



Entre Dracénie et Verdon, pédalez à la découverte des richesses du Haut-Var. Sur votre route, villages colorés et sites naturels remarquables, mais aussi producteurs locaux et sites de visite invitant à éveiller vos sens... car si le Var est une terre de vélo, c'est aussi un terroir et des savoir-faire, vous promettant une expérience unique.

*Between Dracénie and Verdon, explore the riches of the Haut-Var. On your way, colourful villages and remarkable natural sites, but also local producers and visiting sites inviting you to awaken your senses... because if the Var is a land of cycling, it is also a terroir and know-how promising an unique experience.*



## La charte « Accueil Vélo » vous chouchoute !

Hébergements, restaurants, loueurs et réparateurs de vélo, lieux de visite et caves mais aussi offices de tourisme, tous vous garantissent :

- Être à moins de 5 km d'un itinéraire cyclable
- ✕ Des équipements et des services dédiés
- 🚲 Un accueil attentionné et des conseils pour mieux apprécier votre séjour

## The Charter "Accueil Vélo" is here to pamper you!

Accommodations, restaurants, bike rentals and repair services, places to visit, wine cellars and tourist offices, they all guarantee :

- Being within 5 km of a cycle route,
- ✕ Adapted equipments and services
- 🚲 A warm welcome and advices to fully enjoy your stay

Découvrez tous les services « Accueil Vélo » sur notre site : [www.veloloisirprovence.com](http://www.veloloisirprovence.com)

Discover all service providers «Accueil Vélo» on our website: [www.veloloisirprovence.com](http://www.veloloisirprovence.com)

## OÙ SE LOGER ? Accommodations

**AUPS - 83630**  
CAMPING SAINT LAZARE  
1124 Route de Moissac  
+33 (0)4 94 70 12 86  
[www.camping-stlazare-var.fr](http://www.camping-stlazare-var.fr)

**RÉGUSSE - 83630**  
CHEZ TATA  
Chambres d'hôtes  
565 Avenue des génévriers  
+33 (0)7 87 39 65 98  
[www.cheztataregusse.fr](http://www.cheztataregusse.fr)

**SALERNES - 83690**  
VILLA LEI RIGAU  
349 route de Villecroze  
+33 (0)6 79 83 07 58 - 04 94 85 81 80  
<https://chambre-dhotes-villa-lei-rigau.business.site>

**SAINT ANTONIN DU VAR - 83510**  
CHÂTEAU MENTONE  
401 Chemin de Mentone  
+33 (0)4 94 04 42 00  
[www.chateamentone.com/fr/](http://www.chateamentone.com/fr/)

## OÙ SE RESTAURER ? Restaurant

**SAINT ANTONIN DU VAR - 83510**  
CHÂTEAU MENTONE  
401 Chemin de Mentone  
+33 (0)4 94 04 42 00  
[www.chateamentone.com/fr/](http://www.chateamentone.com/fr/)

## À VISITER Cultural sites

**SALERNES - 83690**  
MUSÉE TERRA ROSSA  
Quartier des Launes  
+33 (0)4 98 10 43 90  
[www.terrarossasalernes.fr](http://www.terrarossasalernes.fr)

## AUTRES SITES À VISITER OÙ DÉGUSTER Visit and tasting sites

**AUPS - 83630**  
MAISON DE LA TRUFFE  
Place Martin Bidoure

**MOULIN GERVASONI**  
91 Mnt des Moulins

**CHÂTEAU DE TAURENNE**  
Route de Tourtour

**SALERNES - 83690**  
SITE DE SAINT BARTHÉLÉMY

**PISCINE NATURELLE DE LA MUIE**

**SILLANS-LA-CASCADE**  
CASCADE DE SILLANS  
belvédère et plaquette

**TOURTOUR**  
MOULIN À HUILE COMMUNAL  
rue du Moulin

**VILLECROZE**  
CASCADE ET GROTTES

## TRANSPORT DE BAGAGES, PERSONNES ET VÉLOS Transportation for luggage, people and bicycles

**VTC- SECTEUR VERDON**  
VT CLASS  
+33 (0)6 02 13 06 12  
[minsonmagali@gmail.com](mailto:minsonmagali@gmail.com)  
[www.vtclassrennes.fr](http://www.vtclassrennes.fr)

## Pour aller plus loin To go further

**Intense VERDON**  
Depuis sa source jusqu'à sa confluence, le Verdon accueille ceux qui veulent aller loin comme ceux qui veulent prendre le temps. Sportif aguerri, flâneur occasionnel, épicurien ou curieux, nous vous invitons à la découverte d'un « autre » Verdon, à la fois insolite, ancestral, vertigineux, savoureux, hors du temps et gourmand. A pied, à vélo, à cheval... en toute saison et à tout âge, pour quelques jours ou quelques semaines, osez l'Intense Verdon.

