

Estérel

CÔTE D'AZUR **mag**

Villages du Pays de Fayence
TOUT UN ART

Sur terre,
dans l'air, dans l'eau
**LE PLEIN
D'ACTIVITÉS**

**Corniche d'Or
Les calanques
secrètes**

**Inspirez
vous!**

weekend provence

Viens, je t'emmène



**Plus de 50 séjours à découvrir à deux
entre Provence et Côte d'Azur...**

- Des conseillers pour répondre à vos questions
- Des offres directement réservables en ligne
- 5 thématiques : romantique, bien-être, insolite, nature et terroir, événement
- Un service de tchat disponible
- Des nouvelles offres toute l'année
- Une rubrique "Bon cadeau" pour faire plaisir

Réservez votre séjour sur

weekend-provence.fr

ÉDITO

Prenez le temps de vivre intensément

6h30 du matin au sommet du Mont Vinaigre. Le regard embrasse l'horizon. Au loin, la Corse dessine ses reliefs, plus près, ce sont les Alpes et le massif de la Sainte-Baume qui dévoilent leurs sommets. Dans quelques minutes, le soleil embrasera doucement ces paysages exceptionnels qui se teinteront alors de ces

rouge, vert et bleu si caractéristiques. Un territoire préservé et des espaces authentiques où l'on aime se ressourcer. Un territoire de sensations et d'émotions qui invite à l'aventure comme au lâcher-prise.

Depuis le massif de l'Estérel à celui des Maures en passant par le lac de Saint-Cassien, la nature est partout, à l'état brut. Ici, on respire, on s'emplit des odeurs de pins, de mimosa, de myrte...

Estérel Côte d'Azur, c'est 14 communes de l'Est Var, entre mer et arrière pays, depuis Fréjus-Saint-Raphaël à Mons ou Seillans.

Au bord des eaux turquoise de la Méditerranée, nos plages et nos calanques se font familiales ou secrètes. Nos villes et villages révèlent une histoire millénaire et distillent le charme de la Provence au gré d'une placette ombragée, du murmure d'une fontaine ou d'une fête folklorique. Nos hivers rayonnent de pompons soyeux d'un jaune éclatant. Toute l'année, notre territoire est riche de ses diversités et de ses traditions.

Notre environnement est extraordinaire, aussi par les hommes et les femmes qui le font vivre. Nous vous invitons à les rencontrer autour d'un Pan-Bagnat, lors d'une balade dans l'Estérel, à la table d'un restaurant.

Ce sont tous ces atours, et bien plus encore, que nous avons souhaité mettre en valeur au travers de ce premier numéro d'Estérel Côte d'Azur Mag. Compagnon de route de votre séjour, ce magazine vous donnera assurément envie de revenir encore et encore explorer notre territoire d'Estérel Côte d'Azur.

Aurore Laroche, présidente d'Estérel Côte d'Azur





sommaire

- 3 Édito
- 4 Carte Esterel Côte d'Azur
- 5 Sommaire
- 6 To do list
- 9 Fréjus, côté insolite
- 10 Brief : toutes les actualités
- 15 Oenotourisme
- 16 Environnement
- 18 C'est de saison
- 22 Week-end de 48 à 72h
- 24 Le coin enfants
- 68 Estégram
- 70 Agenda et infos pratiques
- 72 Les adresses de nos partenaires

savourer

50 Recette,
la Bourride d'Aaron Reed

52 L'art du pique-nique,
où, quand, comment ?

54 Mélissa Ouvry,
rencontre chocolatée

respirer

28 Joseph Di Caro,
rencontre avec l'Ours de l'Estérel

30 Ça marche !
Notre top des randos

34 Corniche d'Or,
au fil des calanques

36 Mimosa,
le roi soleil dans le Tanneron

38 Lac de Saint-Cassien,
plaisirs nautiques

buller

58 Nos idées
pour un week-end de zénitude

60 A la plage !
Notre sélection pour lézarder

bouger

64 Sur l'eau,
en paddale et en kayak

65 Plongée,
des bulles d'oxygène

66 Golf,
pour tous les niveaux

67 Dans les airs,
vol à voile et ULM

s'inspirer

42 Pays de Fayence,
l'art dans les villages

44 Fréjus,
l'histoire pas à pas

46 Fréjus,
ça bouge !

Magazine édité par
Estérel Côte d'Azur
65 rue Isaac Newton
Pole Epsilon 1, Bat. H
83700 Saint-Raphaël
Tél. : 04 94 19 10 60
Ont participé à l'élaboration :
Aurore Laroche, Bruno Cherblanc,
Jory Alonzo, Etoile Montagnier,
Dorothee Tassan

Conception éditoriale
et **rédaction** : Nathalie Moreau
nathpresse@gmail.com
Conception graphique : Elsa Le Corre
elsalecorre.fr

Impression : Comkwatt
Impression UE, origine papier Espagne,
pas de fibres recyclées, Label PEFC



Crédit photos : Estérel Côte d'Azur, Adobe Stock, Le Clos des Roses, le musée Louis de Funès, Le mas des Escaravatières, Médiathèque Villa-Marie Fréjus, ©Matthieu Ruffra, ©Eric Thibault, Terre Blanche Hôtel Spa Golf Resort, La thalasso Les Issambres, La Villa Mauresque, Les 3 Fers, Water Gliss Passion, Ecocean, Var O2 Max, Anthony Massart, Le Mas d'Estel © Loïc B. photographe, Nathalie Moreau, Guillaume Roumestan, Patrick Beaudoin, Madame Bohème @evaterendrebelle, Spartan, Camping La Pierre Verte, Le Village Des Talents Créatifs @Jeremy MP, Holitrip, AMC Cap Grace, Estérel Caravaning, Hotel Le Virevent, Okwide, Le Mugs, Sud Concept, MaxCoquard-Best Jobers, Kayak Paddle Stepper, Nico Gomez, Pitchoun Cabane kiosque n°5, Claude Fouet, Sac à main en liège, Mon Bento, Fabriqués en France, Kiki la pigne, Mélissa Ouvry, Club Agathos, Camp4, ULM Flying Safari, @be.mika_escape, Base du Rocher, @Francadrien, @My.mindintheclouds, @ben.lamotte, @jorymfly, @matthieu_perez, Offices de tourisme : Fréjus, Saint-Raphaël, Pujet sur Argens, Roquebrune-sur-Argens, Pays de Fayence.

The
vue



1.



2.



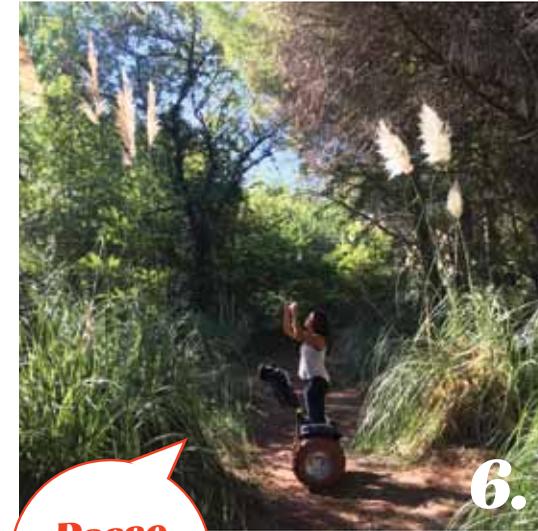
3.



5.



4.

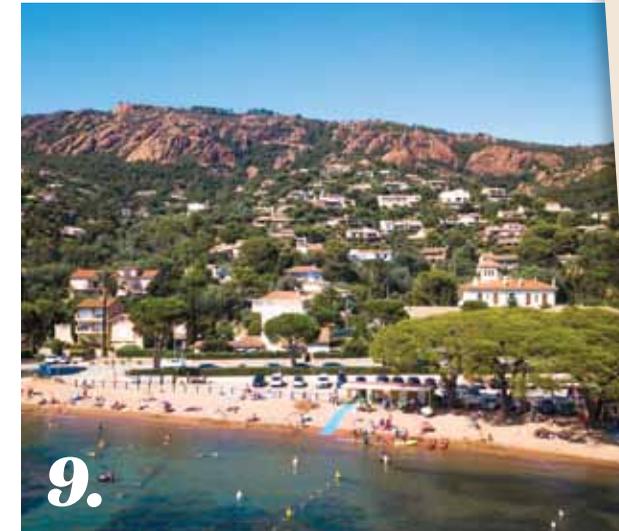


6.

Passé
partout



8.



9.



7.

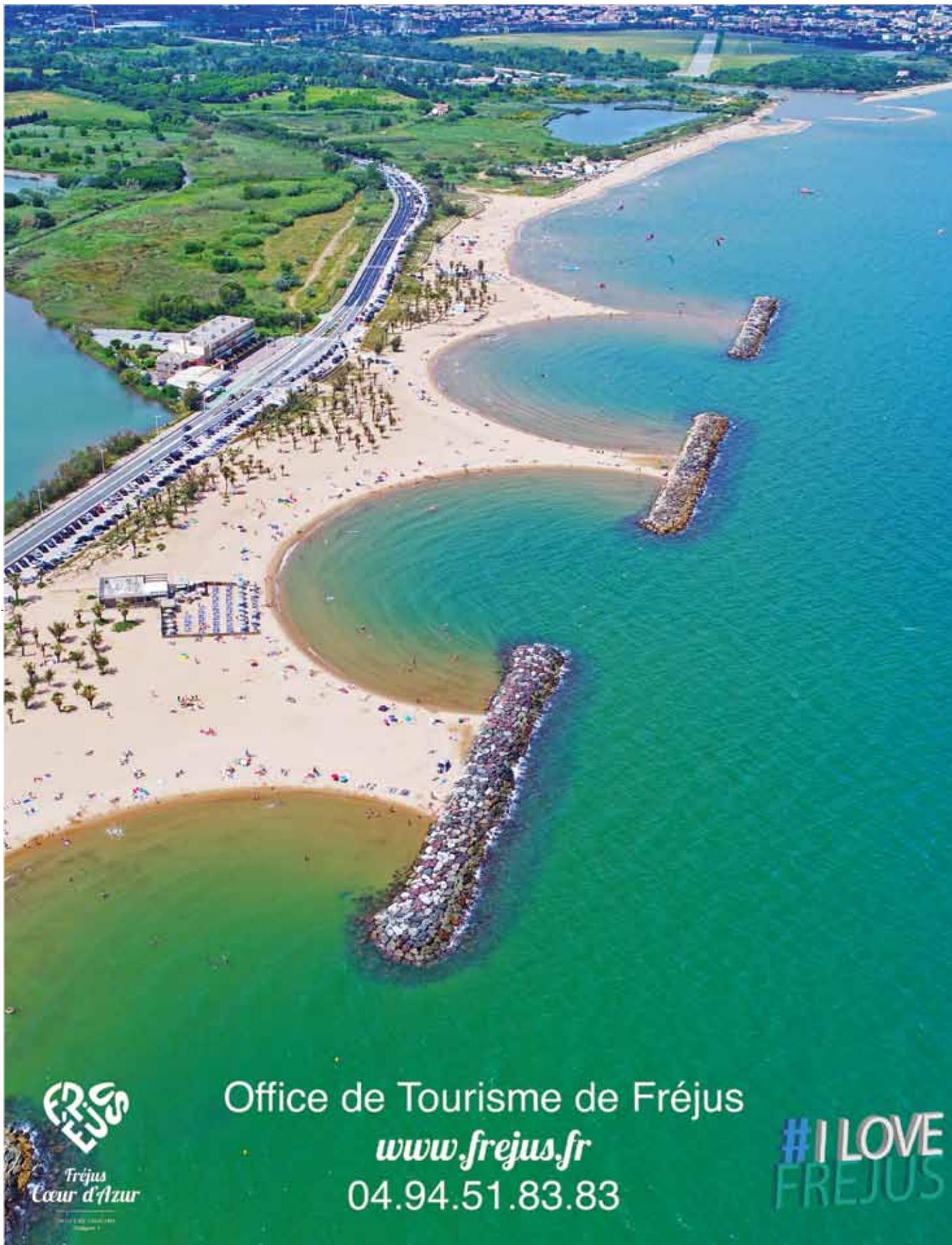


10.

Décor
de rêve

To do list

- ❑ 1. Faire une balade au Pic d'Aurelle dans l'Estérel pour une vue de OUF !
- ❑ 2. Boire un verre de rosé sur la place du village de Tourettes dans l'arrière pays
- ❑ 3. Manger sur le pouce au port du Poussai en admirant l'Île d'Or
- ❑ 4. Réviser la chorégraphie de Rabbi Jacob au musée Louis de Funès à Saint-Raphaël
- ❑ 5. Faire une balade en kayak sur l'Argens au pied du rocher de Roquebrune
- ❑ 6. Tester le segway tout terrain à Fréjus
- ❑ 7. Passer une soirée au Festival du Mas des Escaravatières au milieu des vignes de Puget sur Argens
- ❑ 8. Se ressourcer en participant à un cours de yoga dans les vignes à Fréjus
- ❑ 9. S'immerger dans le décor du roman d'Albert Cohen, Belle du Seigneur, sur la plage d'Agay
- ❑ 10. Sillonner la route des Gorges du Blavet entre deux parois de roches rouges volcaniques



Office de Tourisme de Fréjus
www.frejus.fr
 04.94.51.83.83

I LOVE
 FREJUS

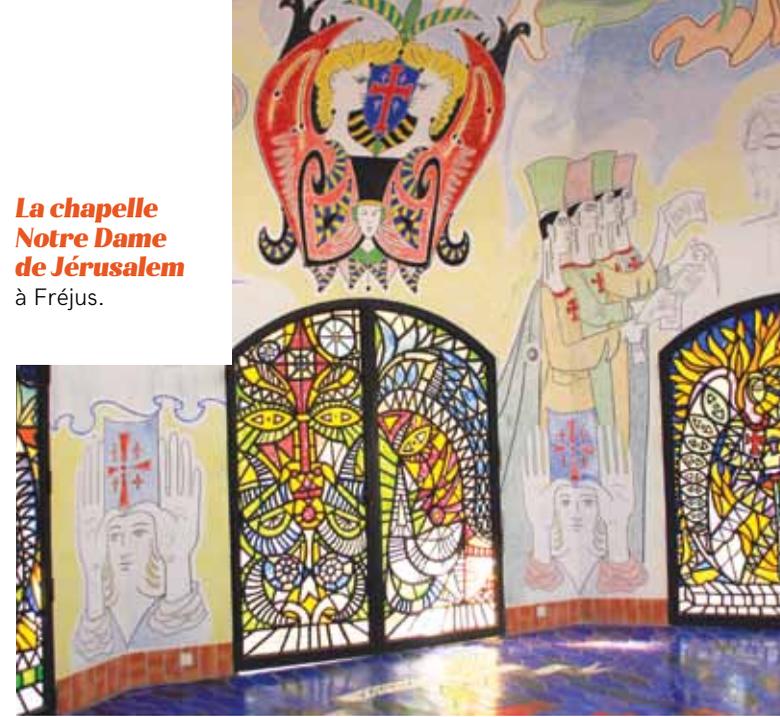
Brief insolite



ÇA PIQUE!

