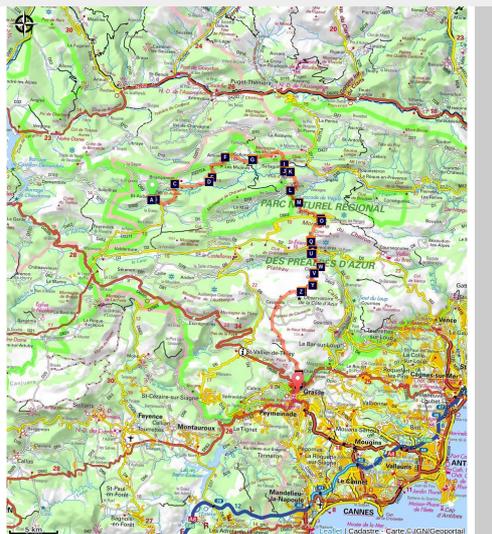


SAINT-AUBAN - GRASSE - La Maralpine en 5 jours

Saint-Auban



Vallée de l'Estéron (Kévin Mascarte - PNR Préalpes d'Azur)

Partez à la découverte des richesses du Parc Naturel Régional des Préalpes d'Azur dans cette itinérance de 5 jours.

D'une rivière sauvage à une ancienne cité romaine en passant par le toit des Préalpes avec la montagne du Cheiron jusqu'au balcon parfumé de la Méditerranée, La Maralpine saura vous transporter dans une aventure riche en découverte.

Infos pratiques

Pratique : À pied

Durée : 5 jours

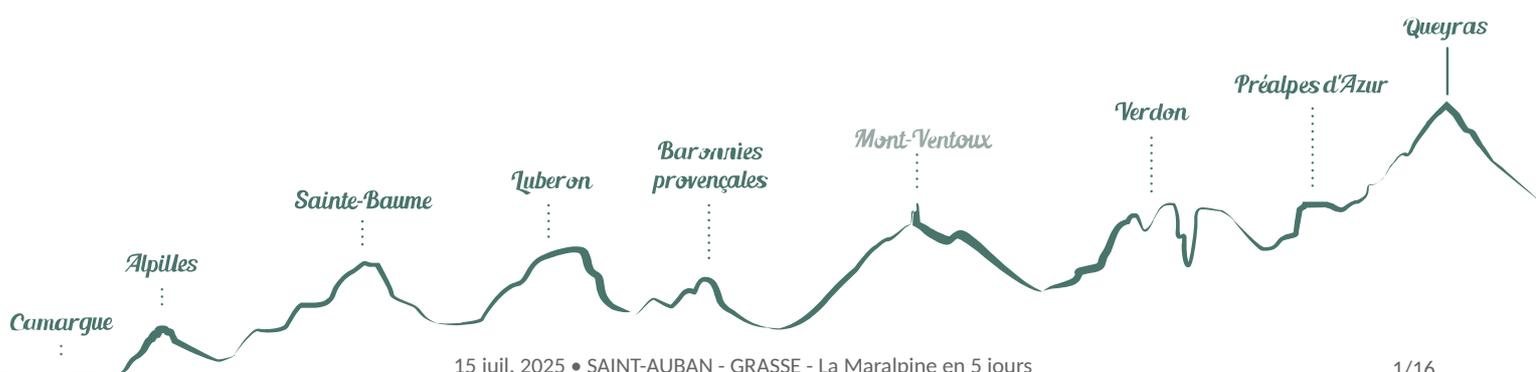
Longueur : 72.7 km

Dénivelé positif : 3946 m

Difficulté : Moyen

Type : Itinérance

Thèmes : Eaux et rivières, Patrimoine et histoire, Point de vue



Itinéraire

Départ : Saint-Auban

Arrivée : Grasse

Balisage :  GR®  PR

Depuis le village de Saint-Auban, empruntez le GR 510 en direction du Col de l'Escouissier. Descendre jusqu'à la rivière de l'Estéron que vous traverserez pour arriver au village de Briançonnet où vous trouverez des vestiges de l'époque romaine. De là, continuer vers Gars, village emblématique de Celestin Freinet, accolé à la falaise, avant de rejoindre Amirat qui clôture cette journée. [ETAPE 1 - détails](#).