**Vélo Loisir Provence - Itinéraires et services vélo en Luberon et Verdon**  
[www.veloloisirprovence.com](http://www.veloloisirprovence.com)

**Lacs et Gorges du Verdon Tourisme**  
[www.lacs-gorges-verdon.fr](http://www.lacs-gorges-verdon.fr)

**Destination Dracénie Provence Verdon**  
[tourisme.dracenie.com](http://tourisme.dracenie.com)

**Le Var à vélo / The Var by bike**  
Découvrez les boucles cyclotouristiques du Var à vélo  
[www.visitvar.fr/velo](http://www.visitvar.fr/velo)

**Chemins des Parcs**  
[www.cheminsdesparcs.fr](http://www.cheminsdesparcs.fr)

**Parc naturel régional du Verdon**  
[www.parcduverdon.fr](http://www.parcduverdon.fr)

**Espace Provence Verdon VTT**  
52 itinéraires de randonnée à vélo tout terrain de tous niveaux  
[provence-verdon-vtt.fr](http://provence-verdon-vtt.fr)

## ACCÈS, TRANSPORTS / Access, transports

**A VÉLO / BY BIKE :**  
Accès depuis / access from Eurovelo 8 – La Méditerranée à vélo [www.lamerditerraneeavelo.com](http://www.lamerditerraneeavelo.com)  
La Vigne à vélo (depuis la gare de Arc-Surgens)



**EN TRAIN / BY TRAINS :**  
Gare SNCF / Train station Les Arcs - Draguignan  
[www.oui.sncf](http://www.oui.sncf)  
[www.ter.sncf.com/paca](http://www.ter.sncf.com/paca)

**EN BUS / BY BUS :**  
[zou.maregionsud.fr/7](http://zou.maregionsud.fr/7)

**EN VOITURE / BY CAR :**

- Depuis A8, en provenance de Marseille et Aix-en-Provence : sortie 34 Saint-Maximin la Sainte-Baume / From the A8, coming from Marseille and Aix-en-Provence: exit 34 Saint-Maximin la Sainte-Baume
- Depuis A8, en provenance de Nice et ses alentours : sortie 36 Le Muy direction Draguignan / From A8, coming from Nice and its surroundings : exit 36 Le Muy direction Draguignan
- Depuis A57, en provenance de Toulon et ses alentours : sortie 13 Le Cannet des Maures / From the A57, coming from Toulon and its surroundings: exit 13 Le Cannet des Maures

## Renseignements Informations

**LACS ET GORGES DU VERDON TOURISME :**  
Bureau d'Information Touristique d'Aups : +33 (0)4 94 84 00 69  
Bureau d'Information Touristique de Tourtour : +33 (0)4 94 76 35 47  
Bureau d'Information Touristique de Villecroze : +33 (0)4 94 67 50 00

**DRACÉNIE PROVENCE VERDON TOURISME :**  
Point Info Tourisme de Salernes : +33 (0)4 94 70 69 02  
Point Info Tourisme de Sillans-La-Cascade : +33 (0)4 94 60 34 90

## Recommandations Recommendations

🚲 Itinéraire sur voies partagées, respectez le code de la route  
*Itinerary on shared roads, obey the road rules*

🧰 Pensez à tout le matériel indispensable à une bonne randonnée : casques, kit réparation, pompe, antivol, cartes, eau en quantité suffisante, etc. / Have everything you need for a trouble-free trip : helmets, repair kit, pump, security lock, maps, water in sufficient quantities, etc.

🗑️ Ramenez vos déchets  
*Bring back your rubbish*

🚫 Interdit de faire du feu en espace naturel  
*Lighting of fire is strictly forbidden*

🚫 Camping sauvage est interdit sur les berges des lacs et gorges / Wild camping is forbidden on the banks of lakes and gorges

🚫 Ne pas cueillir de lavandin dans les champs cultivés / Do not pick lavender in cultivated fields

Période recommandée : Hors saison estivale, de mars à juin et de septembre à mi-novembre. L'été, les fortes chaleurs et la fréquentation routière importante rendent la pratique du vélo dangereuse. Adaptez vos horaires pour partir à la fraîche !  
*Recommended period: Outside summer period, from March to June and September to mid-November. In summer, high temperatures and heavy traffic makes cycling be more risky. Adapt your schedule to circulate in cooler temperatures!*