De plusieurs mètres de haut à juste un millimètre, fleuris ou pas, piquants ou non, avec des poils... Dans les allées de la pépinière Kuentz, les cactus s'étendent à perte de vue. On y découvre plus de 100 000 plantes en culture, entre cactus et plantes grasses. Installée dans un parc exotique autour d'une belle maison de maître, Kuentz est la plus ancienne pépinière de cactées de France (1907). Une rocaille arbore les spécimens les plus âgés de la collection, sachant que les cactus peuvent survivre à plusieurs générations d'êtres humains. Une serre abrite une nurserie où les cactus sont élevés durant plusieurs années. Dans la serre commerciale, on trouve forcément un peu d'exotisme à rapporter à la maison pour les rudes journées d'hiver.

La chapelle Notre Dame de Jérusalem à Fréjus.



La chapelle Cocteau

Il faut marcher une petite dizaine de minutes au cœur d'une pinède pour visiter une des dernières oeuvres de l'artiste Jean Cocteau : la chapelle Notre Dame de Jérusalem à Fréjus. Dessinée par Cocteau de 1961 à 1963, c'est Edouard Dermit qui, après la mort prématurée du poète, poursuivit le projet et exécuta les fresques intérieures selon ses croquis. Ce monument octogonal est recouvert de fresques représentant la Passion du Christ. On reconnaît Cocteau et son ami Jean Marais à la table du Seigneur. Une autre fresque reprend le thème de l'ordre des Chevaliers du Saint-Sépulcre.

Un bouddha couché à Fréjus.



Bouddha azuréen

Un bouddha couché de 9 m de long tout de jaune vêtu, des dizaines de statues polychromes, une cloche imposante, un temple de prières, la tour de la paix... La pagode vietnamienne Hông Hien de Fréjus offre une pause spirituelle et... plutôt

inattendue. Elle fut édifée en 1917 par des troupes militaires vietnamiennes venues combattre auprès de la France durant la Première Guerre mondiale. Elle tombera en ruines après leur départ. Il faudra attendre 1967 pour que des travaux soient entrepris.

Magazine à titre informatif, Estérel Côte d'Azur décline toute responsabilité sur les modifications tenant compte du contexte actuel post covid

Dans la peau d'Ariel

Alpha Beluga réalise les rêves des petites filles (ou des petits garçons) en leur proposant de se glisser dans la peau écaillée et multicolore d'une sirène... Entre Port Fréjus et l'île du Lion de Mer, il suffit d'une quinzaine de minutes de navigation, pour céder la place à la magie. On revêt la queue de sirène, quelques explications pour évoluer dans l'eau et plouf... Quelques ondulations et c'est l'émerveillement. En surface d'abord, puis progressivement sous l'eau en fonction de l'aisance en natation.



10
11

ENCORE + D'ACTIVITÉS SUR : experiencecotedazur.com
Tél. : 04 94 19 10 60



La vie en rose

On s'offre une pause dans l'univers so british de Madame Bohème pour un tea time ou pourquoi pas, un brunch en pleine semaine.

Ouvert cet hiver au cœur de Saint-Raphaël, le concept store Madame Bohème est à la fois un fleuriste et un salon de thé. Girly, fleurie, toute de rose vêtue, la déco vous plonge dans une véritable bonbonnière. Pour une pause hors du temps.

CABANE PERCHÉE

Adoptez la vie de bohème au camping La Pierre Verte à Fréjus. Cabanes en toile, Coco Sweet et maintenant Kabanas agrémentent l'Ecolo-Corner de cet établissement 4 étoiles. Nouveauté 2020, les Kabanas sont des hébergements en bois au look atypique. Perchées et sur pilotis, elles n'oublient pas le confort avec sanitaires et salle de bain intégrés. Elles peuvent accueillir de 4 à 6 personnes. Au cœur de la nature, La Pierre Verte décline également 130 emplacements de camping dont certains avec sanitaires privés. Côté locatifs, l'établissement se dote d'un hébergement « Tribu XXL », une réalisation « maison » de 2 hébergements plus un jacuzzi, coin plancha, baby-foot... pour 10 à 12 personnes !



SPARTAN RACE, LA COURSE DE L'EXTRÊME

Rendez-Vous les 3 et 4 octobre 2020 à Saint-Raphaël pour la plus célèbre des courses d'obstacles. Depuis la plage du débarquement au Dramont jusqu'au cœur du massif de l'Estérel, la Spartan Race entraînera les concurrents dans un défi sportif, seul ou en équipe requérant cardio, force et agilité.

Yoga dans un hamac



Le hamac ne sert pas que pour la sieste ! Au Village des talents créatifs de Puget-sur-Argens, Karma Studio propose des cours de yoga et pilates aériens. Respiration, relaxation, concentration, travail musculaire sont bien sûr au rendez-vous. Mais les postures aériennes permettent aussi de travailler l'équilibre en se libérant de la gravité pour de nouvelles postures et la souplesse grâce au hamac qui protège et soutient les articulations.



Nouvelle glisse

A la recherche de nouvelles sensations ? Le One-Wheel est à tester ! Unique dans le Var, cette activité est dédiée aux plus jeunes à partir de dix ans. L'engin ressemble à un skate-board électrique à une roue. Il ne craint pas les obstacles et permet d'évoluer sur tous les terrains et même en forêt. Inspiré du surf et du snow-board, il ne craint pas les sentiers escarpés. Experts du One-Wheel, Julien et Jérôme sont là pour apprendre les bases et encadrer les balades.



Nouveautés à Saint-Cassien

Cet été, sur le lac, la grande nouveauté c'est le Wing Paddle. Lancé par l'Ecobeach, ce paddle gonflable hyper stable est doté d'une petite voile ultra légère. Plus intuitif que la planche à voile, on se balade au gré du vent, entre contemplation et balade. Sur terre, on prend place à bord de buggys électriques pour explorer les abords du lac, le massif du Tanneron et les villages perchés.



AMC prend de la hauteur

Embarquez moussaillons ! Pour une journée en mer ou une sortie au coucher de soleil, les maxi catamarans d'AMC Cape Grace lèvent l'ancre depuis le port de Saint-Raphaël. Avec son pont supérieur, le Ninha II peut accueillir 116 passagers pour une croisière autour de l'île d'Or ou vers les îles de Lérins. Repas, cocktail, pause baignade, kayak et paddle sont au programme de cette journée maritime exceptionnelle.



Le Virevent nouveau

L'hôtel Le Virevent s'est refait une beauté. Au cœur du quartier du Dramont à Saint-Raphaël, cet établissement trois étoiles propose 27 chambres spacieuses, certaines avec vue mer, réparties sur trois niveaux. Ouvert pour l'été 2020, il offre un cadre moderne et chaleureux qui séduira autant les familles que les voyageurs d'affaires. Entièrement refait, l'hôtel s'inscrit dans une démarche de préservation de l'environnement et de développement durable avec notamment l'utilisation de produits bios (entretien, serviettes éponges issues du commerce équitable, café bio...).



Esterel Caravaning MAITRE restaurateur

A Esterel Caravaning, camping 5 étoiles à Saint-Raphaël, le restaurant "Les Suds" obtient le titre de "Maîtres Restaurateurs", seul titre délivré par l'État qui compte aujourd'hui près de 3800 restaurateurs répartis sur la métropole et les départements d'Outre-mer, il récompense les établissements d'excellence. Tous garantissent une cuisine authentique. Une première pour un restaurant de camping. A la carte, le chef Dominique Latriglia met à l'honneur tarie fine de rougets et sa tapenade, linguine au pistou et tomates séchées, daube provençale.

Randos en Pays de Fayence

Le tout nouveau Topo guide du Pays de Fayence vient de paraître. Patrimoine naturel ou culturel (chapelles, bories, villages perchés...), le territoire est béni pour les adeptes de la randonnée. On trouve dans ce guide les détails de 14 randonnées et d'un GR de Pays. Les itinéraires de Promenades et Randonnées, d'une totalité de 191 km, sont accessibles à tous les niveaux. Balisé en jaune et rouge, l'itinéraire Grande Randonnée de Pays s'étire sur 50 km.
► circuits.esterel-cotedazur.com



Brief actualités

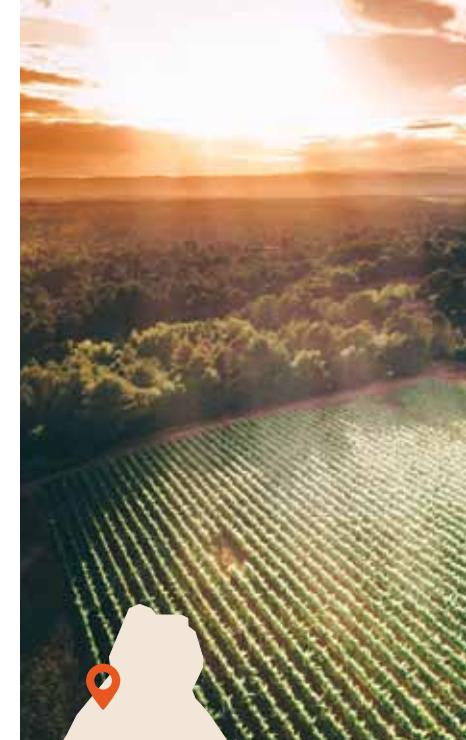
Escaravatiens : LE festival de musique

Covid 19 oblige, le Festival du Mas des Escaravatiens tiendra cette année sa dix-huitième édition du 3 au 29 août. Qu'on se le dise : le seul festival de musique de la région aura donc lieu à Puget-sur-Argens. Neuf dates de concerts sont donc programmées avec de belles têtes d'affiche à l'instar d'Ayo ou de Tryo (voir en détails ci-dessous). Le festival en plein air pourra faire danser 1300 spectateurs par soirée. Côté restauration : trois food trucks seront installés sur place. En parallèle de ces concerts, le Mas ouvre son restaurant Mascumba tout l'été, du mercredi au dimanche, pour des déjeuners ou dîners tapas avec ambiance musicale et plongeon dans la piscine.

Fatoumata Diawara : 03/08,
Tryo : 06 et 07/08,
Ayo : 08/08,
L.E.J : 12/08,
Suzane : 14/08,
We are the 90's : 21/08,
Deluxe : 27/08,
Flavia Coelho : 29/08



Roquebrune-sur-Argens - Les Issambres
 Au cœur de l'authenticité



Voyage autour du vin

Un cours de yoga, une représentation théâtrale, un concert de rock...
 Oui, mais au milieu des vignes. Ici, l'oenotourisme mêle les plaisirs
 du palais, des sens, de la culture et du bien être.

14

**DOMAINES
 VITICOLES
 DONT LES VINS
 SONT CLASSÉS
 EN AOC CÔTES-
 DE-PROVENCE**

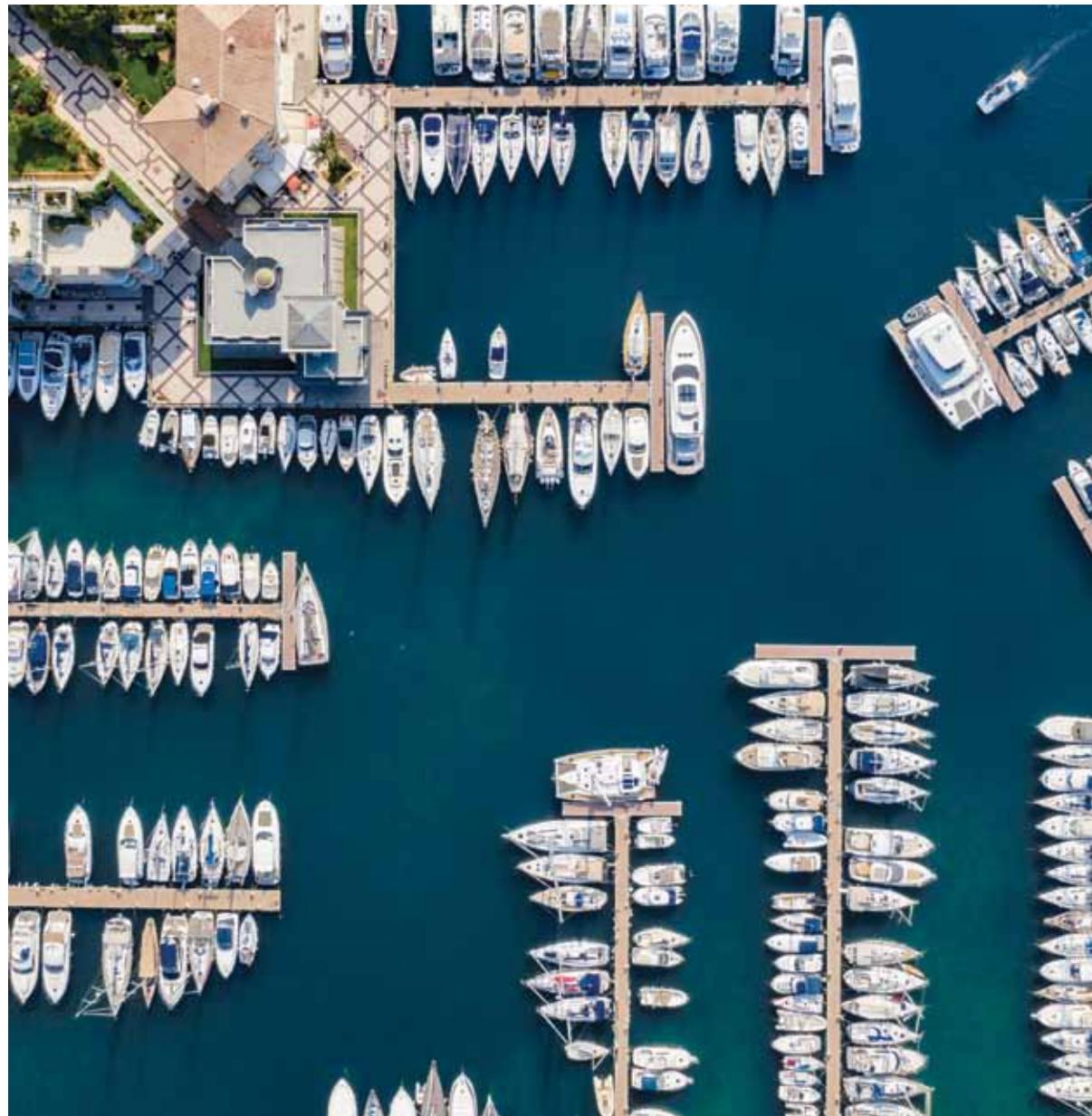
Indissociable des soirées d'été, des pique-niques ou des barbecues, la bouteille de rosé est sur toutes les tables de Provence. Le territoire Estérel Côte d'Azur compte 14 domaines viticoles dont les vins sont classés en AOC Côtes-de-Provence. La viticulture est une science plus que millénaire dans la région. Une borne romaine attestant de la culture de la vigne a été trouvée au domaine des Escaravatières à Puget sur Argens. Entre le massif des Maures et de l'Estérel, la terre, drainante et riche en sels minéraux, confère au terroir minéralité et plénitude. L'AOC Côtes-de-Provence Fréjus assemble plusieurs cépages typiques: grenache, mourvèdre, syrah, cinsault et tibouren. Les rosés présentent un bel équilibre entre arômes épicés et notes végétales. Les rouges sont corsés, puissants et tanniques, idéal pour accompagner une daube provençale, par exemple.