Le second jour, découvrez la tranquillité des villages des Mujouls et de Collongues avant de vous diriger vers le Mont des Miolans pour arriver à Sallagriffon. Continuer à partir de là sur le sentier PR (balisage jaune) pour aller en direction du Mont Saint-Martin puis redescendre pour atteindre Aiglun et son impressionnante clue qui marque la fin de cette journée. [ETAPE 2 - Détails](#).

Le troisième jour, partez à l'ascension de la montagne du Cheiron via le GR4. Cette étape est l'étape de montagne du parcours avec le franchissement du plus haut sommet du Parc naturel des Préalpes d'Azur. Profiter d'un panorama à 360° pour relier du regard les vallées du haut pays et l'ouverture sur le littoral commençant à poindre. De là, descendre vers Gréolières qui marque la fin de cette journée de randonnée. [ETAPE 3 - Détails](#).

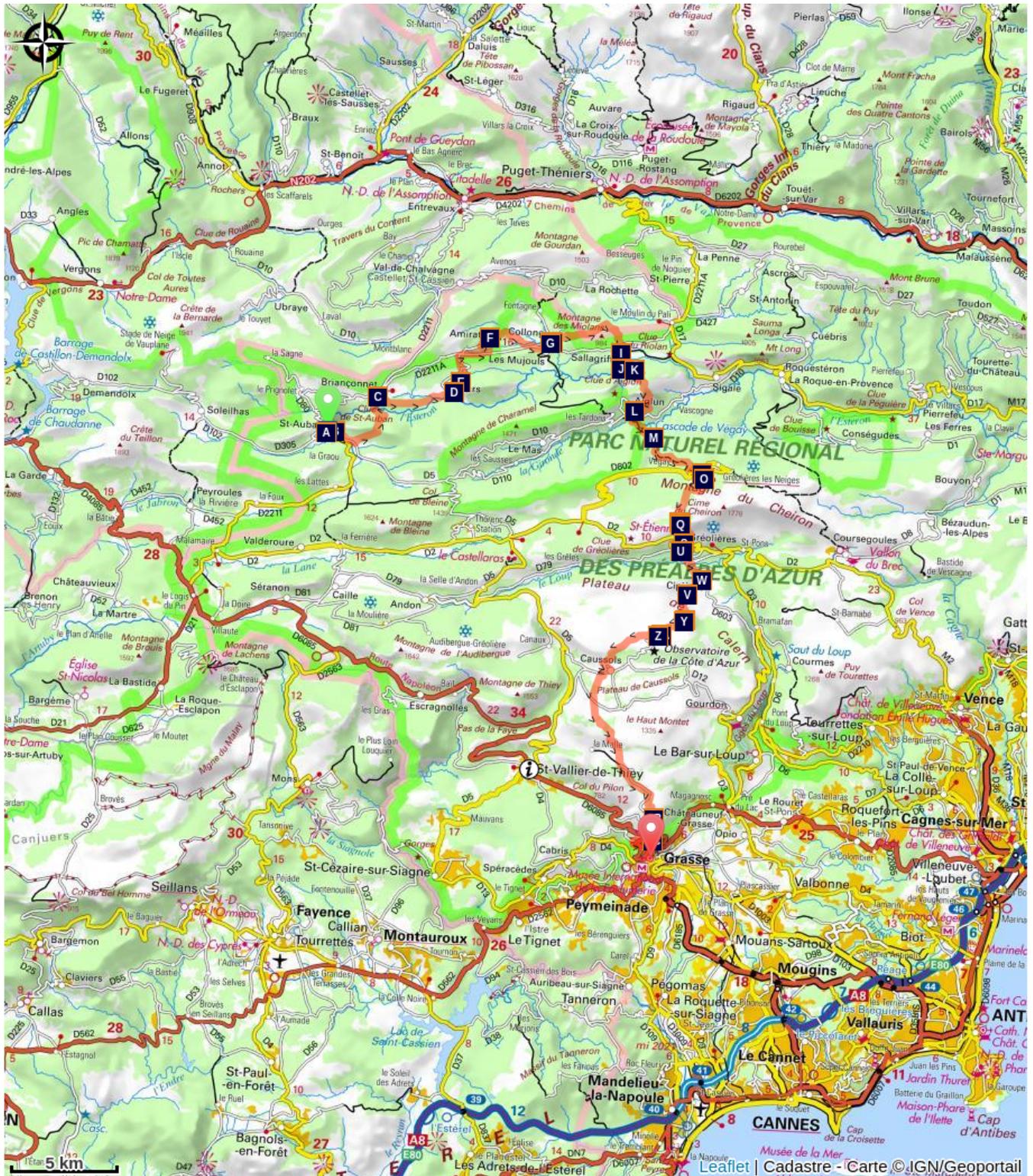
Au quatrième jour, partez en direction de Cipières en suivant le GR4 et continuer pour arriver dans une ambiance lunaire avec la traversée d'un des plateaux karstiques les plus emblématiques du Parc, le plateau de Calern. Profiter d'une pause à l'Observatoire pour mettre en appétit votre curiosité sur la richesse souterraine et nocturne des lieux ! Puis descendre vers le village de Caussols, votre destination du jour. [ETAPE 4 - Détails](#).

