des campagnes des Pauves et du Breuil, à gauche le village d'Auvare et vous apercevez les toits de Puget-Rostang dans le fond.

Après avoir flirté 1 heure avec la crête, arrivée au col de Barbenière (3h. depuis Puget).

Un détour à la cime de Mairola s'impose. Vous êtes accueillis par des remparts de buis au sommet cachant les restes d'un oppidum.

Vue à 360 ° sur les cimes du Mercantour au Nord en passant par la chaîne du Cheiron/Audibergue au Sud.

Vous surplombez les villages de Rigaud, Thierry, Lieuche plein Est.

Agréable coin de pique-nique sinon retour au col de Barbenière et prendre à gauche vers la chapelle Saint-Julien (balisage jaune) traversée d'une forêt de pins plein Sud qui laisse

rapidement la place à des chênes.

A l'arrivée sur la piste faire 10 m à droite avant de reprendre le chemin sur la gauche (cairn + balisage). Après 2 granges marcher plein Ouest vers la ferme. Le sentier s'infléchit au Sud vers la chapelle.

Agréable coin de pique-nique au pied du chêne chaîné.

Direction plein Est pour la traversée du plateau, vous verrez de nombreux champs autour de la piste sentier, champs ou la forêt reprend ses droits.

A la balise 186 après un parcours horizontal dans un sous bois de chênes prendre la direction du Cians.

Descente à travers la forêt sur un plateau inférieur ou quelques fermes sont toujours en activité. A 50 mètres après la bergerie, le chemin descend au dessous de la piste pour revenir vers la bergerie.

A son angle Est prendre plein Sud. Cheminement sur les murs bien empierrés bordant les champs. A l'arrivée sur la route, prendre à gauche pendant quelques mètres et de suite à droite. Contourner une habitation restaurée et de nouveau plein Sud.

A la limite du plateau, un cairn et le balisage vous indique la voie à prendre. Le sentier est bien ombragé par des chênes centenaires. Poursuivre la descente après la poteau flèche 189.

Vous traversez le hameau en ruine de la cerise et la chapelle Saint-Joseph.

Réapparition des oliviers, les détours du sentier vous permettent des clins d'oeil sympa sur le Cians.

A l'arrivée sur la départementale faire 400 m sur la route et prendre le train à la station du Cians pour le retour sur Puget (se renseigner à la gare de Puget avant la rando).

# 4 CIRCUIT PUGET / LA CROIX

par la crête d'Aurafort et Villars la Croix



**Durée :** 7 h 00  
**Dénivelé :** 1250 m  
**Difficulté :**  
Randonnée sportive  
**Départ :**  
Maison de Pays  
**Cartographie :**  
Carte IGN 3641 OT Moyen Var

*Randonnée sportive et ombragée dans sa première partie à travers les forêts de pins et de chênes. Le sentier suit le GR 510 jusqu'au hameau de Villars-la-Croix. On trouvera au passage sur l'ancienne frontière du comté de Nice et du royaume de France 2 bornes datant de 1823 (col de Vélacs).*

*Vue sur la vallée du Var, de Rocca Serra au Pic de Chamatte après que le regard se soit attardé sur les Demoiselles du Castagnet (via ferrata).*

*Après avoir traversé les crêtes d'Aurafort, panorama sur les villages et hameaux de la vallée de La Roudoule avec ses différents ponts.*



**ASSOCIATION**  
**Caminà**  
la rando pugétoise  
10, rue Haute Coste  
06260 PUGET-THENIERS  
Tél. 04 93 05 19 08  
Port. 06 70 93 48 65  
patrice@camina.asso.fr  
www.camina.asso.fr

**PROVENCE**  
**VAL d'AZUR**  
Office de Tourisme Intercommunal\*\*  
Provence Val d'Azur  
Maison de Pays RD 6202  
06260 PUGET-THENIERS  
Tél/Fax 04 93 05 05 05  
info@provence-val-dazur.com  
www.provence-val-dazur.com

## 4 ITINERAIRE

De la Maison de Pays longer la Route Départementale 6202 pendant 250 m vers Entrevaux. Prendre le boulevard François Boyer (b.160).

Prendre le chemin dallé en direction des Trénières. Suivre le balisage rouge et blanc (GR 510) qui monte à travers des oliveraies bien entretenues. Puis arrivé sur un plateau : vue sur Entrevaux et la via ferrata. Continuer en montant sur le sentier. Dépasser le panneau indiquant le retour de la Via Ferrata et arriver au PF 163 . prendre la direction Col de Vélacs, Saint Léger. Compter de ce PF un bonne 1/2 heure pour arriver en crête (PF 164).