Au-delà des visites de caves et des dégustations commentées, comme au Château Vaudois à Roquebrune-sur-

Argens ou au Château Paquette à Fréjus, certains domaines proposent une autre approche de la vigne et du vin. A Fréjus, le Clos des Roses abrite un hôtel de charme, un restaurant et un espace bien-être. Des sculptures d'art contemporain parsèment le domaine et ajoutent des touches de couleurs et de poésie dans cet univers végétal. Tout au long de l'année, des manifestations sont organisées sur le domaine : Musicales dans les vignes, marché de Noël, chasse aux Z'Oeils d'Halloween, expositions artistiques... Des visites-yoga permettent d'allier découverte du vignoble et cours de yoga dans la pinède du domaine. Au Mas des Escaravatières, ce sont des notes de musique qui viennent accompagner la maturation du raisin. Son festival est devenu un rendez-vous culturel incontournable avec les concerts des plus grands talents de la musique actuelle. Une manifestation qui se poursuit également en hiver entre soirées-concerts et brunchs sonores le dimanche.

Port-Fréjus : l'océan est l'avenir de l'homme

Depuis sa création, le port de Fréjus est exemplaire dans ses démarches de sensibilisation à l'environnement. Engagé dans la protection des écosystèmes marins, il entend montrer qu'il n'est pas seulement un parking à bateaux.



Il a redonné à la ville sa vocation maritime. Inauguré en 1989, Port-Fréjus a été construit en lieu et place de Forum Julii, l'un des ports romains les plus importants de la Méditerranée. Pour unir définitivement le centre-ville au bord de mer, le port a été prolongé il y a 7 ans par Port-Fréjus II, un canal navigable de plusieurs bassins offrant ainsi des anneaux supplémentaires.

Labellisé "Pavillon bleu" depuis 1993, certifié "Ports propres, puis "Port propre actif en biodiversité" l'an dernier, Port-Fréjus est reconnu pour son exemplarité dans ses démarches de sensibilisation et de préservation de l'environnement.

Afin de contribuer à l'amélioration de la biodiversité sur ce bout de côte méditerranéenne, Port-Fréjus a d'abord mis en place des nurseries à poissons dans ses fonds marins. 56 biohuts ont ainsi été installées sur les quais, pontons et digues. Elles permettent aux jeunes poissons d'être protégés des prédateurs pour qu'ils puissent grandir en toute sérénité avant de rejoindre l'écosystème alentour.

« En plus d'enrichir la biodiversité du port, ces nurseries permettent de préserver certaines espèces qui n'ont pas d'endroits pour se réfugier », précise Glenn Fauchon, directeur de Port-Fréjus.



Afin de poursuivre cette démarche environnementale, Port-Fréjus s'est donné pour mission d'éduquer ses visiteurs au développement durable via de nouveaux outils. « Le port est un lieu de rencontre où l'ensemble des usagers de la mer se retrouve. A Port-Fréjus, nous avons la chance d'être un port de ville, on accueille aussi des touristes, des promeneurs, des scolaires... », explique Glenn Fauchon. Et de poursuivre : « nos enfants seront les futurs usagers de la mer et seront, à ce titre, les porteurs d'un certain message éco-citoyen ».



Pour transmettre ce message, l'équipe de Port-Fréjus est allée encore plus loin dans sa démarche et a travaillé sur la création d'un sentier pédagogique, animé par des supports multimédias innovants. « Nous ne voulions pas baliser le circuit par des panneaux explicatifs lambda, nous souhaitons que ce sentier perdure au fil du temps ». Accessible à tous, le sentier pédagogique sera donc matérialisé par des modules dispersés autour du port (labyrinthe, marelle, bandit-manchot...) afin d'interpeller les usagers de façon ludique.

Ce sentier terrestre va s'accompagner d'un sentier sous-marin. A l'extérieur du port, contre la plage de Fréjus-Plage, sur quelque 150 mètres environ, des sculptures seront immergées entre 1,50 et 2,50 m de profondeur. « Le but est d'assurer une continuité écologique entre les nurseries du port, ces sculptures où pourront se réfugier les alevins, et la mer où ils pourront grandir », précise Glenn Fauchon. Le sentier se parcourra aisément en palmes, masque et tuba. Le baigneur évoluant entre des sculptures de crabe, poisson, serpent de mer... des structures métalliques devenues source de nourriture pour les poissons et les alevins.

Les deux sentiers seront inaugurées cet été durant les Fêtes du Port.

Les animations estivales 2020

- Cours de yoga pilate et Qi Cong : du 23 juin au 3 septembre, les mardis et vendredis à 8h30.
- Les Festives des Voiles Latines (concerts à bord de pointus de tradition) : le 22 juillet, les 5 et 19 août et le 4 septembre.
- Projection de films documentaire sur la mer, en plein air depuis le bateau Boat.com : les jeudis 9 et 23 juillet, les 6 et 23 août à 21h.
- Fréjus fête son port : thématique 2020 l'Art de Rue, du 21 au 23 août.
- Exposition de sculptures Alex et Manon : du 23 août au 2 novembre.

Calanque de Saint-Barthélémy, Saint-Raphaël

Été

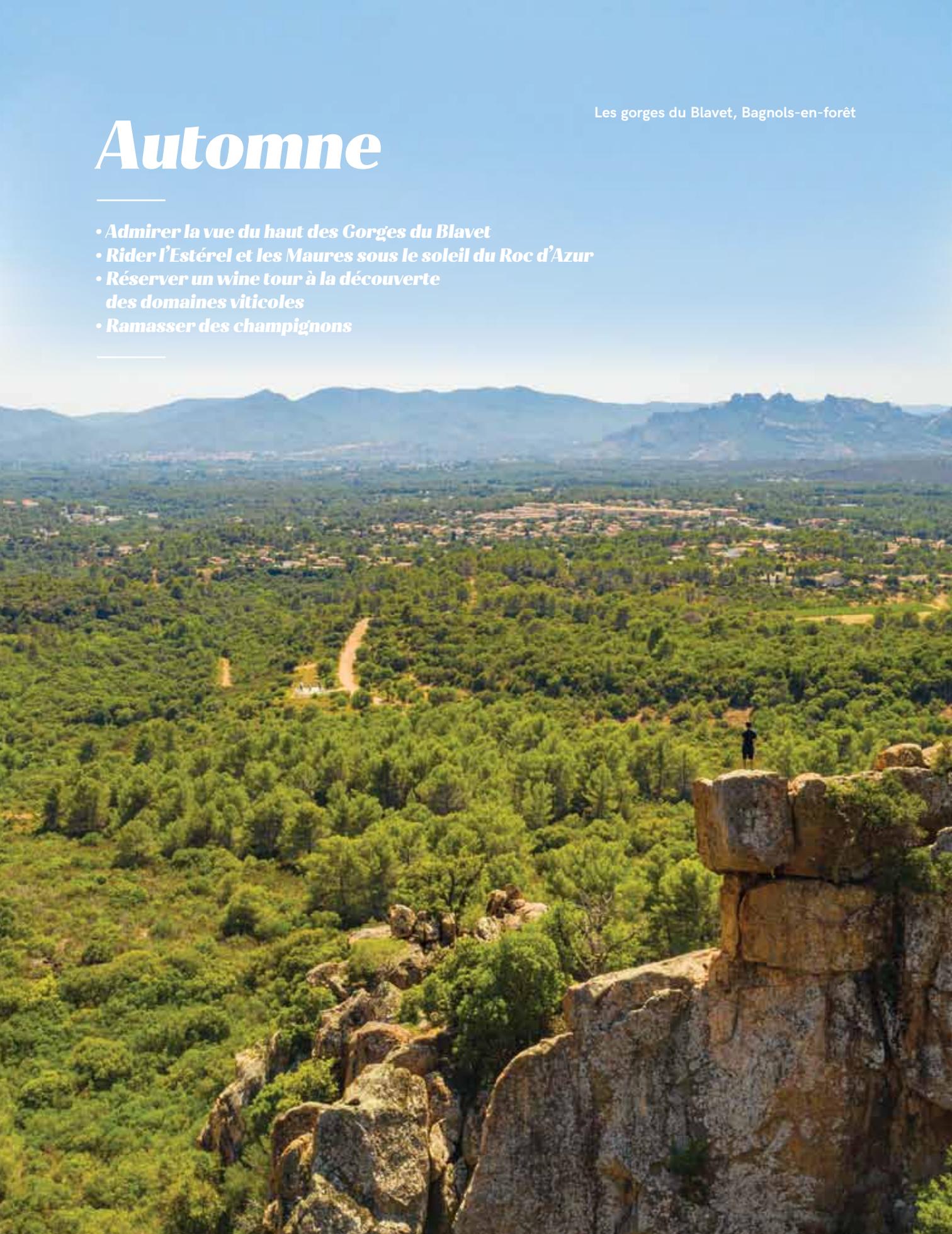
- **Plonger en masque et tuba dans les calanques de l'Estérel**
 - **Profiter des animations nocturnes en bord de mer**
 - **S'ambiancer autour des scènes de festivals**
 - **Flâner sur les marchés provençaux**
-



Les gorges du Blavet, Bagnols-en-forêt

Automne

- **Admirer la vue du haut des Gorges du Blavet**
 - **Rider l'Estérel et les Maures sous le soleil du Roc d'Azur**
 - **Réserver un wine tour à la découverte des domaines viticoles**
 - **Ramasser des champignons**
-



Hiver

- *S'énivrer dans les forêts de mimosa*
 - *Participer aux corsos fleuris*
 - *Profiter des fêtes de Noël*
 - *S'offrir une journée spa pour la Saint-Valentin*
-

Le mimosa sur le massif de Tanneron

Le Rocher de Roquebrune, Roquebrune-sur-argens

Printemps

- *Faire une virée en kayak sur le lac de Saint-Cassien*
 - *Pique-niquer à la plage*
 - *Se balader en forêt*
 - *Profiter d'une randonnée panoramique dans l'Estérel*
 - *Observer les oiseaux migrateurs aux étangs de Villepey*
-

Top chrono

Vous n'avez que 48 ou 72 h pour profiter d'un break au soleil ? Banco, on relève le défi ! Alors suivez le guide...

→ Jour 1

10h : Le marché de Fréjus

Au pied de la cathédrale, le marché provençal étire ses étals dans le centre ancien. Rien de tel pour se mettre dans l'ambiance. On en prend plein les narines : tomates, olives, melons, lavande, épices... Les papilles salivent déjà à la vue des saladiers de tapenade et du pain frais sur l'égal du boulanger. Un peu plus loin, ce sont les poteries et les tissus provençaux qui en mettent plein les yeux. Un festival de couleurs décliné en assiettes, plats, nappes et autres essuie-mains pour égayer sa maison toute l'année. *(en photo)*

11h : Le circuit des métiers d'art à Fréjus
Si on allait voir le potier au travail ? Dans le cœur historique de la ville, le circuit des métiers d'art renoue avec une tradition remontant à l'Antiquité. Imprimeur, potier, céramiste, relieur, verrier, tapissier, sculpteur...

Si on allait voir le potier au travail ? Dans le cœur historique de la ville, le circuit des métiers d'art renoue avec une tradition remontant à l'Antiquité. Imprimeur, potier, céramiste, relieur, verrier, tapissier, sculpteur... Claude étire le tissu sur l'assise qu'il fixe avec des semences (clous stérilisés) et d'un ramponneau (marteau du tapissier). Le geste est sûr, précis et séculaire.

12h30 : Déjeuner à L'Absolu à Fréjus

Sur la place de la cathédrale, cette adresse mêle les saveurs avec gourmandise. On vous recommande de goûter la focaccia façon pissaladière et le tartare de poulpes.

14h30 : Musée Louis de Funès à Saint-Raphaël
Le képi du gendarme de Saint-Tropez, le bureau de Fantomas, la barbe de Rabbi Jacob... Et plus de 1500 objets en lien avec l'acteur sont à découvrir au musée Louis de Funès. Au travers de ses 150 films, il a fait hurler de rire la France entière, toutes générations confondues. Chacun répète les extraits de films et dialogues cultes, le sourire aux lèvres. Une visite qui met assurément de bonne humeur. Ma biche !

