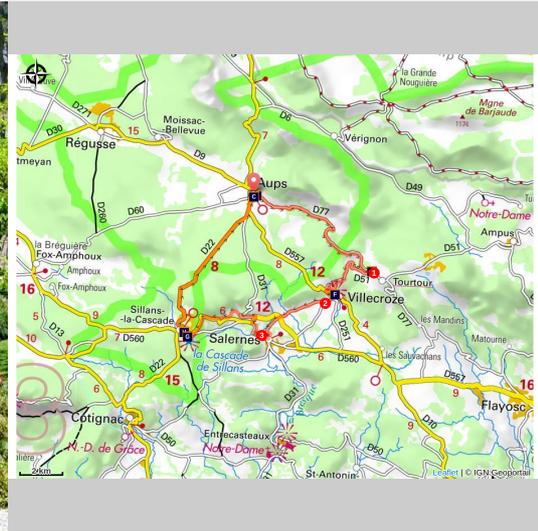


AUPS - Terres, truffes et cascades

Aups



Cascade de Villecroze (Velo Loisir Provence)



Un circuit haut en couleur proposant une expérience unique à la rencontre de villages varois aux facettes multiples.

De pittoresques villages à traverser, des sites naturels remarquables à visiter à l'image de la cascade de Sillans ou des grottes troglodytiques de Villecroze et des producteurs et artisans au savoir-faire inestimable à découvrir... Cette boucle offre une expérience inédite et stimulante, mettant en lumière les richesses du Haut-Var, éveillant vos papilles et faisant briller vos yeux.

Infos pratiques

Pratique : Vélo

Durée : 2 h 45

Longueur : 34.8 km

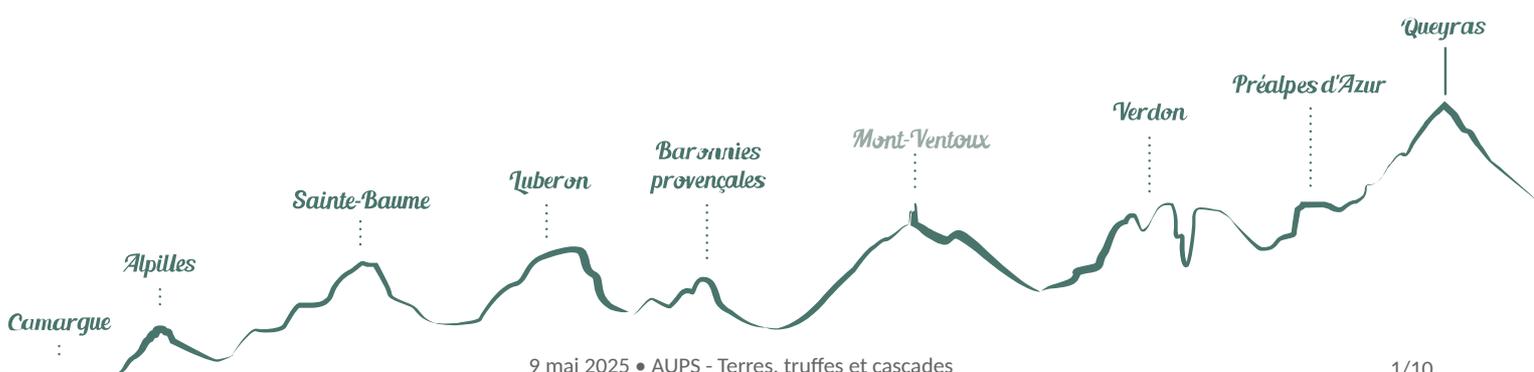
Dénivelé positif : 576 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