La vue s'ouvre sur la vallée de La Roudoule - La Croix - Villars la Croix et le sommet du Barrot dans le fond. A vos pieds, plusieurs ravins forment un entonnoir ou coule le torrent du Rivet. Après avoir dépassé le PF 165 au col de Vélacs et son ancienne borne frontière, montée très raide dans une chênaie.

Le sentier longe à droite les divers ravins et à gauche une ligne EDF.

Traversée sur un chemin caillouteux avant la redescente ombragée et agréable dans le vallon de Villars. Franchir le pont et grimper sur le sentier qui passe à côté des fermes avant d'arriver à Villars-la-Croix.

Prendre le sentier qui

traverse la départementale et qui monte à côté d'un bassin en face de la première maison du hameau.

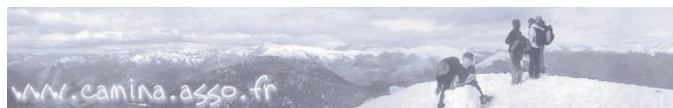
Laisser le balisage rouge et blanc à l'intersection (PF 236) suivre le balisage jaune en direction de la Croix sur Roudoule. Pendant un bon moment le sentier coupe et recoupe la départementale. Ne pas s'en écarter. A la hauteur du pylône électrique : beau point de vue sur La Croix. Suivre toujours en descendant la départementale sur 400 m au passage admirer le petit pont médiéval en dos d'âne restauré tout au fond des gorges.

Franchir La Roudoule par le pont intermédiaire. Remonter au PF 237 sur la Croix. Au débouché sur la départementale la suivre pour retrouver le PF 229 en direction de Puget-Thénières.

*Si vous avez une 1/2 heure, vous pouvez aller visiter le village de La Croix.*

Montée de 10 mn à un sentier balcon puis redescente raide avec passages délicats (en cas de pluie, vivement déconseillé : ravinement important.)

Au PF 177, s'engager sur le pont après avoir traversé la départementale et descendre dans la Mairola. (balisage sur les arbres). Suivre le sentier balcon, avant d'arriver sur la départementale au PF 176 qui vous ramènera en 20 mn au centre du village.



# 5

## CIRCUIT LA FERME DE LA LAVA



**Durée :** 1 h 30  
**Dénivelé :** 320 m  
**Difficulté :**  
 Randonnée facile  
**Départ :**  
 De la place de l'église  
**Cartographie :**  
 Carte IGN 3641 OT Moyen Var

*Circuit de 1 heure 30 à l'adret, permettant de se familiariser en douceur avec le milieu méditerranéen. Nombreuses plantes aromatiques, oliviers, pins, chânes, flore...*

*Cette randonnée utilise dans sa première partie l'itinéraire du circuit des Aubrics ou celui du plateau de Dina au départ de Puget-Théniers.*

*N'oubliez pas d'emporter de l'eau...*



# 5

## ITINERAIRE

Partir de la place de l'église, monter la rue entre la Poste et la nouvelle médiathèque. Passer à gauche du cimetière (bal. 174) contourner le central téléphonique. Par un chemin plat à travers les oliviers, vous arrivez sur une piste. Au bout de 100 m grimper un peu avant la barrière à gauche dans les rochers (fossiles). En levant les yeux à 340° vous avez votre objectif en vue. Le sentier serpente à travers les roubines au milieu du thym.

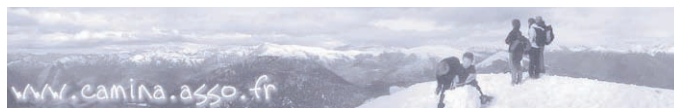
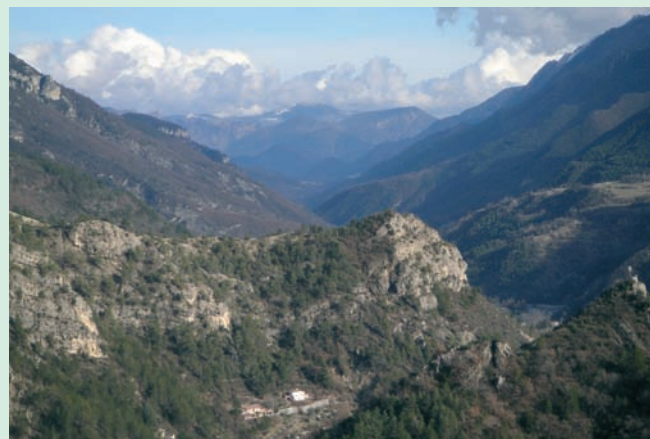
A la balise 173 aller à gauche la ruine de la Lava est à 200 mètres. Profiter de l'aire de repos, puis prendre au Nord Ouest de la ruine le chemin balisé en jaune sur le premier chêne. Vue sur le col de Saint-Léger entouré du Chastellan et de la crête de la Letta à gauche, et à droite de la tête de Pibossan (pylone au sommet). En poursuivant votre descente, coup d'œil sur Entrevaux et sa citadelle dans le fond de