Pour votre dernière étape, passer le Col du Clapier en suivant le GR4 avant de descendre lentement sur les balcons parfumés des hauteurs de Grasse, puis de la ville en elle-même qui marquera votre destination finale. [ETAPE 5 - Détails](#).

Étapes :

1. La Maralpine - étape 1 : Saint-Auban - Amirat
15.3 km / 813 m D+ / 6 h 30
2. La Maralpine - étape 2 : Amirat à Aiglun
16.7 km / 985 m D+ / 7 h
3. La Maralpine - étape 3 : Aiglun à Gréolières
14.8 km / 1183 m D+ / 7 h
4. La Maralpine - étape 4 : Gréolières à Caussols
12.0 km / 747 m D+ / 5 h
5. La Maralpine - étape 5 : Caussols à Grasse
14.3 km / 218 m D+ / 4 h 30

Sur votre chemin...



-  L'église de Saint-Auban (AA)
-  Nos amis les romains (AC)
-  Des conditions primordiales (AE)
-  Le village de Collongues (AG)
-  Le village de Sallagriffon (AI)

-  La clue de Saint-Auban (AB)
-  Le village de Gars (AD)
-  Le village d'Amirat (AF)
-  Les vestiges de Saint-Roch (AH)
-  La vallée de l'Estéron (AJ)

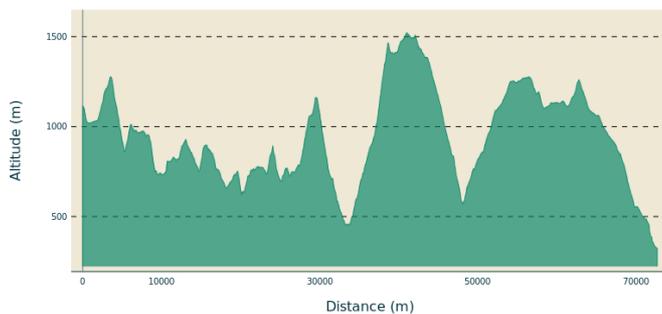
-  Les clues de l'Estéron (AK)
-  La Cascade de Végay (AM)
-  Forêt de pins (AO)
-  La croix de Barri (AQ)
-  La Chapelle Saint-Etienne (AS)
-  Eglise de la Chaire de Saint-Pierre (AU)
-  Village de Cipières (AW)
-  Vautour fauve (AY)
-  L'aven des Baudillouns (BA)
-  Les Jardins de la Princesse Pauline (BC)
-  La fortification d'Aiglun et son château (AL)
-  Gréolières-les-Neiges (AN)
-  La montagne du Cheiron (AP)
-  Le Château de Hautes Gréolières (AR)
-  Village de Gréolières (AT)
-  Les restanques (AV)
-  Le plateau de Calern (AX)
-  Observatoire de Caussols (AZ)
-  Helichrysum (BB)

Toutes les infos pratiques

⚠️ Recommandations

- Période recommandée : mai à octobre
- Des troupeaux peuvent se trouver dans sur votre route. Consultez la bande dessinée ["face aux chiens de protection, quelques réflexes à adopter"](#)

Profil altimétrique



Altitude min 322 m
Altitude max 1522 m

Transports

Depuis Nice suivre la ligne 500 en bus (ligne d'azur) jusqu'à Grasse puis prendre la ligne A qui mène à Saint-Vallier et la ligne 40 jusqu'à Saint-Auban.

Accès routier

Depuis Grasse, prendre la direction de Saint-Vallier puis de Caussole. Suivre Andon jusqu'à voir direction Saint-Auban.