Thèmes : Eaux et rivières, Patrimoine et histoire, Produits du terroir

Accessibilité : VTC, VTTae



Itinéraire

Départ : Aups

Arrivée : Aups

Balisage :  Vélo

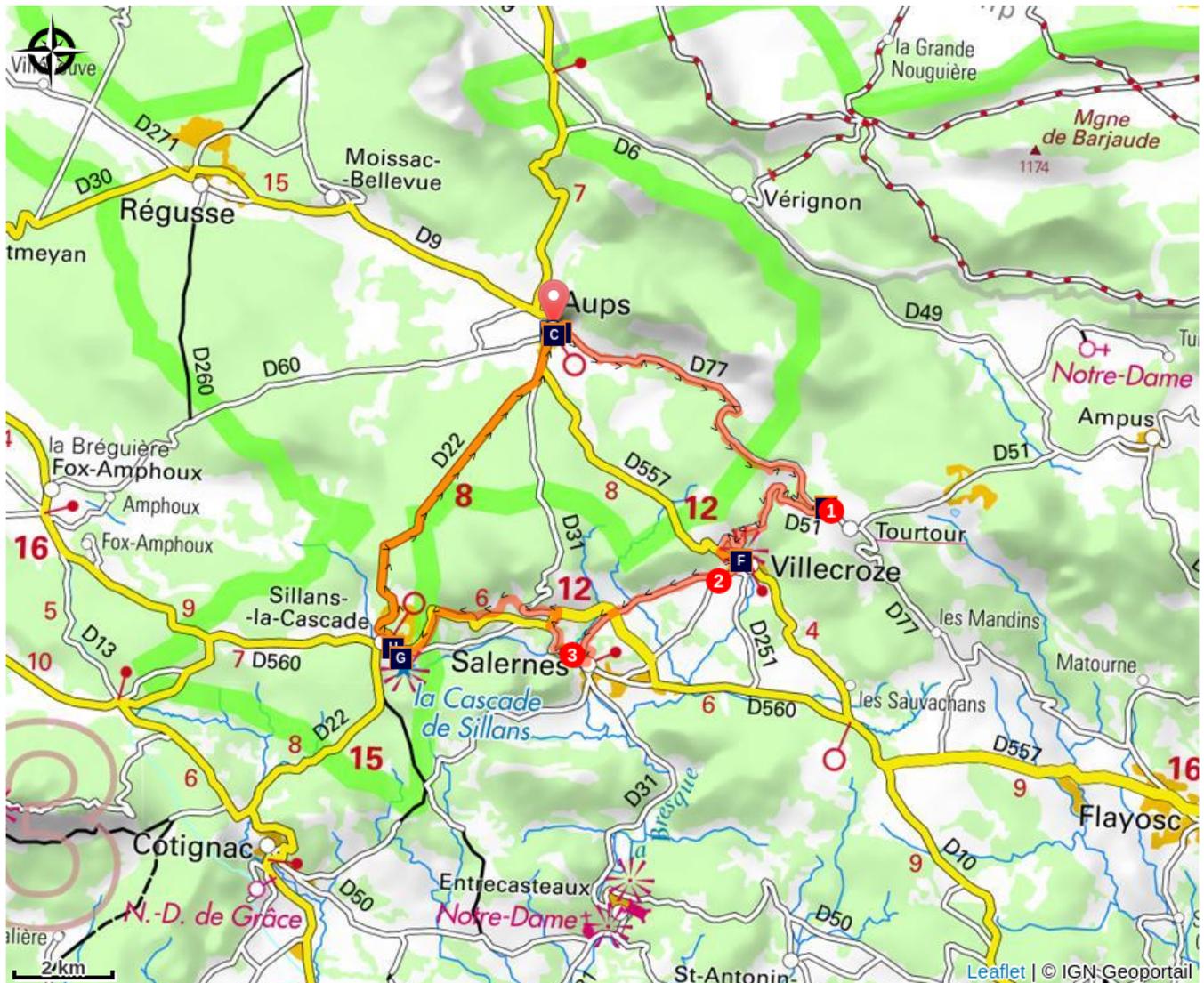
Depuis l'office de tourisme, s'engager sur la D77 et suivre « Toutes directions ». Au carrefour entre la D957 et la D77, opter pour la seconde option et s'engager en direction de Tourtour. Poursuivre sur 9 km jusqu'à la fin de la route. Du rond-point, possibilité de rejoindre le centre de Tourtour (à 750 m).

1 - Au rond-point situé au pied de Tourtour, poursuivre par la D51 en direction de Villecroze. Après environ 5 km, au carrefour, continuer la descente par la D557 et atteindre Villecroze. Traverser le centre-village et quitter la D557 pour virer à droite sur la D51, en direction de Salernes.