vallée. Ensuite vous verrez apparaître successivement les ruines du château de Puget entourées du quartier des Trénières à droite de la zone industrielle à gauche. Les toits de tuile de Puget vont faire leur apparition.

Le sentier passe au dessus du ravin des Aubrics et le contourne par l'Est, ensuite poursuivre en crête au dessus de plusieurs villas.

Arrivé devant une clôture, prendre à gauche une route cimentée pendant 20 m et suivre le panneau : *"itinéraire pédestre"*. Quittez la piste dans une courbe, le sentier s'infléchit et enjambe au bout de 50 m une passerelle de bois.

Vue sur La Roudoule avec à sa droite les jardins potagers et à sa gauche le collège Louis Auguste Blanqui. Arrivée sur la départementale (balise 175) ou 200 m sur la route vous feront retrouver le point de départ (balise 174).



ASSOCIATION  
**Caminà**  
 la rando pugétoise

10, rue Haute Coste  
 06260 PUGET-THENIERS  
 Tél. 04 93 05 19 08  
 Port. 06 70 93 48 65  
 patrice@camina.asso.fr  
 www.camina.asso.fr



Office de Tourisme Intercommunal\*\*  
 Provence Val d'Azur  
 Maison de Pays RD 6202  
 06260 PUGET-THENIERS  
 Tél/Fax 04 93 05 05 05  
 info@provence-val-dazur.com  
 www.provence-val-dazur.com

# LE GOURDAN EST

depuis le village de Puget-Thénières



**Durée :** 6 h 30  
**Dénivelé :** 1000 m  
**Difficulté :**  
Randonnée sportive  
**Départ :**  
Maison de Pays  
**Cartographie :**  
Carte IGN 3641 OT Moyen Var

*Contraste de l'ubac et de l'adret : randonnée bien ombragée avec un parcours assez raide à l'ubac selon les saisons, flore abondante et végétation au printemps ou le régal des couleurs (automne).*

*Superbe panorama sur toute la chaîne frontalière du Mercantour et tous les villages du coin au Nord. Au Sud du Mont Vial en passant par le Cheiron au pic de Chamatte vue sur les villages d'Ascros, Saint-Antonin, Saint-Pierre, Collongues, Sallagriffon...*



**ASSOCIATION**  
**Camina**  
la rando pugétoise  
10, rue Haute Coste  
06260 PUGET-THÉNIERS  
Tél. 04 93 05 19 08  
Port. 06 70 93 48 65  
patrice@camina.asso.fr  
www.camina.asso.fr

**PROVENCE**  
**VAL d'AZUR**  
Office de Tourisme Intercommunal\*\*  
Provence Val d'Azur  
Maison de Pays RD 6202  
06260 PUGET-THÉNIERS  
Tél/Fax 04 93 05 05 05  
info@provence-val-dazur.com  
www.provence-val-dazur.com

## 6 ITINÉRAIRE

De la Maison de Pays, longer la RD 6202 jusqu'au pont qui enjambe le Var vers le col de Saint-Raphaël. Tourner à droite après l'ancienne usine de meubles (PF 150). Suivre le sentier ombragé du GR 510 (rouge et blanc). Le sentier suit le Serret, au milieu des pins, noisetiers, chênes, buis, cades.... Au bout d'une 1/2 heure s'engager sur une piste pendant 300 m que vous laisserez au niveau du Villaron.

Par un sentier raide, dans une forêt de pins, arrivez au PF 158. Beaucoup plus doux, le chemin du col de Rigaudon longe puis traverse le ruisseau, avant de regimber dans les noisetiers et une forêt de hêtres jusqu'aux ruines de Sigaud. Au passage, une source en contrebas, vous désaltèrera.

Très raide sur 200 m après le PF 149 le chemin s'adoucit en prenant la direction de l'Est. Dernier effort pour le col de Rigaudon et l'ancienne borne frontière (croix de lys et de Savoie en bon état).