Parking conseillé

Parking devant la mairie de Saint-Auban

Source



DÉPARTEMENT
DES ALPES-MARITIMES
Département des Alpes-
Maritimes - Randoxygène

Lieux de renseignements

Parc naturel régional des Préalpes d'Azur



contact@pnr-prealpesdazur.fr

Tel : (+33) 4 92 42 08 63

<https://www.parc-prealpesdazur.fr/>

Sur votre chemin...



L'église de Saint-Auban (AA)

Cette église au clocher carré possède un portail de style gothique flamboyant. Il a été restauré en son temps par l'association Montagn'Arts. Vous pourrez admirer particulièrement le chemin de croix, œuvre de Jean Brandy, peintre qui vécut une partie de sa vie à Saint-Auban. "Seule une cause majeure (la mort) pourra m'empêcher de peindre".

Crédit photo : DR



La clue de Saint-Auban (AB)

Profonde entaille taillée dans la roche par la rivière Estéron, la clue de Saint-Auban offre une vue impressionnante de près comme de loin avec par endroit des gorges se développant sur plus de 700m de profondeur !

Cette clue offre des conditions climatiques particulières qui permettent la présence d'une faune et d'une flore rares et protégées dont certaines sont endémiques, c'est-à-dire qu'elles ne vivent que là au monde. Autre curiosité : une petite chapelle est aménagée à même dans une grotte.

Crédit photo : Kévin Mascarte - PNR Préalpes d'Azur



Nos amis les romains (AC)

Dans le charmant village de Brigomagus... pardon Briançonnet. Car oui, ce lieu fût un village romain du temps de l'antiquité. Vous pourrez y trouver une stèle en pierre avec des inscriptions en latin de cette époque.

En parallèle, découvrez les multiples traces du patrimoine médiéval de Briançonnet et partez à la découverte des légendes autour d'un alchimiste au sein du village ! Là où histoire et légendes mystérieuses s'entremêlent, profitez d'un voyage au cœur du temps !

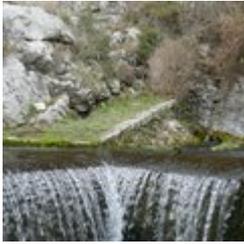
Crédit photo : A. Fillipot



Le village de Gars (AD)

Gars est un village de style alpin, niché à l'abri d'une imposante barre rocheuse d'où jaillit une source spectaculaire. Ces conditions naturelles en ont fait un lieu de vie idéal dès le Moyen Âge. En 1388, avec l'établissement de la frontière le long de l'Estéron, Gars devient une ville frontière au rôle stratégique majeur. Le village est également le berceau de Célestin Freinet, pédagogue novateur de la première moitié du XXe s.

Crédit photo : ©Jean Capitant



Des conditions primordiales (AE)

Ici, dans ce pays de l'Estéron, les Hommes se sont installés depuis des millénaires, au moins depuis le Néolithique (environ 6000 ans av. J.-C.). Malgré la rudesse du climat montagnard et l'éloignement des grands centres économiques, ils y ont trouvé les ressources essentielles : l'eau, avec l'extraordinaire source de Gars ; la terre, notamment dans la plaine des Mujouls ; le bois, comme dans la forêt de la Cressonnière ; et bien sûr, le soleil, omniprésent dans la région.

Crédit photo : ©Jean Capitant



Le village d'Amirat (AF)

Amirat est un très ancien lieu d'habitation, cité pour la première fois en 1043, puis en 1125, dans le cartulaire de l'abbaye de Lérins. Le village primitif se situait sur les pentes ensoleillées du rocher de Notre-Dame. Au XIVe s., les conflits et les épidémies dépeuplent la région. Il n'y a plus personne en 1400. Le village actuel a trouvé sa place à la fin du XVIe s., avec notamment son église dédiée à Sainte-Anne, caractérisée par sa double génoise.

Crédit photo : ©Jean Capitant



Le village de Collongues (AG)

Ce site, particulièrement bien situé (à proximité d'un cours d'eau, en bordure de forêts, sur un terrain plat et bien exposé) a été occupé dès le Néolithique. Toutes les époques successives y ont laissé leur empreinte. Le village est mentionné pour la première fois en 1232, alors simple dépendance des Mujouls. À l'époque, il ne se compose essentiellement que d'un château, érigé sur une butte naturelle. Le nom du lieu viendrait du latin "colonica", désignant une terre cultivée par un colon.