2 - Après 900m, bifurquer à droite sur le Chemin des espèces. Continuer tout droit sur 2,2 km et, après une courte mais raide montée, tourner à gauche Route de Saint-Barthélemy. Franchir la D560 (prudence !) et poursuivre tout droit Chemin de la Roque jusqu'à rejoindre le parking au pied du stade. S'engager rue des Martyrs de la résistance et continuer tout droit sur le Boulevard Paul Cotte. Rejoindre la place centrale et la contourner par la droite, en suivant « Toutes directions » (D2580). Au carrefour avec la D31, poursuivre tout droit sur la D2560.

3 - Traverser le rond-point en sortie de Salernes et suivre la direction de Aups et Sillans-la-Cascade (D2560). Rouler 900m puis, au carrefour au sommet de la côte, tourner à droite en direction de Aups (D560). Au rond-point qui suit, bifurquer à gauche sur la D31, direction Aups. Quitter la D31 après 500m et s'engager sur la voie verte (signalisation EuroVelo 8 - La Méditerranée à vélo). Suivre la voie-verte jusqu'à Sillans-la-Cascade. Contourner le parking sécurisé marquant l'entrée du site de la cascade de Sillans et atteindre le carrefour entre la D22 et la D560. S'insérer sur la D22 en direction de Aups. Rester sur cet axe sur plus de 10 km jusqu'à Aups. Au rond-point, prendre la 3ème sortie et poursuivre tout droit jusqu'à rejoindre votre point de départ.

Sur votre chemin...



- | | |
|--|---|
|  L'or noir du Verdon (A) |  La maison de la truffe (B) |
|  Aups le village des insurgés ! (C) |  Anan à Zaou per lei rabasse ! (D) |
|  Tourtour (E) |  Cascade de Villecroze (F) |
|  La Cascade (G) |  Bresque trop belle (H) |

Toutes les infos pratiques

Recommandations

Respecter le code de la route sur les voies ouvertes à la circulation publique. Secteur touristique, les routes peuvent être fréquentées par de nombreux automobilistes l'été. De ce fait, mais également en raison des fortes chaleurs, nous vous recommandons vivement les périodes de mars à juin et septembre à mi-novembre. Assurez-vous que vous disposez de tous les accessoires indispensables à une bonne randonnée : casques, nécessaire de dépannage, pompe, antivol, cartes, crème solaire.

Profil altimétrique



Altitude min 214 m
Altitude max 608 m

Parking conseillé

Parking de l'Office de Tourisme

Source



Vélo Loisir Provence

Lieux de renseignements

Maison du Parc naturel régional du Verdon -
Domaine de Valx



Domaine de Valx, 04360 Moustiers-Sainte-Marie

info@parcduverdon.fr

Tel : +33 (0)4 92 74 68 00

<http://www.parcduverdon.fr/>

OTI Lacs et gorges du Verdon

Place Martin Bidouré, 83630 AUPS

<http://www.lacs-gorges-verdon.fr/>

Sur votre chemin...



L'or noir du Verdon (A)

Aups est réputé dans toute la région pour son célèbre et très attendu marché de la fameuse truffe noire au parfum et au goût incomparable, que les spécialistes appellent *Tuber melanosporum* et les Provençaux, Rabasse. Il a lieu chaque jeudi matin de mi-Novembre à mi-Mars. C'est le marché le plus important du Var.

Crédit photo : Jean Philippe Gallet - PNR Verdon



La maison de la truffe (B)

La Provence est une terre de truffes, et Aups une des places les plus emblématiques de sa production. Ici depuis longtemps, la truffe se cultive, se récolte, se vénère, se vend, se partage, se déguste. La maison de la truffe qui a vu le jour en 2015 est consacrée à cet étrange champignon que l'on appelle "Le Diamant noir". Dans un espace muséographique dédié au terroir du Haut-Var pendant la visite interactive, ludique et pédagogique on découvre le monde de la Truffe, son histoire, ses légendes.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Aups le village des insurgés ! (C)

Le 2 décembre 1851, nos villages se soulèvent pour défendre la République contre le coup d'État de Louis-Napoléon Bonaparte. Peu de gens s'en souviennent. Paysans, bourgeois, artisans prennent les armes. Ils seront tués, arrêtés, déportés, emprisonnés. À Aups, un monument aux morts est érigé pour ces combattants, la place porte le nom de Martin Bidouré en hommage à un jeune homme fusillé « deux fois ». Autant de faits qui placent le village au cœur de cette révolte, provinciale et rurale.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Anan à Zaou per lei rabasse ! (D)