Quitter momentanément le GR et se rendre au sommet du Gourdan Est (1/4 h) vue à 360°.

En redescendant vers Besseuges, changement de décor : végétation méditerranéenne : genêts, buis, lavandes, thym, aridité du sol.

Cheminer d'abord vers l'Ouest avant de s'engager résolument vers l'Est (passage dans une petite forêt de pins). Sous la grande barre rocheuse, descente rapide dans des cailloux gravilloneux instables. Au PF 283a continuer à flanc toujours vers jusqu'au PF 280. Quitter le GR pour suivre le balisage jaune vers le col de Saint-Raphaël sur la piste goudronnée pendant 500 m.

Le sentier de retour va couper et suivre parfois la départementale 2211a.

Le sentier coupe le lacet 50 m avant et repart dans un agréable sous bois de pins.

Au PF 154, continuer sur la départementale pendant 600 m s'engager sous le panneau indiquant le lacet. Après avoir retraversé 2 fois la route descendre franchement dans les roubines jusqu'au PF 151 ou 500 m de route vous font arriver au centre du village.



## 7

## LE GOURDAN EST

depuis Les Aïgas (dans le col Saint-Raphaël)



**Durée :** 4 h 00

**Dénivelé :** 700 m

**Difficulté :**  
Quelques montées

**Départ :**  
2 km avant le col St-Raphaël  
du parking des Aïgas

**Cartographie :**  
Carte IGN 3641 OT Moyen Var

*Randonnée qui permet de faire le sommet du Gourdan en recoupant certains passages de la rando décrite par ailleurs mais d'une manière plus douce.*

**Descriptif et intérêt :**

*Traversée de bois de hêtres, contraste de l'adret et de l'ubac.*

**Période conseillée :**

*Toute l'année sauf si enneigement.*

**A voir en chemin :**

*Vue sur le Mercantour; la vallée du Var; la vallée de l'Estéron et les villages environnants, la voie romaine.*



ASSOCIATION  
**Caminà**  
la rando pugétoise

10, rue Haute Coste  
06260 PUGET-THENIERS  
Tél. 04 93 05 19 08  
Port. 06 70 93 48 65  
patrice@camina.asso.fr  
www.camina.asso.fr



Office de Tourisme Intercommunal\*\*  
Provence Val d'Azur  
Maison de Pays RD 6202  
06260 PUGET-THENIERS  
Tél/Fax 04 93 05 05 05  
info@provence-val-dazur.com  
www.provence-val-dazur.com

## 7

## ITINERAIRE

Du petit parking des Aïgas, suivre le chemin que vous indique le poteau flèche 153 en direction des ruines de Sigaud. Montée agréable dans une forêt de noisetiers, de pins et de hêtres. Le sentier balcon vous permet à l'ubac d'admirer la vallée du Var avec les villages d'Entrevaux et de Puget-Théniers. Au printemps la pleine floraison vous ravira les yeux ainsi que les magnifiques sous bois avec leurs couleurs en automne.

Dans le lointain, vous pouvez admirer le dôme du Barrot, le Saint-Honorat et les roches rouges de la vallée de La Roudoule sans oublier le village en nid d'aigle d'Auware. Aux ruines de Sigaud (balise 149) vous pourrez vous réapprovisionner en eau en descendant 200 m sur le chemin qui arrive de Puget-Théniers.

Très raide sur 200 m après le poteau flèche, le chemin s'adoucit en prenant la direction de l'Est. Dernier effort pour le col de Rigaudon et l'ancienne borne frontière (croix de lys

et de Savoie en bon état).

Quitter momentanément le GR et se rendre au sommet du Gourdan Est (1/4 h, vue à 360 °).

En redescendant vers Besseuges, changement de décor : végétation méditerranéenne : genêts, buis, lanvandes, thym, - aridité du sol.

Cheminer d'abord vers l'Ouest avant de s'engager résolument vers l'Est (passage dans une petite forêt de pins). Sous la grande barre rocheuse, descente rapide dans des cailloux gravilloneux instables. Au poteau flèche 283a continuer à flanc toujours vers l'Est jusqu'au PF 280. Quitter le GR pour suivre le balisage jaune vers le col de Saint-Raphaël sur la piste goudronnée pendant 500 m.

Le sentier part 50 m après le lacet sur la gauche et repart dans un agréable sous bois de pins avant de parvenir sur la départementale où vous rejoindrez votre véhicule 250 m plus bas.