Crédit photo : ©Serge Pantacchini



Les vestiges de Saint-Roch (AH)

Dans le village reculé de Collongues, profitez de votre passage pour découvrir l'oratoire ainsi que l'église Saint-Roch tout deux bâtis durant le Moyen-Age. Fondé au cours du XIIIème siècle, l'église Saint-Roch se trouve sur un espace en hauteur lui permettant de surplomber l'ensemble du village de Collongues. A cet édifice s'ajoute celui de l'oratoire datant du XVIème à une époque où la peste faisait des ravages et où Saint-Roch victime de la peste était perçu alors comme un protecteur.

Crédit photo : Germain.G



Le village de Sallagriffon (AI)

Le village de Sallagriffon, qui tire probablement son nom de l'anthroponyme Grifo, est d'origine bien mystérieuse. Si la présence romaine sur ces terres a bien été attestée par des vestiges, ce n'est ensuite qu'au XIII^e siècle que le castrum (lieu fortifié) d'origine est cité. Aujourd'hui encore, on ne sait pas le situer exactement. Une légende locale rapporte que le village aurait été déplacé sur un site plus facilement défendable suite aux nombreuses attaques de pillards et de loups.

Crédit photo : Jean CAPITANT



La vallée de l'Estéron (AJ)

L'Estéron, une des plus grandes rivières des Alpes-Maritimes (66 km), trouve sa source à Soleilhas sur la montagne du Teillon. C'est la seule du département sans ouvrage hydroélectrique. Cet environnement préservé est favorable à la présence d'une biodiversité riche. L'Estéron, dont la qualité de l'eau est exceptionnelle accueille ainsi des espèces protégées de chauve-souris, de poisson ou encore le fameux Spéléropès de Strinati. Elle est labélisée "Rivières Sauvages".

Crédit photo : Jean CAPITANT



Les clues de l'Estéron (AK)

On trouve dans l'Estéron plusieurs clues qui coupent les montagnes par de profonds canyons. Le terme clue est le mot provençal pour désigner des gorges perpendiculaires aux reliefs calcaires. Leur creusement s'explique par deux phénomènes principaux en plus de l'érosion chimique et mécanique : un soulèvement rapide et tardif de ces montagnes calcaires et l'assèchement brutal de la Méditerranée au Messinien qui a provoqué un enfoncement du réseau hydrographique.

Crédit photo : Jean CAPITANT



La fortification d'Aiglun et son château (AL)

En plein cœur de la clue d'Aiglun, la forteresse troglodyte date, d'après les experts, du XIII^e siècle. Les origines de cette fortification sont encore aujourd'hui mystérieuses mais sa création offre une protection à la population en cas de guerre ou pillage. Depuis Aiglun, vous trouverez un sentier pouvant vous conduire à l'entrée pour admirer le splendide panorama sur le village.

Crédit photo : Anthony Salomone - PNR Préalpes d'Azur



La Cascade de Végay (AM)

Proche du charmant village d'Aiglun, la cascade de Végay offre un paysage remarquable avec sa chute de 140 mètres. Nichée dans un écrin forestier, cette chute est aujourd'hui un site classé. Ce classement a permis de conserver la qualité paysagère du site de le préserver face aux enjeux liés à l'utilisation de l'eau dans le cadre d'aménagements hydrauliques.

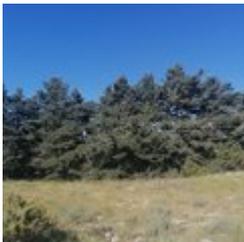
Crédit photo : Anthony Salomone - PNR Préalpes d'Azur



Gréolières-les-Neiges (AN)

Station de ski construite en 1963, Gréolières-les-Neiges fait partie des rares stations offrant aux visiteurs la possibilité de skier avec vue sur mer ! La station reste attractive l'été grâce aux commerces présents : restaurants, bar, crêperie, épicerie. Une diversité d'offre d'activités de pleine nature permet également à la station de "vivre" l'été : location de VTT, randonnée, accrobranche, terrain de tennis... Chaque année depuis quatre ans maintenant, le comité des fêtes organise la fête de la lavande sauvage.