**MÉTÉO / WEATHER**  
Alpes de Haute Provence : +33 (0)8 99 71 02 04  
Var : +33 (0)8 99 71 02 83  
(2,99 € par appel / call + 0.34 € / min.)  
[www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)

**NUMÉROS UTILES USEFUL NUMBERS**

- N° d'urgence / Emergency : 112
- Gendarmerie / Police : 17

**RISQUE INCENDIE**  
Pour connaître le niveau de risque d'incendie / Fire risk : [www.var.gouv.fr](http://www.var.gouv.fr) - [www.alpes-de-haute-provence.gouv.fr](http://www.alpes-de-haute-provence.gouv.fr)

## Itinéraires et bonnes adresses Itineraries and best addresses

Retrouvez toutes nos bonnes adresses « Accueil Vélo », nos séjours vélo et les parcours vélo dans notre carnet de route « Le Verdon à vélo » et « Le Luberon à vélo ». Dépliants et guides annuels disponibles dans les offices de tourisme, chez les adhérents du réseau ou sur simple demande à [info@veloloisirprovence.com](mailto:info@veloloisirprovence.com).  
*Find out all our best addresses "Accueil Vélo", our holiday suggestions and all bike and mountain bike routes in our roadbook "Le Verdon à Vélo" and "Le Luberon à vélo". Leaflets available in tourist offices, at our network members or by request at [info@veloloisirprovence.com](mailto:info@veloloisirprovence.com).*



2h30 à / to 5h

34,5 km / 21,1 miles

Hybrid bike - Vélo de route - Road bike

Découverte / Aventure

Niveau / Level

## Terres, Truffes et Cascades

30 Itinéraire touristique  
Touristic cycling tour



**VÉLO LOISIR PROVENCE**  
Association loi1901  
Domaine de Valx  
04 360 Moustiers-Sainte-Marie  
Siège social : 13 Boulevard des Martyrs  
04 300 Forcalquier  
Tel : +33 (0)4 92 82 20 13  
[info@veloloisirprovence.com](mailto:info@veloloisirprovence.com)  
[www.veloloisirprovence.com](http://www.veloloisirprovence.com)

[f](https://www.facebook.com/veloloisirprovence) [i](https://www.instagram.com/veloloisirprovence) [veloloisirprovence](https://www.facebook.com/veloloisirprovence)

Un groupement de professionnels du tourisme engagés et attentifs à vos besoins.  
*A team at your service to design your stays with you and make it easier: assistance, itineraries and advice.*