16h : La corniche d'Or en Nosmoke

Direction le bord de mer pour une balade cheveux aux vents. Les petites voitures silencieuses (car électriques) ne passent pas inaperçues sur la route du littoral. Se faufilant entre les roches rouges et le bleu de la Méditerranée, les Nosmoke déroulent leurs couleurs flashies. *(en photo)*

20h : Dîner au "Mugs" à Saint-Raphaël
L'adresse hype du coin. A l'intérieur dans un canapé cosy ou dans le jardin sous les orangers, on déguste une cuisine faite maison, entre salades, burgers et pâtisseries. *(en photo)*

Nuit au Club Vacancier Les Issambres

Au cœur d'un parc arboré, cet ancien palace des années 30 borde la Méditerranée. Suivant vos envies de vacances : une centaine de chambres et une trentaine de villas sont proposées. Pour un séjour prolongé, les adeptes de la formule club trouveront restaurant, piscine, tennis, terrain multisports...

→ Jour 2

10h : Découvrir le biotope de Fondurane sur les bords du lac à cheval

Direction l'arrière pays et le centre équestre de Montauroux. L'idée du jour : découvrir un lac à cheval ! Chapeau de cow-boy sur la tête, Jessica mène notre petite chevauchée autour du lac de Saint-Cassien. Depuis les sentiers ombragés, les points de vue sur le lac sont superbes.

13h : Déjeuner à La Gloire de mon Père à Seillans

Sur la place du village, sous les grands platanes, on est bercé par le clapotis de la fontaine, toute la Provence semble être réunie dans cette adresse... et dans l'assiette. *(en photo)*

16h : Au sommet
Direction le village de Mons, le « toit du Var » comme on le surnomme ici. Plus haut village perché du Pays de Fayence, la vue panoramique y est évidemment magnifique : la Méditerranée, Cannes, les îles de Lérins... Au gré des ruelles du XIII^e s., on découvre une trentaine d'enseignes en fer forgé, racontant l'histoire des anciens métiers.

20h : Dîner au Bistrot Loudet à Saint-Raphaël
Installé sur la terrasse du petit port de Boulouris, le serveur apporte un bac rempli de poissons frais. Reste plus qu'à choisir celui que l'on voudra déguster, accompagné d'une exceptionnelle ratatouille maison. Au top !

dans ma valise



POUR MA MÈRE

Un pot de miel de la Ferme apicole de l'Estérel



POUR MON FRÈRE

Une bouteille de bière Riviera beer des Brasseurs de l'Estérel



POUR MA MEILLEURE AMIE

Une affiche de Monsieur Z

→ Jour 3

10h : Sentier du littoral aux Issambres

Petite balade matinale à deux pas de l'hôtel sur le sentier des douaniers entre calanques, plages de sable et quelques passages escarpés. A voir : un vivier gallo-romain qui servait à capturer le poisson et le garder frais pour les jours de marché. *(en photo)*

12h : Déjeuner au Botafogo à Saint-Aygulf

Et si on mettait un air de samba dans ce séjour ?! Ce restaurant de plage est réputé pour son ambiance et sa cuisine... brésilienne. Caïpirinha, feijoada, churasco... un carnaval de saveurs.

15h : Visite du Château Vaudois à Roquebrune-sur-Argens

Les vignes d'un vert éclatant s'étirent sous le ciel bleu azur. Dans le chai, les barriques abritent le précieux nectar. Rosé, rouge ou blanc, à la dégustation, les cuvées reflètent toute la typicité du terroir. Du travail dans le vignoble, aux techniques de vinification en passant par l'histoire du domaine, la visite est complète.

Brief spécial mômes

Le parcours de Théo



6 PONEYS CARESSÉS,
3 TRÉSORS TROUVÉS,
1 KG DE CHOCOLATS AVALÉ,
42 PLONGEONS...
LES VACANCES DE RÊVE !



SUPERMAN AU-DESSUS DES EAUX

Au Dramont, deux grandes tyroliennes proposent une aventure vertigineuse au-dessus des lacs. Les moins téméraires pourront aussi se lancer dans le parcours aventure... à 30 m de haut, en équilibre, les eaux vertes du lac toujours sous les pieds.

Le trésor chocolaté

La dégustation de chocolats se mérite. Muni d'une carte aux trésors, on part à la recherche des balises cachées dans le village médiéval de Roquebrune-sur-Argens. Aucune crainte, à la fin, tout le monde gagne !



Et que ça saute !



Monter au filet

A Montauroux, on s'éclate sur des filets géants à plusieurs mètres au-dessus du sol. Sauter, jouer, en famille. Un espace est même réservé aux tout petits. Installé en pleine nature, ce parc vous propose plusieurs activités avec parcours acrobatique et laser game.



BABY SKI NAUTIQUE

Le ski nautique c'est aussi pour les petits. A la base loisirs du Lac Perrin à Roquebrune-sur-Argens, les enfants s'initient à la glisse aquatique à partir de 3 ans. On tient la barre !



Le musée archéologique de Saint-Raphaël propose des ateliers ludiques autour de poteries antiques. Les enfants fouillent, dépoussièrent, assemblent... tels des archéologues en herbe.



La ferme d'Idéfix

A Bagnols-en-Forêt, lama, zébu, vache naine, dindons et autres poneys attendent les enfants à la ferme d'Idéfix. Nourrissage et soins des animaux, balades en poneys ou en calèche, la journée sera pleine d'émotions.

LE GRAND DÉBARQUEMENT

LA 36^E DIVISION DU TEXAS DÉBARQUE EN PROVENCE. AGAIN ! RENDEZ-VOUS SUR LA PLAGE DU DRAMONT BIEN SÛR POUR UN ESCAPE GAME HISTORIQUE EN PLEINE NATURE.



ENCORE + D'ACTIVITÉS SUR :
experiencecotedazur.com
Tél. : 04 94 19 10 60



Hue!

Au ranch à poneys ou face au magnifique décor de l'île d'Or à cheval, les petits comme les grands passent un merveilleux moment. A noter l'activité bébés cavaliers à partir de 2 ans.

20 000 lieux sous la mer

Comme celui des pirates, le coffre au trésor gît au fond de l'eau. Un masque, un tuba et plouf, qui le trouvera en premier ? Une chasse au trésor sous-marine dans la baie d'Anthéor.





respirer

28 Joseph Di Caro,
rencontre avec l'Ours
de l'Estérel

30 Ça marche!
Notre top des randos

34 Corniche d'Or,
au fil des calanques

36 Mimosa,
le roi soleil dans
le Tanneron

**38 Lac de
Saint-Cassien,**
plaisirs nautiques

PORTRAIT

Joseph Di Caro, L'Estérel dans l'âme

Depuis trente ans, celui que l'on surnomme l'Ours de l'Estérel, fait découvrir son jardin merveilleux aux vacanciers. Aujourd'hui, le guide forestier, qui s'apprête à passer le flambeau, continue de clamer son amour pour l'Estérel.

« Je suis né à Antibes il y a 60 ans, mais je crois que je suis né là », explique l'homme en montrant le paysage de roches rouges qui s'étirent à l'horizon. Depuis son enfance, Joseph Di Caro voue une véritable passion pour ces 6 000 hectares de forêt domaniale, pour ce massif volcanique né il y a 250 millions d'années, pour la rhyolite, cette roche rouge si caractéristique. « Mon père était ébéniste, je suis né dans les copeaux et l'odeur du bois. Le week-end, nous partions en balade dans l'Estérel. Je ne sais pas comment l'expliquer mais je pense que l'Estérel est entré en moi lorsque j'étais petit », commente Joseph Di Caro.

Jeune adulte, cette passion pour l'Estérel va être déterminante dans son choix de carrière. Au point de ne pas vouloir se tourner vers la profession de garde forestier, par peur d'être muté dans une autre région. Joseph va donc créer un métier qui n'existait pas, celui de guide forestier. « A l'époque, il n'y avait aucune notion de tourisme vert. On venait dans la région pour le soleil et les plages. Je me suis battu pour montrer que Saint-Raphaël et Agay sont les portes de l'Estérel ».

Il y a plus de 30 ans, il crée donc la première entreprise en France partenaire de l'ONF et propose une découverte du massif en méhari. « L'idée était d'être accessible à tous et de montrer les différentes facettes de l'Estérel ». Même

s'il connaît très bien le territoire et sait depuis longtemps faire la différence entre un chêne liège et un olivier, Joseph passe ses premières années à apprendre tout ce qu'il peut sur l'Estérel. Aujourd'hui, les méharis ont cédé la place à un mini-bus pour des balades d'une demi-journée, qui se terminent toujours par une dégustation de produits du terroir. Joseph confesse n'avoir jamais cherché la rentabilité pour son entreprise Découverte de l'Estérel. « J'aime les gens, je peux faire des départs de balades à partir d'une seule personne ».

S'il joue de son air parfois bourru, Jo confie avoir une affection particulière pour le Pic de l'Ours. « Lorsque l'on arrive à la Dent de l'Ours, il y a un petit chemin qui offre deux facettes du massif : d'un côté l'Estérel fréquenté par le public et de l'autre, l'Estérel calme et sauvage ».

Malgré toutes ces années et à l'aube de la retraite, Joseph avoue toujours passer 90 % de son temps dans l'Estérel. « Quand je n'emmène pas les vacanciers, je me balade ici. Il m'arrive souvent de m'asseoir sur un rocher et là, je me ressource, je suis bien. Je vis tout simplement. » A ses pieds Happy, son berger des Pyrénées, semble elle aussi envoûtée par le paysage.

6 000 ha

FORÊT DOMANIALE DE
L'ESTÉREL

90 %

DE SON TEMPS DANS
L'ESTÉREL

1,95 m

TAILLE DE JOSEPH

28
29



CHACUN SA BALADE

Les 32 000 hectares du massif de l'Estérel se parcourent en voiture, à pied, à cheval, à vélo... Les sentiers pédestres balisés s'étirent sur une quarantaine de kilomètres, les circuits VTT sur une centaine et autant pour les cavaliers.



ENCORE + D'ACTIVITÉS SUR :
experiencecotedazur.com
Tél. : 04 94 19 10 60



" Il m'arrive souvent de m'asseoir sur un rocher, et là je me ressource, je suis bien. Je vis, tout simplement "

Ça marche !



▲ Facile ▲ Moyen

De pics rocheux en forêts, de calanques en rivières, de routes goudronnées en sentiers escarpés, on prend plaisir à mettre un pied devant l'autre dans un décor en rouge, vert et bleu qui nous en met plein les yeux !

MONTAUX
Le Pont des Tuves ▲

→ Accès : route du Parcabout ou via le tennis de Montaux Circuit du Pont des Tuves balisage bleu, puis Bois du Défens, balisage jaune.

🕒 Durée : 2h30

Cette randonnée mène au cœur des gorges de la Haute-Siagne, limite naturelle entre le Var et les Alpes-Maritimes. Elle débute par une grande descente de 35 minutes sur un sentier abrupt en forêt. Prévoir de bonnes chaussures et faire attention à ne pas glisser sur les pierres roulantes. On arrive directement au pont des Tuves qui enjambe des eaux émeraude et cristallines. Sur les rives, l'eau ruisselle des parois rocheuses et végétales. Les lieux sont magiques. Le pont génois fut reconstruit au début du XIX^e sur des vestiges romains. Une plage de galets permet une pause et/ou une baignade dans l'eau fraîche. La balade se poursuit en longeant la Siagne jusqu'au pont de Rey. Un sentier mène ensuite au Bois du Défens, une forêt de chênes centenaires et tortueux à souhait.

MASSIF DE L'ESTÉREL

Le Rocher de Saint Barthélémy ▲

→ Accès : depuis Agay suivre la route forestière de l'Estérel sur 3,5 km puis tourner à droite en direction du Rocher Saint Barthélémy. Parking du rocher avant la barrière.

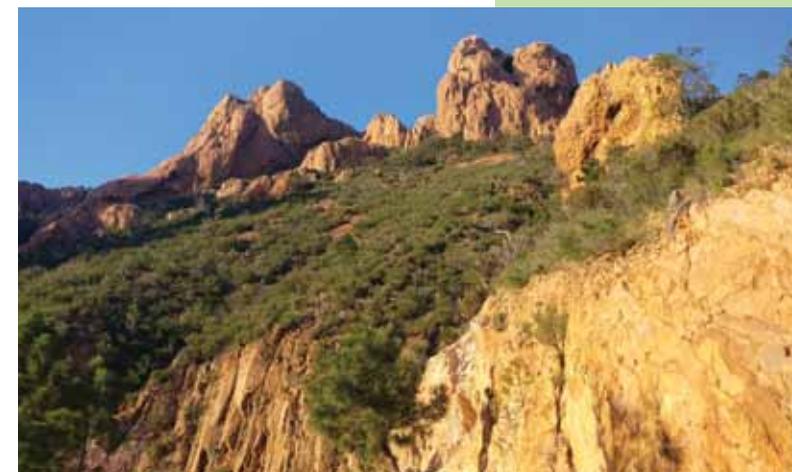
🕒 Durée : 1h

C'est la balade haute en couleurs par excellence ! La plus accessible aussi, idéale pour un premier contact avec les paysages caractéristiques de l'Estérel. Le sentier biologique de 2600 m est dominé par les pics du massif et surplombe la Corniche d'Or. En plus des magnifiques panoramas avec la mer en toile de fond, des panneaux d'informations sur les essences locales jalonnent le parcours. Route fermée à la circulation, la balade est ainsi accessible aux poussettes, trottinettes et personnes à mobilité réduite. Pour profiter au mieux des senteurs, on vous recommande les mois d'avril à juin. Faire demi-tour une fois arrivé au rocher Saint Barthélémy.



OLIVIER

L'une de mes randonnées préférées est celle des Trois Croix au Rocher de Roquebrune-sur-Argens. Ce bloc de granit et de lave solidifiée est remarquable tant par son aspect imposant que par ses formes et couleurs. En haut, à 361 m, le spectacle est garanti. Une vue à 360° sur la chaîne du Mercantour, l'Estérel, la Méditerranée et la Corse par beau temps.... Mon coup de cœur : le lever de soleil assis au pied des croix, on se sent petit et géant à la fois...



ON RAMÈNE SA SCIENCE

Le réalisateur américain Woody Allen a tourné quelques scènes de *Magic in the moonlight* sur ce parcours.

Respirer en randos

MASSIF DE L'ESTÉREL Le Mont-Vinaigre

→ Accès : parking du col du Testanier près de la Maison forestière de Malpey. Par les Adrets de l'Estérel.