Crédit photo : ©Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur



Forêt de pins (AO)

Lors de cette randonnée, vous traverserez une pinède de pin sylvestre, essence résineuse majoritaire sur le territoire suite à la déprise agricole. Durant ces trois derniers siècles, la forêt française s'est fortement étendue mais le changement climatique de ces dernières années fragilise les écosystèmes forestiers : hausse des températures, augmentation des tempêtes et sécheresses récurrentes. Ces phénomènes provoquent notamment l'arrivée d'insectes ravageurs comme les scolytes du pin. Les pins peuvent également être parasités par le gui (en haut de la cime de l'arbre) et par les chenilles processionnaires du pin. Ces dernières, urticantes, peuvent représenter un danger pour les chiens. Elles sont aussi un met de prédilection pour certains oiseaux comme les mésanges. Ouvrez l'œil !

Crédit photo : ©Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur

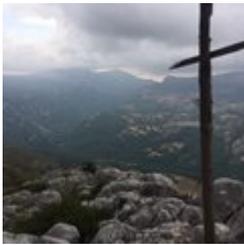


La montagne du Cheiron (AP)

Plus haute cime des Préalpes d'Azur, la montagne du Cheiron saura vous émerveiller avec son panorama à 360° sur le Parc.

En outre la montagne dispose d'un patrimoine riche aussi bien sur le plan faunistique que floristique, en témoigne la présence de la Réserve Biologique Domaniale du Cheiron et des espèces rares qui y sont présentes. Vous aurez également l'opportunité d'y découvrir la station de Gréolières les Neiges, la plus proche de la côte Méditerranéenne.

Crédit photo : Kévin Mascarte - PNR Préalpes d'Azur



La croix de Barri (AQ)

La croix de Barri marque la première étape d'ascension de cet itinéraire. Située à une altitude de 1 350 m, elle surplombe le village de Gréolières, un premier point de vue appréciable pour se poser un instant et prendre le temps de contempler la vallée du Loup et le très beau village de Cipières au loin.

Crédit photo : Julien Lageat - PNR des Préalpes d'Azur



Le Château de Hautes Gréolières (AR)

Ce château construit vers 1230 sous l'ordre du Comte de Provence, se présente sous la forme d'une enceinte polygonale percée de meurtrières, qui n'est conservée que sur trois côtés et qui clôture une plateforme rocheuse. Durant les guerres civiles qui marquent cette région, le château est assiégé. Après cette période, l'enceinte est partiellement renforcée par de fausses braies. Une nouvelle rampe d'accès est aménagée au sud-est.

Crédit photo : DR



La Chapelle Saint-Etienne (AS)

Citée pour la première fois en 1312, cette chapelle est édifée pour servir l'église paroissiale au castrum de Hautes Gréolières. L'abside en cul-de-four est construite dès la création du castrum, mais la nef n'est élevée qu'à la fin du XIII e siècle ; elle compte quatre travées voutées en berceau brisé.

Crédit photo : G. Germain



Village de Gréolières (AT)

A l'abri du massif du Cheiron, ce joli village, bâti sur un petit plateau à mi pente de l'escarpement, domine la vallée du Loup. Le nom de Gréolières apparaît pour la première fois en 1033 dans le cartulaire de l'abbaye St Victor de Marseille, "vineam unau in Graulieras". Le mot vient de "gracularia", dérivé de "graculus" qui signifie "corneille". Au cours de son histoire, l'économie de Gréolières a été principalement liée aux activités agricoles. Désormais apiculteurs et agriculteurs développent des produits de qualité. Vous pourrez trouver au sein du village une boulangerie, une épicerie mais également des restaurants.

Crédit photo : ©Ellen Teurlings - PNR Préalpes d'Azur



Eglise de la Chaire de Saint-Pierre (AU)

Dans le village de Gréolières situé au pied du Cheiron, l'église de la Chaire de Saint-Pierre se trouve être l'un des édifices inscrits au titre de monument historique dans le village. Construit à l'origine au cours du 12ème siècle, l'église a fait l'objet d'une seconde phase de construction à partir du 16ème siècle. Pour en savoir plus sur cette église : [Eglise de la Chaire de Saint-Pierre](#).

Crédit photo : ©PNR Préalpes d'Azur



Les restanques (AV)

Murs en pierre sèche soutenant les terrasses de culture, les restanques témoignent de l'ingéniosité humaine face aux contraintes du relief. Elles ont permis d'aménager les pentes pour y développer l'agriculture. Au-delà de leur fonction agricole, elles jouent un rôle essentiel dans la tenue des sols, la régulation de l'eau et l'accueil de la biodiversité (le tout en mobilisant une technique ancestrale sans impact carbone).