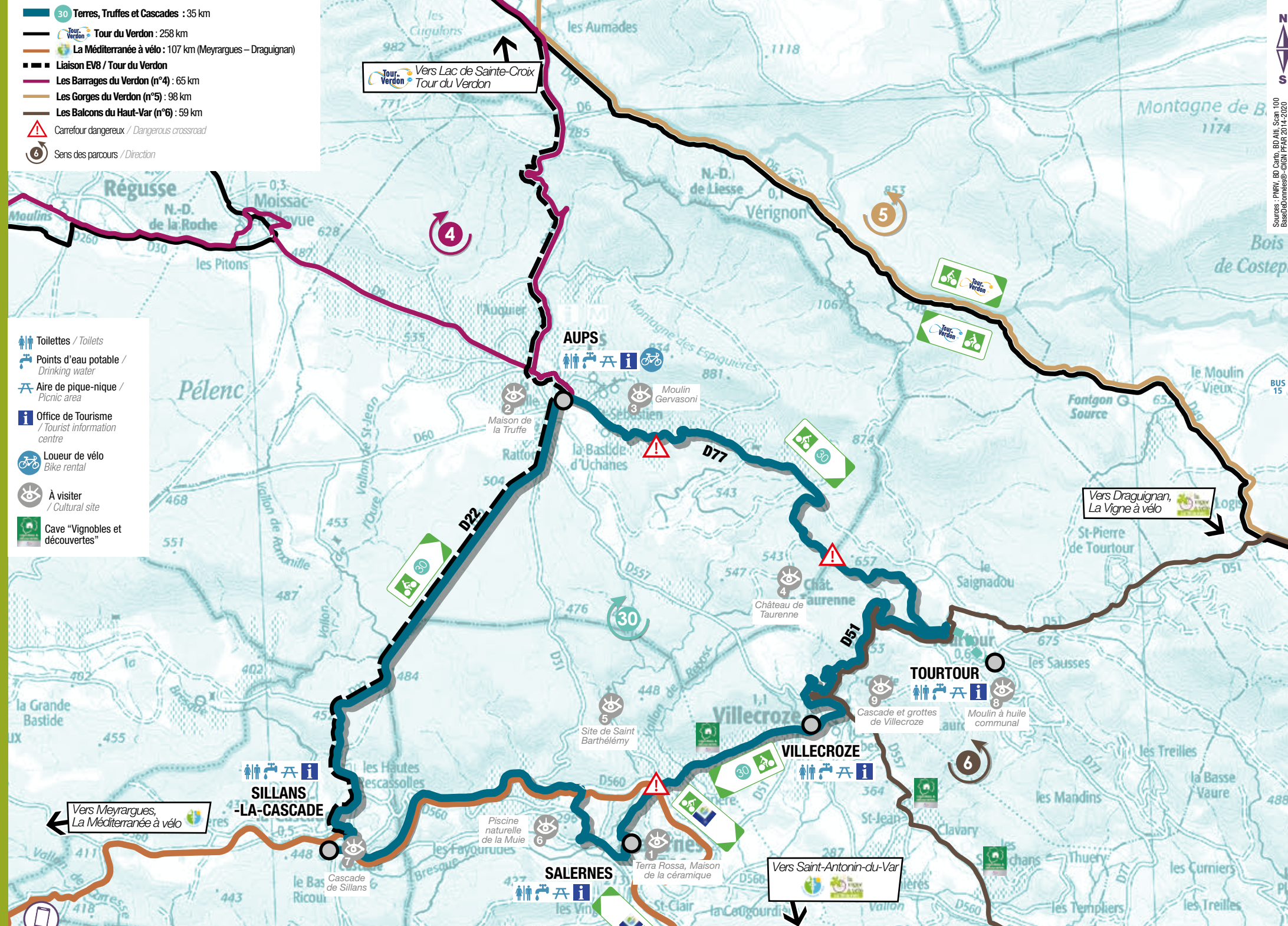
Nous remercions la Communauté de communes Lacs et Gorges du Verdon et Dracénie Provence Verdon Agglomération pour la réalisation et le financement de cet itinéraire.  
*Our thanks go to Communauté de communes Lacs et Gorges du Verdon and Dracénie Provence Verdon Agglomération for the financial support and the achievement of these sign-posted itinerary*



Toutes les photos appartiennent à l'association Vélo Loisir Provence soit en propriété, soit par convention. Reproduction interdite sans accord préalable.  
Les données publiées sont non contractuelles.  
© Crédits photos : B.Lucas-VLP, O. Octobre-LMAV, Vauban-DPVA  
Droits réservés / Vélo Loisir Provence.

- 30 Terres, Truffes et Cascades : 35 km
- Tour du Verdon : 258 km
- La Méditerranée à vélo : 107 km (Meyrargues – Draguignan)
- Liaison EV8 / Tour du Verdon
- Les Barrages du Verdon (n°4) : 65 km
- Les Gorges du Verdon (n°5) : 98 km
- Les Balcons du Haut-Var (n°6) : 59 km
- Carrefour dangereux / Dangerous crossroad
- Sens des parcours / Direction

- Toilettes / Toilets
- Points d'eau potable / Drinking water
- Aire de pique-nique / Picnic area
- Office de Tourisme / Tourist information centre
- Loueur de vélo / Bike rental
- À visiter / Cultural site
- Cave "Vignobles et découvertes"



## Suggestions de parcours / Ideas of bike routes



### Tour du Verdon à vélo

Amateurs d'itinérance, d'aventure et de grands espaces préservés, cet itinéraire de 258 km invite à une immersion totale dans la diversité des paysages et des ambiances de ce territoire unique.  
 plus d'infos : [www.veloloisirprovence.com](http://www.veloloisirprovence.com)  
 For lovers of cycling, adventure and wide open spaces, this 258 km route invites you to immerse yourself in the diversity of landscapes and atmospheres of this unique territory.  
 Plus d'infos / more info : [www.veloloisirprovence.com](http://www.veloloisirprovence.com)



### La Vigne à vélo

#### Vigne à Vélo cycling route

Depuis la gare SNCF des Arcs sur Argens, l'itinéraire permet de rejoindre les gorges de Châteaouble sur 28 km de voies vertes et véloroutes. Vignobles, forêts, villages et musées à découvrir à votre rythme. A Draguignan, la jonction se fait avec l'EuroVélo 8 «La Méditerranée à Vélo».  
 The route links Les Arcs sur Argens train station, to Chateaouble gorges over a distance of 28 kms. Discover at your own pace wine estates, woodlands, villages and museums. Draguignan section is linked to EuroVelo 8.