 **Durée : 2h**

C'est une balade que l'on adore faire pour admirer le lever du soleil. Les lendemains de mistral, il se murmure que l'on peut y voir les contours de la Corse. Et c'est vrai ! On l'a testée en hiver : il faisait un peu frisquet au sommet du Mont-Vinaigre, mais quelle vue ! L'Italie, les sommets du Mercantour, les baies de Fréjus-Saint-Raphaël, les massifs de la Sainte-Victoire et de la Sainte-Baume et à l'horizon, la Corse dont les sommets se dessinent parfaitement en ces instants d'aurore. Pour rejoindre le Mont-Vinaigre, on suit d'abord une route bordée d'eucalyptus, offrant de jolies vues sur le lac de l'Avellan en contrebas. Ensuite, c'est au choix, soit on reste sur la route, soit on coupe par le sentier GR (marquage rouge et blanc).

SAINT-RAPHAËL Le tour du Dramont

→ Accès : depuis le port du Poussaï ou la plage de Camp Long. Parking du Débarquement

 **Durée : 1h30**

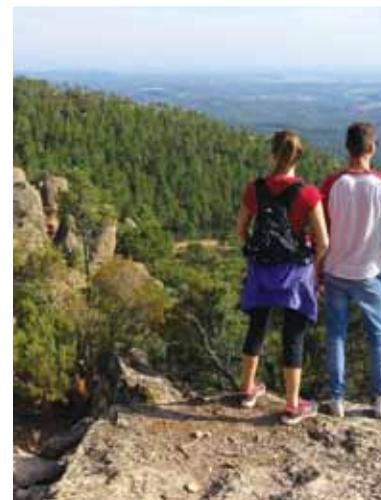
Depuis le port du Poussaï, croquignolesque à souhait, le sentier du littoral serpente le long des criques et offre de jolies vues sur l'Île d'Or. En saison, certaines criques peuvent offrir une pause baignade. Si le cœur - et les jambes - vous en disent, vous pouvez monter jusqu'au sémaphore, 127 m plus haut. De là, on peut aussi accéder à la plateforme de l'émetteur où la vue se découpe entre l'Île d'Or d'un côté, et toute la beauté de la baie d'Agay de l'autre. Splendide ! On descend par la petite route forestière qui contourne le Cap Dramont.

MASSIF DE L'ESTÉREL Le tour du Cap Roux

→ Accès : Dans le massif de l'Estérel, prendre la direction du Pic de l'Ours, puis à gauche vers le Col de Notre-Dame jusqu'au parking de la Sainte-Baume. Balisage jaune et bleu.

 **Durée : 2h30**

Cette randonnée mène au sommet du Cap Roux, à 453 m au-dessus de la Méditerranée et offre une vue panoramique sur toute la Côte d'Azur. Bien balisée, elle débute par un escalier menant aux vestiges d'une chapelle avant de monter vers les blocs de roches rouges du col du Saint-Pilon. D'ici, on sort déjà son appareil photo. Reste 100 m à parcourir pour arriver au sommet et à la table d'orientation. Le retour se fait en poursuivant par le massif. Une variante permet de rejoindre la grotte de la Sainte-Baume où vécut l'ermite Saint-Honorat (45 mn).



BAGNOLS-EN-FORÊT Le sentier des meules

→ Accès : parking du cimetière de Bagnols-en-Forêt. Emprunter le Chemin des meules en suivant le balisage jaune.

 **Durée : 2h30**

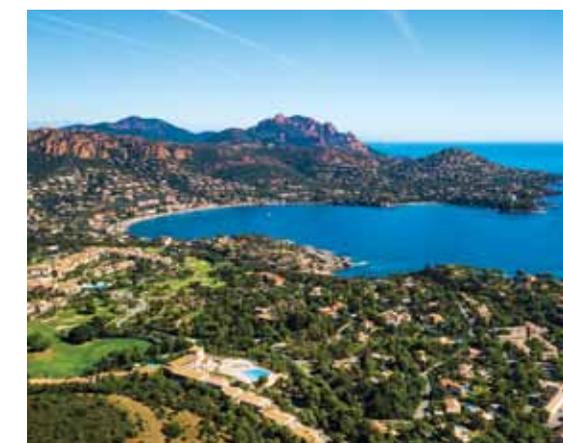
Dans un décor de roches rouges, de pins maritimes et de chênes lièges, cette randonnée a plusieurs intérêts. Elle offre d'abord de jolis points de vue panoramiques sur Bagnols-en-Forêt, les Alpes-du-Sud, le Mont-Vinaigre et Fréjus. Elle permet aussi de se cultiver en découvrant d'abord les vestiges d'une ancienne activité de la région : les tailleries de meules qui animaient les moulins à huile et à farine. Sur une esplanade, on observe des cuvettes correspondant aux meules ayant été extraites ici. De nombreuses meules inachevées sont encore présentes dans la roche. Ensuite, à quelques pas, on arrive à une ancienne habitation préhistorique : « l'oppidum de la Forteresse ». Le site, qui servait de vigie, aurait été occupé durant près de 2000 ans avant Jésus-Christ.



+ de randonnées et balades détaillées sur : circuits.esterel-cotedazur.com



ça se mérite !



Des balades à faire tourner la tête

Montagnes, mer, nature préservée, roches rouges, forêts, villages pittoresques... Le territoire Estérel Côte d'Azur offre des panoramas qui en mettent plein les yeux ! Quelques suggestions de nos plus beaux points de vue à 360° : les calanques d'Anthéor, le pic d'Aurelle dans le massif de l'Estérel, la tour de l'horloge à Fayence, les Gorges du Blavet, le sommet du Mont Lachens.





Au fil des calanques

15 calanques sur la Corniche d'Or



Depuis Agay jusqu'au Trayas, la route de la Corniche d'Or, inaugurée en 1903 à l'initiative du Touring Club de France, abrite multiples criques et calanques, plus ou moins secrètes. On vous dévoile nos préférées pour du farniente en rouge et bleu.



La calanque des Anglais

→ **Juste après la baie d'Agay.**

Avec son ponton au milieu des rochers, cette calanque a beaucoup de charme. Côté farniente, on pose sa serviette sur les galets. La vue sur la mer est dégagée. A droite de la calanque, on peut rejoindre d'autres criques « individuelles », assez grandes pour accueillir une famille. Accès par escalier escarpé.



Crique de l'Île des Vieilles

→ **Après la plage des Anglais.**

Possibilité de se garer sur la droite de la route. On aime beaucoup cette crique qui a seulement la mer pour horizon. Bien abritée, elle offre une belle plage de galets. Accès par un escalier facile. Et si vous vous posez la question : les vieilles sont des poissons, réputés notamment pour avoir beaucoup d'arêtes.



Calanque du Petit Caneiret

→ **Juste avant le Cap Roux.**

Parking dans un virage. On y accède par un escalier d'une centaine de marches qui semble plonger dans les eaux limpides de la Méditerranée. Magique ! La plage est assez large (50 m environ) avec une partie sable et une autre en galets rouges typiques du massif de l'Estérel. Côté confort, signalons la présence d'une douche et de toilettes.



Respirer dans les calanques



Calanque Saint-Barthélémy

→ **C'est certainement notre préférée.** Comme son nom l'indique, cette calanque se situe au pied du rocher Saint Barthélémy. Un cadre extraordinaire qui se mérite un peu. En effet, on y accède par un escalier pentu où une plage de galets bordant des eaux limpides se dessine peu à peu à travers les pins maritimes. N'oubliez pas vos masques et tubas. Vous pourrez observer de nombreux poissons près des rochers. Parking de chaque côté de la route.



Pointe de l'Observatoire

→ **Cette calanque fait partie des lieux secrets de la Corniche d'Or.** Son accès n'est pas simple à trouver et c'est tant mieux ! Lorsque vous prenez l'allée principale qui mène à la tour d'observation, un petit chemin se fraye un passage vers la gauche. Suivez ce sentier qui s'enfonce dans la végétation et descend vers la mer. Après quelques minutes, vous arrivez sur une belle plage de galets abritée par les rochers. Les eaux sont tranquilles et le site est magnifique. Remontée un peu difficile. Grand parking.



ON RAMÈNE SA SCIENCE

On les appelle calanques en Méditerranée, abers en Bretagne, fjords en Norvège. Formations terrestres en partie envahies par la mer, on les distingue des criques issues de l'érosion marine.

Mimosa, le roi soleil

C'est la fleur que l'on attend pour réchauffer les cœurs lorsqu'il fait froid. Dès la fin décembre, le mimosa colore de jaune les pentes du massif du Tanneron. Découverte le nez au vent.



MIMOSISTE DEPUIS 4 GÉNÉRATIONS

Le sécateur dans une main, l'autre bras tendu vers les petites boules jaunes au duvet soyeux, Bernard Vial confie : « *Le mimosa, c'est comme la douceur de ma grand-mère* ». L'homme parle avec émotion, l'œil brillant. Peut-être aussi parce qu'il est allergique à la fleur de mimosa. Le comble pour un mimosiste !

Tout petit déjà, Bernard accompagnait son père dans les plantations de mimosas sur les pentes du Tanneron. Chez les Vial, on est mimosiste depuis quatre générations. Bernard a d'ailleurs conservé la forcerie telle que son grand-père l'avait conçue « *pour montrer comment cela fonctionnait* ». Cette pièce sans lumière chauffée entre 20 et 23 degrés avec 95% d'humidité était destinée à accélérer la floraison naturelle du mimosa. Aujourd'hui, on utilise une poudre de fleurissement.

« *Cette poudre permet de couper le mimosa, de le mettre en sachet et de le faire fleurir à la maison en la mélangeant avec de l'eau très chaude. On peut l'expédier ainsi dans toute l'Europe* », précise Bernard.

Depuis la route qui borde la propriété des Vial sur les hauteurs de Tanneron, la vue est magnifique. Au loin, les pré-Alpes enneigées, la Méditerranée. Plus près, Cannes, Grasse. En ce début février, le massif se pare de jaune. Bernard Vial exploite trois hectares de mimosas. « *Cela suffit car nous ne vendons qu'aux particuliers. Et puis, nous tenons à rester libres et autonomes. Le mimosa n'est qu'une partie de notre activité. Nous avons aussi des ruches, des oliviers, des serres d'agrumes, des plantes aromatiques* ».

A la boutique, qui ne désemplit pas en cette période hivernale, on peut ainsi faire le plein de produits à base de mimosas (sirop, biscuits, savon, diffuseur voiture) mais aussi se délecter du miel des apiculteurs-mimosites, à l'eucalyptus, au thym, à la lavande.

LE CONSEIL DE BERNARD

Pour bien conserver un bouquet de mimosa, il faut le vaporiser une fois par jour avec de l'eau. On le garde ainsi une dizaine de jours.

Il en existe plus de 1200 espèces dans le monde et pas moins de 160 dans la région.

Variété de l'acacia, le mimosa est cultivé essentiellement dans le sud de l'Australie, en Afrique du sud et en France. C'est sur la partie méridionale du Tanneron que les pompons soyeux d'un jaune éclatant ont trouvé leur terre de prédilection.

A seulement trois kilomètres de la mer, cette terre de bruyère acide convient parfaitement à la plante vivace.

Rapporté d'Australie par le navigateur James Cook à la cour royale d'Angleterre, le mimosa arriva en France autour de 1880, vraisemblablement introduit par les Britanniques pour orner les jardins de leurs villégiatures autour de Grasse et Nice. La commercialisation se fait aujourd'hui principalement avec trois variétés : le mirandole qui fleurit autour de Noël,



ON RAMÈNE SA SCIENCE

Pourquoi le mimosa fleurit-il en hiver ? Le mimosa a conservé sa période de floraison d'origine. En janvier, c'est le début de l'été en Australie et c'est à ce moment que fleurit le mimosa.

le Gaulois et le Rustica qui fleurissent fin janvier et durant tout le mois de février. Elles sont utilisées à des fins très variées : fleur coupée bien sûr, plante ornementale ou de rocaille, haie défensive ou brise-vent, retenue des sables et des sols, mais aussi pour la parfumerie.

Voisin du Tanneron, le massif de l'Estérel arbore un mimosa sauvage. Plante particulièrement invasive, l'ONF essaie d'en limiter le développement.

Fleur emblématique de toute la région, il lui fallait bien un itinéraire touristique. La Route du mimosa s'étire sur 130 km entre le Var et les Alpes-Maritimes, depuis Bormes-les-Mimosas jusqu'à Grasse, en passant par Saint-Raphaël. Au kilomètre 112, Tanneron est bien sûr une étape majeure de cet itinéraire avec la visite de ses différentes forceries, les exploitations de mimosa.



DÉJEUNER

Café restaurant des Voyageurs à Tanneron. On apprécie bien sûr la terrasse sur la Siagne et les pré-Alpes. Dans l'assiette, une cuisine maison aux accents provençaux : aïoli, daube de bœuf... Tél. 04 93 60 66 84. caferestaurantdesvoyageurs.fr

RANDONNER

Les Crêtes de Tanneron. Pour découvrir les plus belles plantations de mimosas et d'eucalyptus. 15 km. 4h30. Difficulté moyenne. Balisage jaune. Départ : mairie de Tanneron.

FAIRE LA FÊTE

Au tout début février, Tanneron fête le mimosa avec une journée dédiée. Messe en provençal, défilé et corso fleuri, marché de produits du terroir et dérivés du mimosa.

Respirer au lac

Cap sur Saint-Cassien

Si on changeait d'eau ?

A quelques kilomètres des rives de la Méditerranée, les eaux douces du lac de Saint-Cassien vous embarquent dans un autre univers.

38
39



S'il n'y avait pas le chant des cigales en toile de fond, on pourrait presque se croire au Canada.

Ok, on exagère un peu. Dans l'arrière-pays, à trente minutes des plages de la Côte d'Azur, le lac de Saint-Cassien offre un rafraîchissant dépaysement. Si l'air est un peu plus frais en été, l'eau en revanche s'y révèle souvent plus chaude que la Méditerranée de 2 à 3 degrés. D'une superficie de 420 hectares, le lac étire ses méandres au cœur d'une végétation dense de pins, de chênes lièges, d'arbousiers, de bruyère arborescente. Long de 7 km et large de 3,5, ce lac artificiel a été créé en 1966 pour la production d'énergie hydro-électrique mais aussi pour l'alimentation en eau des populations du Var et des Alpes-Maritimes.