Avec la déprise agricole, nombre de ces terres ont été abandonnées et les restanques, laissées à l'abandon, tombent peu à peu en ruine. Pourtant, leur valeur est de mieux en mieux reconnue : le savoir-faire de la pierre sèche a été inscrit au patrimoine culturel immatériel de l'UNESCO en 2018. Ce label encourage aujourd'hui les initiatives de préservation et de restauration de ce précieux héritage (cf. En savoir plus).

Crédit photo : ©Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur



Village de Cipières (AW)

Le village perché de Cipières était à l'origine un château, autour duquel les partisans du comte de Provence ont bâti un village. Typiquement provençal, il se distingue par ses ruelles pittoresques et ses hautes maisons. Cipières conserve les traces d'une activité agro-pastorale ancestrale : bories, restanques, aires de battage... Depuis le village, on peut apercevoir Gréolières et la cime du Cheiron, point culminant du Parc naturel régional des Préalpes d'Azur (1 778 m). En son centre, deux restaurants et une épicerie proposent des produits locaux.

Crédit photo : ©Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur



Le plateau de Calern (AX)

Plateau karstique dominant les villages de Cipières et Caussols, le plateau de Calern offre un paysage aride, très minéral. Ce milieu naturel s'est révélé particulièrement favorable à l'activité pastorale, pratiquée ici depuis plusieurs siècles. On y trouve encore de nombreux aménagements agricoles en pierre sèche : bergeries, cabanes, pierriers ou aires de battage témoignent de cette occupation ancienne.

Crédit photo : ©DR



Vautour fauve (AY)

Espèce protégée, le Vautour fauve se distingue du Vautour moine par son plumage brun clair et sa tête blanche. Il niche dans les falaises entre 200 et 1600 m d'altitude et peut pondre un œuf tous les ans. Les vautours observables sur cette étape nichent dans les gorges du Verdon et survolent les Préalpes d'Azur à la recherche de nourriture. Ils jouent un rôle primordial dans la chaîne alimentaire car c'est une espèce nécrophage ou charognarde : elle mange les carcasses des animaux morts tels que le mouton, la vache, la chèvre ou bien même les animaux sauvages, limitant par la même occasion la prolifération de maladies. Pensez à observer autour de vous, vous aurez peut-être l'occasion d'en apercevoir !

Crédit photo : ©Maël Laurent-Cauchy - PNR Baronnies provençales



Observatoire de Caussols (AZ)

Ouvert depuis 1974 près de la cime de Calern, l'observatoire domine de son haut le village de Caussols et l'ensemble de la vallée. Disposant d'outils scientifiques performants, l'observatoire travaille depuis sa fondation dans le domaine de l'imagerie avec le télescope de Schmidt ou encore dans le domaine de la télémétrie. Il est possible aujourd'hui de visiter l'observatoire avec un guide, sous réservation, pour en apprendre plus sur son importance dans la région.

Crédit photo : Muriel Cary - PNR Préalpes d'Azur



L'aven des Baudillouns (BA)

Typique des plateaux karstiques, un aven est une formation géologique, une sorte de puits naturel creusé par les eaux d'infiltration sur terrain calcaire. Entouré par du grillage pour sécuriser hommes et animaux, l'aven des Baudillouns est bien connu des spéléologues du plateau de Calern : cet abîme leur permet d'accéder à un grand réseau de galeries souterraines. Il existe bien d'autres avens sur le plateau, mais plus éloignés des sentiers.

Crédit photo : ©Charlotte Depardon - PNR Préalpes d'Azur



Helichrysum (BB)

Plante pouvant pousser sur le plateau de Caussols, l'Helichrysum fait partie des espèces immortelles ne fanant pas une fois cueillie. L'immortelle, de son nom courant, dispose de vertus médicinales et peut être utilisée contre les inflammations ou encore les hématomes. Elle dégage une odeur très forte qui fut pendant longtemps utilisée à Grasse dans la confection du parfum.

Crédit photo : DR



Les Jardins de la Princesse Pauline (BC)

Situé au Nord de Grasse, ce jardin aménagé vous transportera dans un voyage à la découverte d'espèces olfactives où vous pourrez affûter votre odora. De plus, la géographie du site vous offrira un panorama donnant sur l'ensemble de la ville de Grasse de jour comme de nuit avec les lumières allant jusqu'à la côte et la Méditerranée.

Crédit photo : Tourisme pays de Grasse



- 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 :

- Département des Alpes-Maritimes - Randoxygène