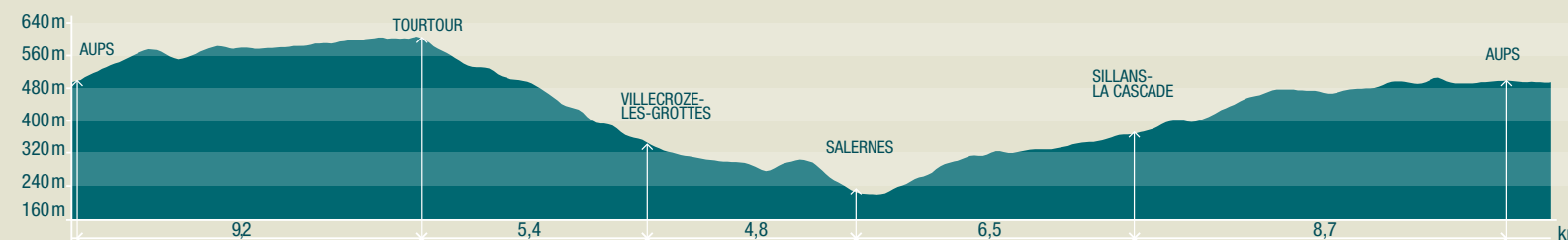


Vignobles & Découvertes, l'assurance d'une qualité d'accueil, d'une consommation responsable et l'esprit de partage. A découvrir, vous reviendrez enchantés.  
 «Vineyards and Discoveries» partners are listed in this guidebook: they are all committed to a high quality service delivery and have adopted an eco friendly attitude.

Retrouvez les prestataires labellisés sur / Find the labelled service providers on : [tourisme.dracenie.com/vignobles-et-decouvertes-en-dracenie-provence-verdon/](http://tourisme.dracenie.com/vignobles-et-decouvertes-en-dracenie-provence-verdon/)

Téléchargez la trace GPX sur votre mobile. Download GPXtrack on your mobile.

Terres, truffes et cascades



## Agences de voyages / Travel agencies

**CAP LIBERTÉ**  
 +33 (0)6 62 09 49 86  
 info@cap-liberte.fr  
 www.cap-liberte.fr



**CHEMINS DU SUD**  
 +33 (0)4 90 09 06 06  
 infos@cheminsdusud.com  
 www.cheminsdusud.com



## LOUEURS / Bike rental

**AUPS - 83630**  
**PÔLE VÉLO STATIONS BEE'S AUPS**  
 41, Avenue Gorages Clemenceau  
 +33 (0)6 95 30 57 86  
 www.stationbees.com

**SAINT ANTONIN DU VAR - 83510**  
**NATUR'EVASION**  
 93 route de Carcès - RD 562  
 +33 (0)4 94 80 28 44  
 +33 (0)6 45 55 36 95  
 www.naturevasion.com

## ACCOMPAGNATEURS / Guides

**GUILLAUME CAUVIN**  
 VERDON E-BIKE  
 +33 (0)6 88 10 91 73  
 verdonebike.pageperso-orange.fr

**PHILIPPE PUECHBERTY**  
 Feel SingleTrack  
 +33 (0)6 85 85 09 10  
 www.feel-singletrack.com

**ANTOINE RIFFAUD**  
 +33 (0)6 76 72 02 42  
 +33 (0)4 92 78 01 08  
 +33 (0)6 81 00 33 98 (Réservation/booking)  
 f VTT Provence Verdon

## La Méditerranée à vélo : Echappées en terres du Sud ! / The Mediterranean route: Away from it all in the South!

Ce circuit est la partie française de l'EuroVelo 8, un des grands itinéraires européens du réseau EuroVelo qui relie l'Espagne à la Turquie sur 7 500 km. « Terres truffes et cascades » emprunte cet itinéraire entre Salernes et Sillans-la-cascade... pourquoi ne pas prolonger le parcours et se laisser embarquer dans l'aventure ?



This route is the French part of EuroVelo 8, one of the major European routes of the EuroVelo network, linking 11 European countries from Spain to Turkey over 7,500 km. "Terres truffes et cascades" invites you to follow a section of it, between Salernes and Sillans-la-cascade... why not continue your route and see where the wind takes you?

Plus d'informations sur / More information on : [www.lamediterraneeavelo.com](http://www.lamediterraneeavelo.com)