Canoës, pédalos, stand up paddles, catamarans... Les plaisirs nautiques sont bien évidemment les rois sur le lac. Il faut dire

que le terrain de jeu est magnifique. Sur les rives, plusieurs prestataires proposent leurs services. En été, les enfants peuvent s'éclater sur un parc aquatique gonflable, tandis que les parents profitent des transats de la terrasse lounge.

Depuis deux ans, la Maison du Lac offre une porte d'entrée sur le territoire. Un espace découverte permet de comprendre la géologie et l'évolution du paysage, de s'immerger virtuellement dans les rivières qui alimentent le lac, de tout savoir sur la pêche et les carnassiers qui nagent dans ces eaux. Une boutique propose également toute une palette de produits du terroir, du savon de la lavande de l'huile d'olive ou du vin locaux, en passant par un huilier en céramique. Idéal pour quelques emplettes pour la famille.



ENCORE + D'ACTIVITÉS SUR :
experiencecotedazur.com
Tél. : 04 94 19 10 60



ON RAMÈNE SA SCIENCE

Le lac de Saint-Cassien est un spot d'entraînement pour les équipes de France d'aviron qui peuvent y ramer 12 km non stop !

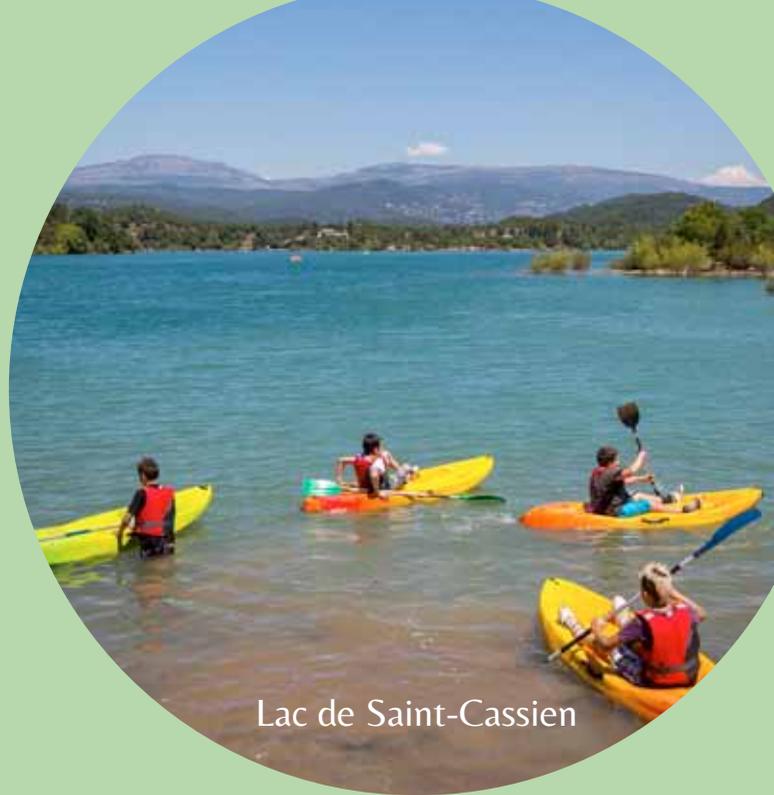
BIOTOPE DE FONDURANE

Cistude d'Europe, blongios, grèbes... Mais qu'est-ce donc ? Si on vous dit hirondelle rousseline ou col vert, cela commence à se préciser.

A l'ouest du lac de Saint-Cassien, dans l'un de ses méandres, la réserve biologique de Fondurane abrite une grande variété d'oiseaux avec quelque 182 espèces observées. Si la faune est riche sur ce site de 43 hectares, la flore l'est tout autant, avec des espèces remarquables comme le chêne *Quercus Crenata*. Un sentier de découverte ponctué de panneaux d'informations est particulièrement accessible aux familles. Après 30 minutes de marche, un observatoire permet de découvrir les nombreuses espèces qui nichent sur cette partie du lac.



Partez en voyage au...
PAYS de FAYENCE



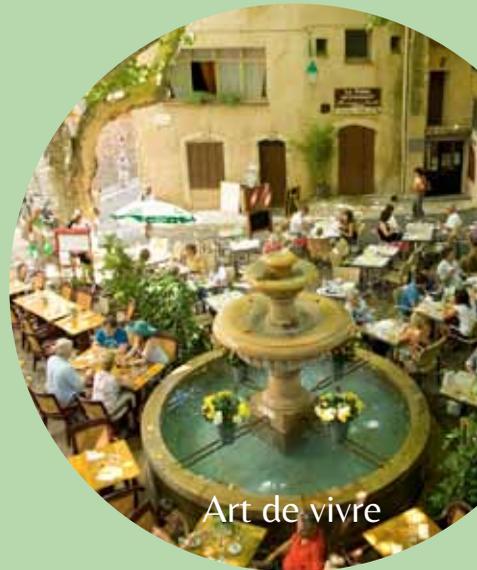
Lac de Saint-Cassien



Mons, vue sur mer

100% vacances
Nature et patrimoine

- ☀ Vie de villages
- ☀ Sentiers de randonnées
- ☀ Ateliers d'artistes
- ☀ Produits du terroir
- ☀ Repos au calme



Art de vivre



Espace découverte

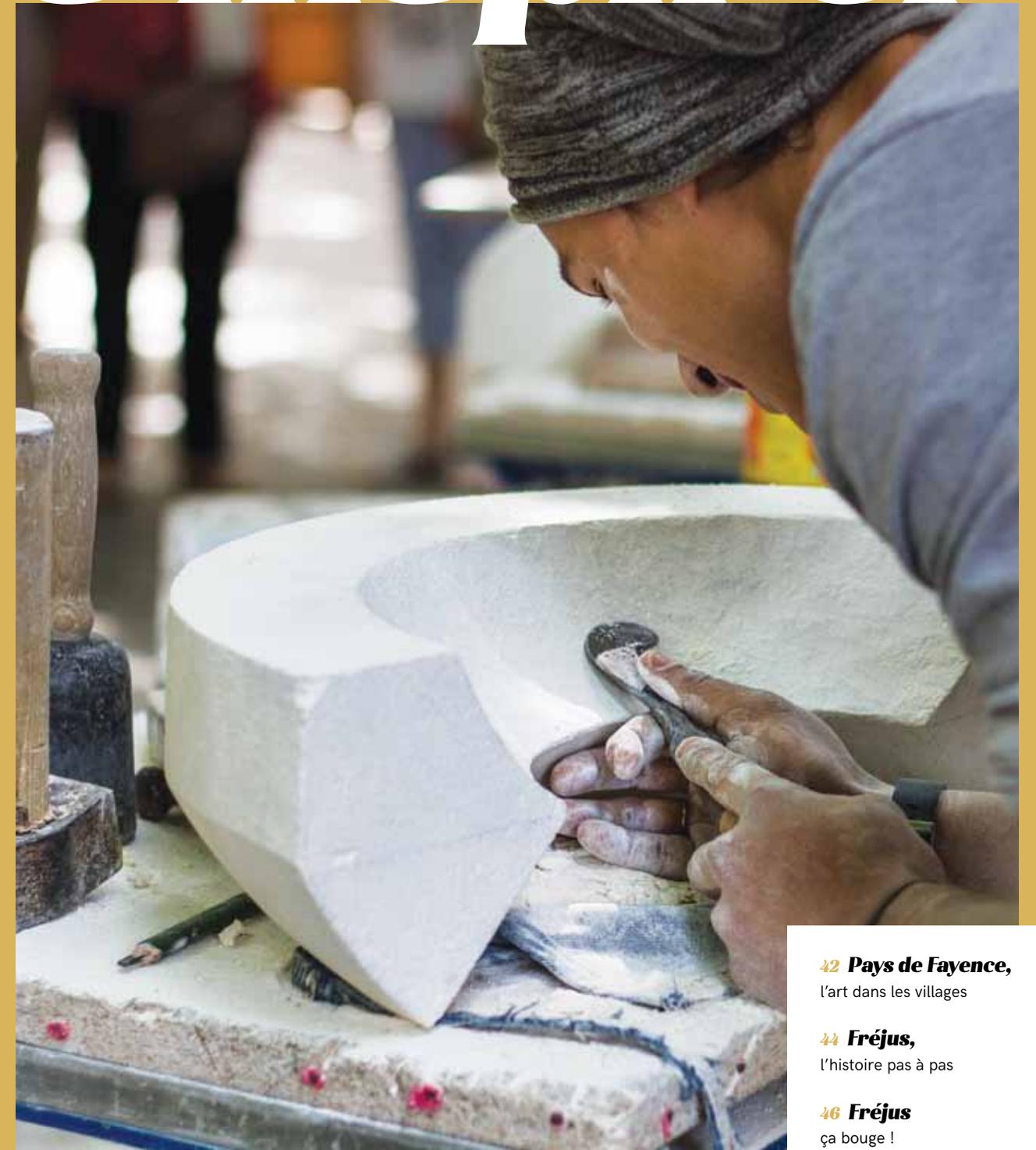
+33 (0) 4 94 76 01 02

www.paysdefayence.com

Copyright OTIPF - crédits photos Nico Gomez



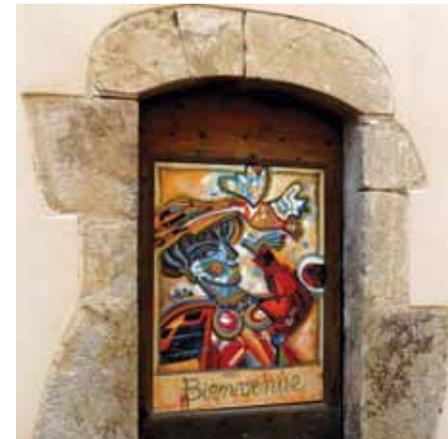
s'inspirer



42 Pays de Fayence,
l'art dans les villages

44 Fréjus,
l'histoire pas à pas

46 Fréjus
ça bouge !



Pays de Fayence : tout un art

Dans les villages pittoresques de l'arrière-pays, l'art s'expose à chaque coin de ruelle. Peintre célèbre, artisan dans son atelier, sculpture sur une placette... Ici, on a la fibre artistique !



42
43



Non contente de faire partie des Plus beaux villages de France, Seillans en Pays de Fayence vient d'être labellisée Ville et Métiers d'art. Elle est ainsi la seconde ville du Var, après Fréjus, à rejoindre les 86 collectivités membre du réseau. Au fil des ruelles médiévales, plus d'une dizaine d'artistes, artisans d'art et galeries présentent leurs créations originales : peintures, tissage, céramique, maroquinerie, sculpture, sérigraphie sur tissus... Nombreux sont ceux à ouvrir les portes de leurs ateliers aux visiteurs curieux.

Village perché aux ruelles tortueuses, Seillans est aussi célèbre pour avoir accueilli Max Ernst, artiste majeur du mouvement surréaliste, durant les douze dernières années de sa vie, de 1964 à 1976. Avec son épouse Dorothea Tanning, il tomba sous le charme de Seillans et d'une maison surplombant la place du Thouron, cette place typiquement provençale, ombragée de platanes et rafraîchie par une fontaine et un lavoir. C'est ici -et plus précisément dans les locaux du Bureau d'Informations Touristiques- que l'on peut admirer les Collections Max Ernst, Dorothea Tanning et Stan Appenzeller qui regroupent une

centaine de lithographies et gravures. La place de la République, où Max Ernst aimait tant jouer à la pétanque avec les Seillanais, accueille quant à elle, « Le Génie de la Bastille », un totem en bronze, inspiré des mâts totémiques des Indiens Hopis en Arizona.

A Tourrettes, autre village pittoresque du Pays de Fayence, on pénètre dans un musée à ciel ouvert. C'est au fil des ruelles, sur une placette, sous un porche, sur un muret que l'on découvre quelque 80 œuvres en plein air. Ce parcours artistique permanent au cœur du village historique mêle peintures et sculptures, de style varié, chaque artiste laissant libre cours à son inspiration et sa vision du monde.

On poursuit cette balade artistique en prenant un peu de hauteur. Direction Mons, le plus haut village du Pays de Fayence, à 814 m d'altitude. Perché sur un éperon rocheux, Mons invite à remonter le temps en suivant le « circuit des enseignes ». Le parcours retrace l'histoire des vieux métiers au gré de 35 enseignes en fer forgé qui jalonnent les ruelles des X^e et XIII^e siècles.



Fréjus L'histoire pas à pas

Depuis les piliers d'un ancien aqueduc romain aux saynètes peintes du cloître, en passant par un baptistère paléo-chrétien toujours en activité, Fréjus traverse l'histoire. Petite visite guidée.

Dans un jardin, une muraille couverte de lierre se révèle être une partie d'un ancien aqueduc romain. Ici, une vieille meule sert de pierre d'ornement. Là, les travaux de construction d'un immeuble mettent à jour les fondations d'un ancien palais romain. A Fréjus, les traces de Forum Julii sont partout. Fondée vers 49 av J-C par Octave, héritier de Jules César et futur empereur Auguste, la cité romaine était la capitale d'un territoire qui s'étirait de Vidauban à Menton. Ce centre administratif puissant était doté du port le plus important de la Méditerranée, abritant une flotte militaire et commerciale colossale. De Forum Julii, Fréjus a conservé de nombreuses traces. « Avec les arches de l'ancien aqueduc, l'amphithéâtre, les arènes et ces pins maritimes qui jalonnent le paysage, j'ai l'impression d'arriver à Rome », commente Patrick Pavesi, guide touristique à Fréjus.