Aups, Zaou en Provençal, de son passé, ce « Village de Caractère » du Haut-Var a conservé des vestiges de fortifications, de vieilles rues pittoresques ponctuées de lavoirs, de fontaines, de cadrans solaires et une superbe collégiale. Situé à l'entrée du Verdon et de ses truffières dans un cadre verdoyant où se mêlent pins, chênes et oliviers, Aups est la capitale varoise de la truffe noire (Rabasse en provençal). Tous les jeudis en hiver, le marché de la rabasse se tient sur la place du village.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon



Tourtour (E)

Perché à 635 m d'altitude, c'est à juste titre que Tourtour est surnommé « le village dans le ciel de Provence ». Les maisons de pierres coiffées de tuiles rondes, la place des Ormeaux et ses huit fontaines, les passages voûtés et les ruelles baignées de soleil... Tout y est ! L'enceinte du château médiéval et le château du XVIIe Siècle racontent plusieurs passés du village...

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Cascade de Villecroze (F)

La cascade de Villecroze mesure 35 mètres de haut et coule, tel un voile, sur la falaise de tuf. La résurgence de cette source se fait sur la commune de Tourtour, village perché du haut-var. Elle se situe au cœur du village, dans le parc municipal. C'est au cœur de la falaise que sont nichées les grottes troglodytiques. Occupées depuis la préhistoire, elles ont successivement appartenu aux moines bénédictins, au seigneur local qui les a fortifiées puis à la commune.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



La Cascade (G)

Le village de Sillans-la-Cascade est connu pour sa spectaculaire cascade de 44 m de haut la plus haute du Var. La Bresque y dépose actuellement des travertins calcaires. La vasque naturelle à son pied présente la couleur bleutée caractéristique des eaux riches en microparticules, ici de calcaire, en suspension. Le long de la cascade elle-même, on observe les voiles de travertin déposés sur des mousses.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



Bresque trop belle (H)

Affluent de l'Argens en rive gauche, la Bresque est un cours d'eau calcaire qui prend naissance à Fox-Amphoux. Il traverse les communes de Sillans-la-Cascade, Salernes et Entrecasteaux sur un linéaire de 29km. Les eaux turquoise, magnifiques de la Bresque font une chute de 42 m puis continuent leur chemin pour rencontrer l'Argens. Le parcours de cette rivière serpentant dans une nature luxuriante et intacte. L'endroit est paradisiaque.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon



- En aucun cas les auteurs des contenus de ce site ne sauraient être tenus pour responsables de problèmes ou d'accidents sur les itinéraires cités.
- Cependant, nous comptons sur vous pour signaler toutes contradictions importantes entre cette fiche et le terrain.
- Pensez également à signaler les éventuels problèmes rencontrés pendant votre balade sur <http://sentinelles.sportsdenature.fr> (erreur de balisage, panneau défectueux, pollution, conflit d'usages...).
- La vente de cette fiche est autorisée au coût d'impression.
- Ne pas jeter dans la nature.

L'outil Geotrek a été financé par l'Union européenne, le Parc national des Ecrins et le Parc national du Mercantour.

Le projet Chemins des Parcs est financé par la Région Provence-Alpes-Côte-d'Azur et les Parcs naturels régionaux des Alpilles, de Camargue, du Luberon, du Queyras et du Verdon.

Ce projet partenarial rassemble également le Comité Régional du Tourisme, les agences départementales de développement touristique, les offices de tourisme et les syndicats d'initiative.

- The authors of this website will in no case be held responsible for problems or accidents on the routes mentioned.
- We count on you to point out any inconsistency between this content and the field itineraries
- Please report any problems encountered on the routes (route marking problems, defective panels, pollution, conflict of uses ...) on <http://sentinelles.sportsdenature.fr>
- The sale of this sheet is authorized at the cost of printing
- Please don't litter

The Geotrek tool was funded by the European Union, the Ecrins National Park and the Mercantour National Park.

The Chemins des Parcs project is funded by the Provence-Alpes-Côte-d'Azur Region and the regional nature parks of Alpilles, Camargue, Luberon, Queyras and the Verdon.

This project was developed in partnership with the Regional Tourism Committee, the departmental tourist development agencies, and tourist offices.

Avec le soutien de



Avec l'aide technique de :

- Vélo Loisir Provence