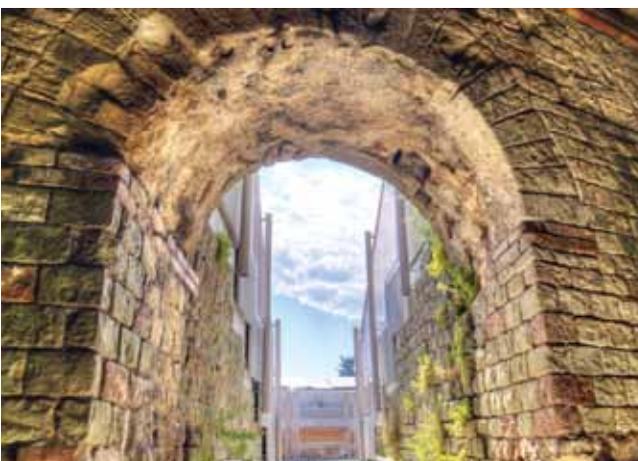
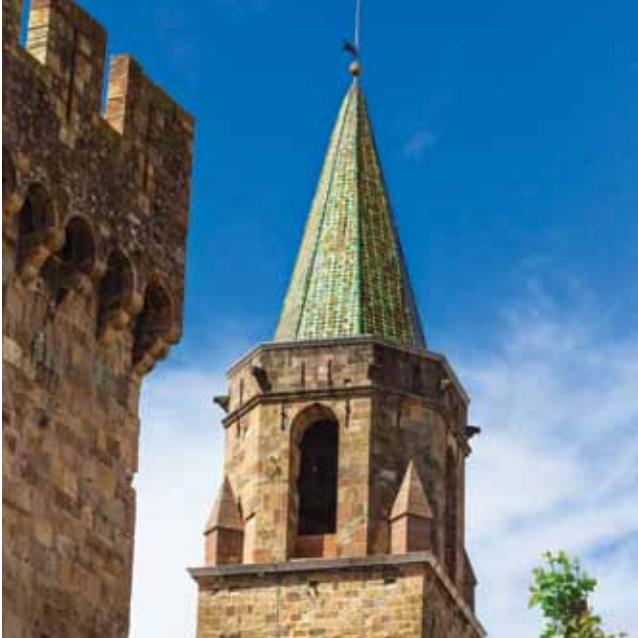
Les vestiges de l'ancien aqueduc en grès rose de l'Estérel marquent aujourd'hui l'entrée dans la ville. Une prouesse architecturale pour l'époque car cet aqueduc approvisionnait les habitants en eau depuis Mons dans l'arrière-pays, à 42 kilomètres de là ! A deux pas, le théâtre pouvait accueillir jusqu'à 12 000 personnes. On y jouait des spectacles de tragédies, de comédies, de pantomimes. Si la structure du théâtre romain a été conservée, il ne reste plus rien du mur de scène et des gradins, qui ont cédé la place à une structure contemporaine. « Ce ne sont pas les pierres qui sont importantes, c'est l'esprit des lieux », souligne Patrick Pavesi. « On vient toujours voir des spectacles ici comme on le faisait il y a 2000 ans. On s'inscrit dans la trace de ces hommes qui ont ri, pleuré à cet endroit. Le théâtre est l'expression même de l'humanité. » Il en va de même avec

l'amphithéâtre romain. Certes, ces arènes n'accueillent plus de combats de gladiateurs ou de chasses aux fauves, mais des concerts qui font toujours vibrer les spectateurs. Enfin, pour parfaire cette escapade romaine, le musée archéologique de Fréjus rassemble les plus belles pièces découvertes lors des nombreuses fouilles réalisées depuis le XIX^e s. **LEVER LES YEUX** Le cœur de la vieille ville invite à un autre voyage dans le temps. Point de passage des voyageurs, commerçants et militaires, Fréjus fut christianisée très tôt avec la fondation d'un évêché dès le IV^e s. Si la cathédrale Saint-Léonce fut construite entre les XI^e et XIII^e s., elle abrite un baptistère octogonal du V^e s., l'un des plus anciens baptistères mérovingiens de France. Sa cuve pour le baptême en immersion est toujours en activité aujourd'hui.

Jouxtant la cathédrale, le cloître mérite assurément une visite. Edifié au XIII^e s. avec des pierres taillées et d'autres prélevées sur des monuments antiques, il était constitué de deux galeries, dont seul le côté nord subsiste. Mais c'est le plafond qui surprend le plus. Refait au XIV^e s. en bois de mélèze, il présente des caissons peints. Ces petites peintures traitent différents thèmes : la religion, l'imaginaire et la vie quotidienne. Certaines sont assez surprenantes pour les lieux : des scènes de la vie érotique comme de l'amour courtois, entre débauche et pruderie. On attribue ces œuvres à des peintres ambulants. Sur les 1200 d'origine, seulement 300 sont encore identifiables, mais forment un ensemble exceptionnel. **Visites guidées « Fréjus, 2000 ans d'histoire » les lundis et jeudis. Office de tourisme. ▶ Tél. 04 94 51 83 83. frejus.fr**

STÉPHANIE

Mon lieu préféré : l'amphithéâtre romain. Il est loin d'être complet, les vestiges cohabitent avec toutes sortes de restaurations et d'aménagements en béton brut. En tant que guide on explique l'utilité des restaurations et on replonge les visiteurs dans l'Antiquité. S'imprégner de l'ambiance des gradins et de la violence de l'arène, en ayant les mots comme seule arme, est un véritable défi dans ce monument décharné. J'y ajoute souvent un petit côté théâtral pour le plus grand plaisir des visiteurs.



Ça bouge à Fréjus !

Ici, les traditions provençales sont bien vivantes. Tout au long de l'année - et plus particulièrement en été -, les fêtes folkloriques viennent ponctuer l'animation de la cité



26
27

Au son des fifres et des tambours, Les Fréjusiens en uniformes d'époque, certains avec fusils et mousquetons à piston, font procession dans les rues du cœur historique. Les Bravadeurs commémorent le Saint-Patron de la ville, Saint François de Paule, qui au XV^e s. délivra Fréjus de la peste.

Terre de traditions, Fréjus s'anime de ses fêtes folkloriques. La Bravade, qui se déroule habituellement au mois de mai, est cette année reportée du 16 au 19 octobre 2020. Des reconstitutions historiques, une grande messe pontificale dite « messe militaire », des recueils, divers stands, des animations pour tous ainsi que des présentations de plats traditionnels agrémentent le reste de la journée.

BIEN CUITE OU BAVEUSE ?

Du 6 au 9 août 2020, Fréjus célébrera l'apparition des premiers raisins dans les vignes. De tradition provençale, la Fête du Raisin est à la fois sacrée et profane. Son origine remonte au VII^e s. lorsque le prêtre de la Cathédrale de Fréjus célébrait la Messe du Raisin, une messe extraordinaire au cours de laquelle il pressait dans le calice quelques grains de raisin nouveau. Au programme : danses et chants folkloriques, dégustation de vins, messe du raisin... L'animation est assurée par le groupe La Miougrano, un ensemble folklorique créé il y a plus de 60 ans pour maintenir les traditions et la culture provençale au travers de la danse, la musique, le chant, les costumes, la langue.

On ne fait pas d'omelette sans casser des œufs, surtout à Fréjus ! Depuis 1986, le deuxième week-end de septembre, la Confrérie mondiale de l'omelette géante de Fréjus - Saint-Aygulf casse 15000 œufs dans une poêle de trois mètres de diamètre pour régaler 2000 convives. 5 kg de sel, 15 litres d'huile, un seau de fines herbes... Les ingrédients sont hors norme. Reste plus

qu'à jouer de la spatule géante dans une grande fête populaire et conviviale.

TU TIRES OU TU POINTES ?

Tradition populaire et conviviale s'il en est, la pétanque est indissociable du Sud et de la Provence. Depuis quelques années, Fréjus se positionne comme la capitale azurée de la pétanque et multiplie l'organisation de tournois internationaux. Le club Fréjus International Pétanque (FIP) a été créé en octobre 2018 et intègre notamment plusieurs champions du monde dans l'équipe (Dylan Rocher, Henri Lacroix). Le FIP abrite également trois équipes féminines ainsi qu'une école pour les jeunes. Pour leur première participation, les boulistes de Fréjus disputeront la finale de la Coupe de France en octobre prochain à Marseille.

Dans la chaleur de l'été, la cité romaine devient un boudodrome géant. Du 24 au 26 août 2020, la 4^e édition du Mondial de Pétanque Laurent Barbero rassemblera les meilleurs joueurs de la planète place de la République avec 64 équipes. Le Mondial féminin totalisera lui, 32 équipes. En amont de l'événement, un tournoi des vacanciers sera ouvert à tous.

A noter que durant l'été, un prêt de boules de pétanque est disponible au Point Information de Fréjus Plage. En doublette ou en triplette ?

A vous de jouer !





savourer

50 Recette,
la Bourride d'Aaron Reed

**52 L'art du
pique-nique :**
où, quand, comment ?

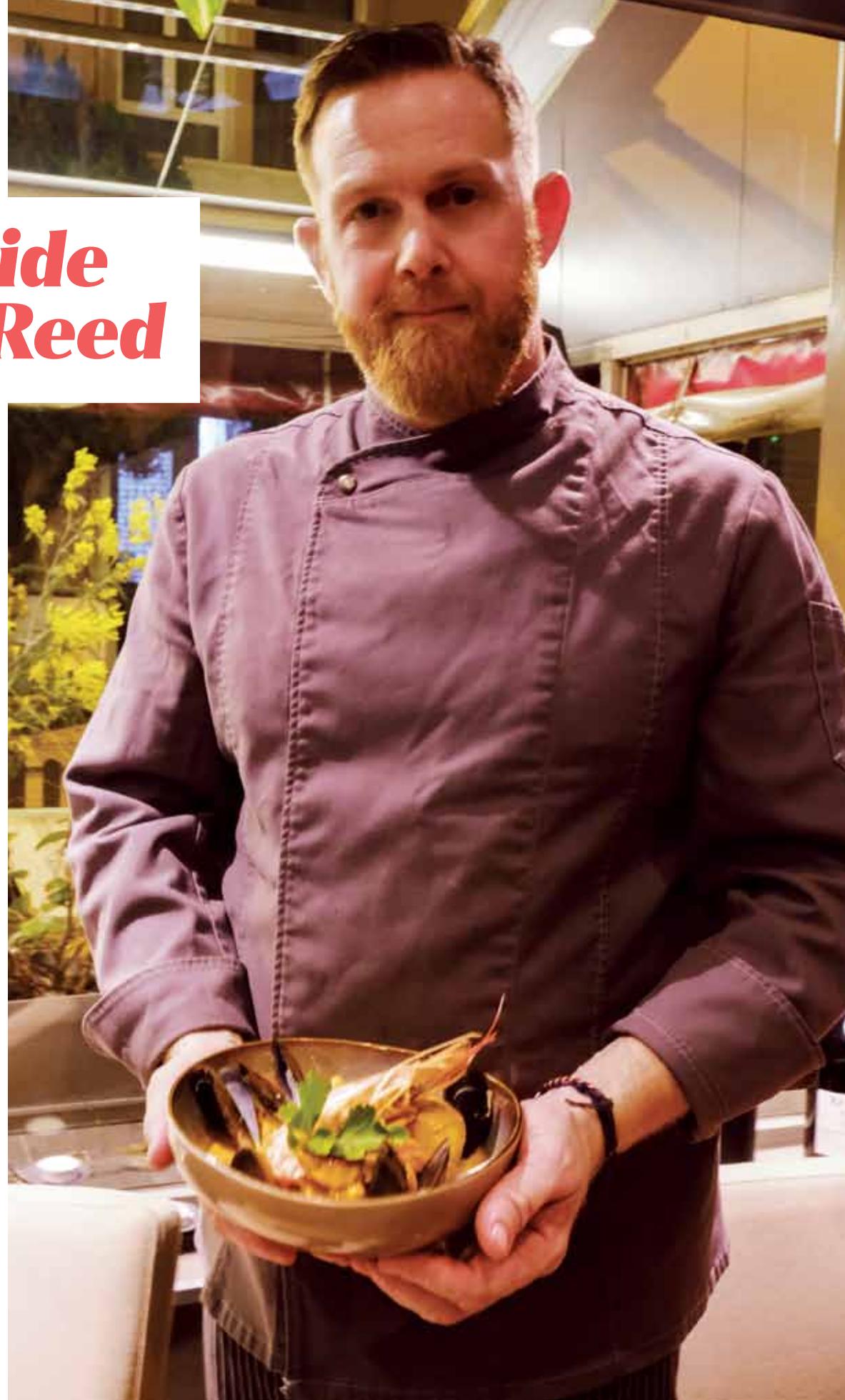
54 Mélissa Ouvry,
rencontre chocolatée

La bourride d'Aaron Reed

« Ici, c'est le plat du dimanche que l'on partage en famille », commente Aaron Reed, chef du restaurant le Bishop, en présentant la bourride raphaëloise.

Plat typique de la Provence et du Languedoc, la bourride est voisine de la bouillabaisse marseillaise. Si la bourride traditionnelle se prépare avec des légumes ou encore avec de la lotte à Sète, la bourride raphaëloise, elle, se sert uniquement avec des poissons, des crustacés et des pommes de terre. « La soupe de poisson est liée à l'aïoli et au safran, elle est assez épaisse. C'est un plat complet », explique le chef.

Avec ses cheveux roux et sa barbe fournie, Aaron Reed (et son nom !) ne peut renier ses origines britanniques. Il est malgré tout un enfant du pays qui a fréquenté l'école d'Agay et fait son apprentissage dans plusieurs grandes tables du Var. A Saint-Raphaël, le restaurant Le Bishop, ouvert depuis 1963, est une véritable institution. Après y avoir travaillé durant sept ans, Aaron rachète l'établissement en 2018. A l'ardoise et à la carte du Bishop, on ne trouve que des plats traditionnels et faits maison, bien sûr. Aaron avoue une prédilection pour le poisson et particulièrement le Saint-Pierre. Un goût qu'il a su transmettre à sa fille de quatre ans : « elle en mange quasiment tous les jours ».



LA RECETTE D'AARON POUR 4 PERSONNES

Commencer par préparer un aioli et une soupe de poissons

→ AÏOLI

- * 1 petite pomme de terre cuite
- * 2 jaunes d'œufs
- * 1 cuillère à soupe d'ail haché
- * 1 jus de citron
- * 1 cuillère à café de moutarde (facultatif)
- * 100 ml d'huile d'olive
- * 100 ml d'huile de tournesol
- * Sel, poivre

Dans un batteur, ajouter la pomme de terre, les jaunes d'œufs, l'ail, le jus de citron, la moutarde. Obtenir une pâte homogène. Rajouter l'huile petit à petit, sel et poivre.

→ SOUPE DE POISSONS

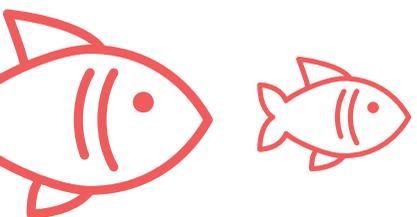
- * 1 kg de poissons de roche
- * 1 gros oignon
- * 1 fenouil bulbe
- * 1 cuillère à soupe de concentré de tomate
- * 1 cuillère à soupe d'ail haché
- * 1 cuillère à soupe de spigol
- * 4 cl de pastis
- * Herbes de Provence
- * Sel

Faire revenir les oignons, le fenouil, les herbes de Provence et l'ail. Ajouter le concentré de tomate, les poissons, le sel et de l'eau à hauteur. Cuire 2 heures. Mixer, filtrer. Ajouter le spigol et le pastis.

→ LA BOURRIDE

- * 1 gros filet de Saint-Pierre
- * 1 gros filet de bar
- * 1 filet de rouget barbet
- * 1 filet de chapon
- * 400 gr de mélange de fruits de mer
- * 1 kg de pommes de terre cuite
- * 1 kg de moules
- * 4 langoustines ou gambas
- * 1 gr de safran
- * 1 petite cuillère de graines de fenouil
- * 1 cuillère à soupe d'ail haché
- * 100 ml de crème liquide
- * Persil plat haché pour la déco

Dans une grande casserole, faire cuire le chapon avec les pommes de terre dans la soupe, puis ajouter le bar, le Saint-Pierre avec les fruits de mer et en dernier, les rougets, les moules, les langoustines. Cuire à feu doux. Une fois cuit, filtrer la soupe au chinois. Ajouter l'ail, le safran, la crème et les graines de fenouil. Remettre sur le feu. Lorsque c'est bien chaud, ajouter l'aïoli en fouettant bien. Attention à ne pas faire bouillir. Répartir les pommes de terre, les fruits de mer et les filets de poissons dans les assiettes et napper avec la bourride. Décorer avec les moules, les langoustines et le persil.



1001
formules

L'art du pique-nique



52
53



ON RAMÈNE SA SCIENCE

Le Pan Bagnat se compose exactement des mêmes aliments que la salade niçoise. Le pain en plus.

Ici - douceur du climat aidant -, on peut quasiment pique-niquer tout au long de l'année. Inutile de vous dire que l'on est plutôt expert dans l'exercice.

Il y a mille façons d'organiser son pique-nique : que l'on soit inconditionnel de la nappe à carreaux avec panier en osier et brochettes de gambas rôties au miel ou adepte du pique-nique baroudeur avec sandwich jambon beurre et couteau suisse. Au bord d'un lac, à la plage, en forêt... l'essentiel est de profiter d'un bon moment et de la nature. Pour cela, bien évidemment, on respecte les lieux et on ne laisse pas traîner ses papiers gras. On n'oublie pas la crème solaire, le chapeau et le bracelet anti-moustique. On privilégie les producteurs et traiteurs locaux pour déguster tapenade, pissaladière, cake aux olives, fruits, rosé de Provence...

La recette de Jérémie



LE PAN BAGNAT

Qu'on se le dise ! Ce petit kiosque en bois à Fréjus-Plage est le premier établissement du Var à avoir été labellisé par la Commune Libre du Pan Bagnat. Si, si ! Jérémie est donc un expert du sandwich rond. Pain frais du jour, légumes du marché V. Hugo de Saint-Raphaël, thon et basilic frais... Le Pan Bagnat de Jérémie a tout des saveurs locales.

► Pitchoun Cabane kiosque n°5. Rond point des Sablettes, Fréjus-Plage. Tél. 06 25 51 73 18.



Liste des ingrédients de Jérémie

Petit pain rond frais, tomates bien mûres, thon à l'huile d'olive, anchois, œufs durs, artichaut violet crû, poivron vert, petits radis, olives noires, cébette fraîche, fêvette fraîche, basilic frais, huile d'olive, vinaigre de vin rouge, sel poivre.

regalez-vous



Les marchés

A FREJUS PLAGE

A Port-Fréjus. En été, ce grand marché provençal s'étire sur 2 km le dimanche matin avec plus de 150 exposants.

A FAYENCE

Le marché se tient les mardis, jeudis et samedis sur la place de l'église, avec les producteurs du Pays de Fayence.

A SAINT-RAPHAËL

Le marché partiellement couvert de la place de la République du mardi au dimanche matin.

Indispensables!



1

SAC À LUNCH ISOTHERME. Derrière La Porte. 11 €
► facebook.com/claude.fouetsaintraphael/



2

CASQUETTE EN LIÈGE. Sac à main en liège. 44 €
► sacamainenliege.com



3

BOUEILLE ISOTHERME Derrière La Porte. 22.50 €
► facebook.com/claude.fouetsaintraphael/



4

BENTO Monbento. 39,90 €
► monbento.com



5

COUTEAU-TIREBOUCHON Opinel. 23 €
► levillagedestalentscreatifs.fr/



6

ESSUIE TOUT LAVABLE Kiki La Pigne. 23 €
► facebook.com/Kikilapigne/

3 LIEUX SYMPAS POUR PIQUE-NIQUER



1.

LA PLAGE DE LA BAUMETTE À AGAY

Une belle bande de sable doré, une plage en pente douce pour les enfants. N'oubliez pas le parasol.

2.

LA CALANQUE DE BONNE EAU

Aux Issambres, sur la plage ou sur une table de pique-nique, à l'ombre des pins... Décor forcément idyllique.



3.

LA BASE NATURE DE FRÉJUS

Les tables de pique-nique à disposition sont bien ombragées, aire de jeux pour les enfants, locations de vélos, rosalias, plage à 100 m. Que demander de plus ?



TOUTES LES INFOS SUR esterel-cotedazur.com

PORTRAIT

Mélissa Ouvry, 100 % cacao

Depuis sa plus tendre enfance, Mélissa Ouvry veut « faire du chocolat ». Quel meilleur emplacement que Roquebrune-sur-Argens, cité médiévale dédiée au chocolat, pour partager sa passion ? Portrait gourmand.

Elle n'en a jamais démordu et a réalisé son rêve de petite fille. A 8 ans, Mélissa Ouvry voit un reportage à la télévision sur le métier de chocolatier et c'est décidé, elle veut « faire du chocolat ».

Pas d'antécédents familiaux, pas de souvenirs d'avoir mangé du chocolat plus que de raison durant son enfance. A l'école, les maîtresses l'interrogeaient souvent : « Tu veux faire des gâteaux au chocolat ? ». « Non, je veux faire du chocolat ! », répondait la petite fille déterminée.

Dans une ruelle du village médiéval de Roquebrune-sur-Argens, la boutique Chocolats et Gourmandises accueille les clients gourmets toute l'année. Aux beaux jours, la petite terrasse en bois permet de se délecter d'un thé ou d'un café accompagné de quelques chocolats. Le regard pétillant et le sourire généreux, la jeune chocolatière de 28 ans a fait de sa boutique un lieu qui lui ressemble. « C'était un magasin de décoration lorsque j'ai acheté les locaux. J'ai eu un vrai coup de cœur, notamment pour les baies vitrées qui donnent une belle visibilité sur la rue. C'est important pour moi de montrer comment je travaille, que mes chocolats sont fabriqués de façon artisanale. Tout le monde peut voir mon laboratoire avec mes trois machines pour le chocolat noir, au lait et blanc », explique Mélissa Ouvry. Originaire de Sainte-Maxime, la jeune femme n'a donc pas eu à chercher bien loin pour s'installer il y a sept ans.



LES CRÉATIONS DE MÉLISSA

Deux recettes exclusives - et secrètes - 100 % pur beurre de cacao :

> **TENDRE RÊVE, chocolat noir.**

73 % de cacao avec une sélection de fèves de quatre origines différentes :

Mexique, Saint-Domingue, Tanzanie et Madagascar.

> **TENDRE ENVIE, chocolat au lait.** 42 % de cacao avec une sélection de fèves de Tanzanie, Ghana et Côte d'Ivoire.

A cette époque, le village comptait un seul chocolatier réputé - ils sont aujourd'hui au nombre de trois. En 2015, Roquebrune assoit cette passion pour le chocolat en ouvrant un musée, la Maison du chocolat et cacao. Et depuis quatre ans, début mars, la Fête du chocolat et des délices attire les gourmands de toute la région. A n'en pas douter, Mélissa est au bon endroit ! La jeune chocolatière a élaboré deux recettes exclusives de chocolat noir et chocolat au lait, déclinées dans l'ensemble de ses créations. « On peut tout faire avec le chocolat, il suffit d'avoir le bon dosage », se réjouit-elle. Ainsi, selon les saisons, Mélissa propose des chocolats fourrés au caramel, aux fruits de la passion, mais aussi au basilic, au thym... « Pour les grandes fêtes, comme Noël ou Pâques, je travaille sur des moulages traditionnels mais j'aime aussi m'amuser. L'an dernier, j'avais créé une licorne en chocolat qui a eu beaucoup de succès ».

Une originalité que la chocolatière développe aussi avec des cours de « Choco-sophro » dans sa boutique. « Lorsque Christelle Beckrich, sophrologue, est venue me proposer ces séances, j'ai d'abord été surprise. Et puis je me suis lancée dans l'aventure et j'adore ! L'idée est de faire découvrir le chocolat en travaillant sur les cinq sens. Durant la séance de relaxation, on déguste trois chocolats différents, en pleine conscience avec des sensations extraordinaires », s'enthousiasme la jeune femme.

A tester

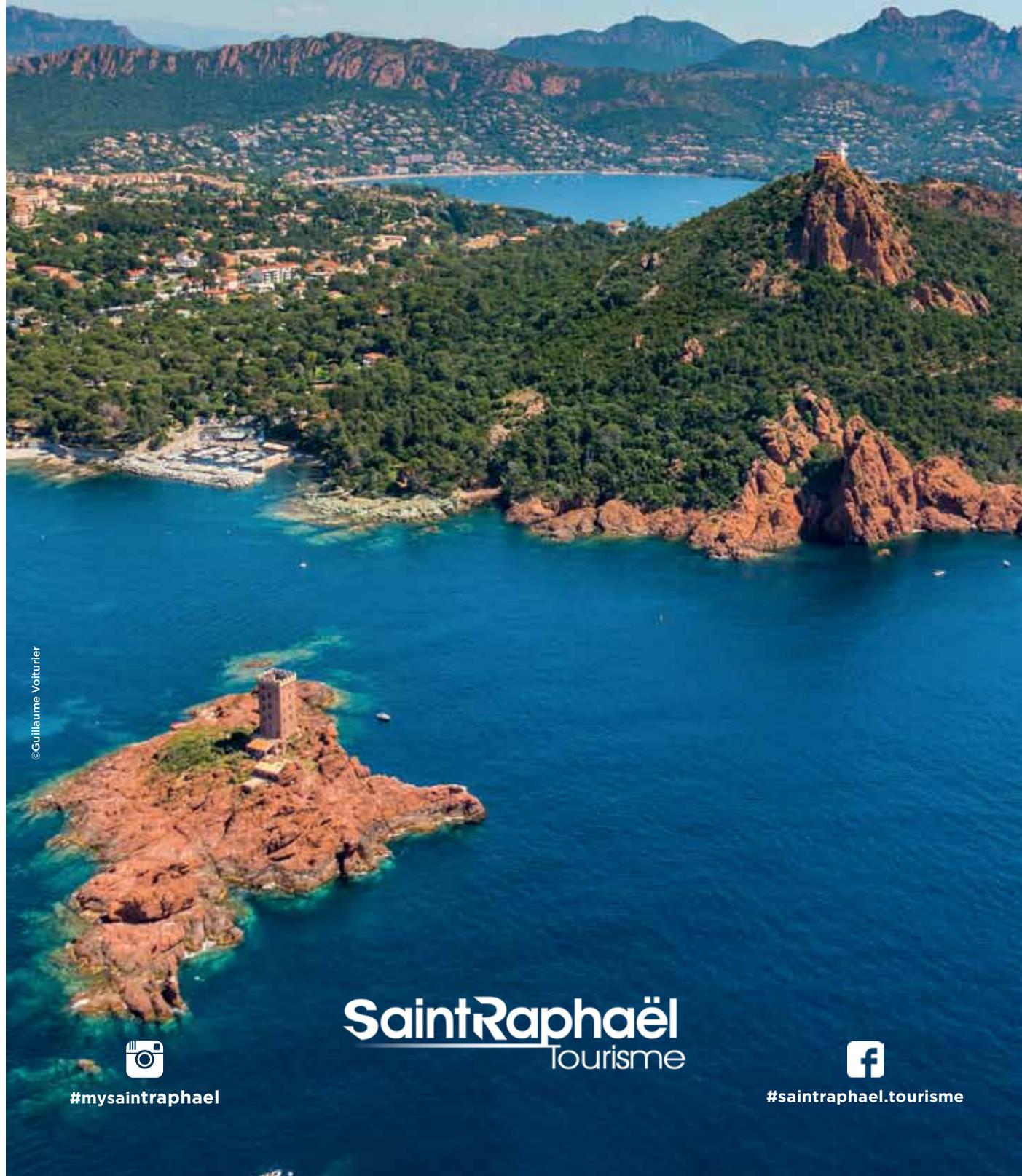


1 tonne
DE CHOCOLAT PAR AN
—
28 ans
AGE DE MÉLISSA
—
40
RECETTES



TOUTES LES INFOS SUR
esterel-cotedazur.com

S A I N T - R A P H A E L . C O M



©Guillaume Volturier

SaintRaphaël
Tourisme



#mysaintraphael



#saintraphael.tourisme

buller



58 Nos idées

pour un week-end
de zénitude

60 A la plage!

Notre sélection pour
lézarder

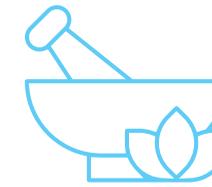
Zen, soyez zen

Programme du week-end :
pourquoi pas un « Sprunch » dans
un domaine provençal préservé ?
Ou plonger dans un conte
des Mille et une Nuits au bord
de la Méditerranée ?
Les deux, mon capitaine !

**Une musique douce en fond sonore, une
délicieuse odeur de miel sur la peau, on se
met en mode détente pour un massage à
la cire d'abeille sous des mains expertes.**

Installé dans un vaste domaine provençal
parfumé de myrte et de romarin, le Spa
de Terre Blanche vous transporte dans un
univers de relaxation et de douceur. Une
douzaine de salles de soins se répartissent
autour d'une grande piscine intérieure.
A l'extérieur, une piscine chauffée à 35°C
s'anime de jets revigorants, lits de bulles et
fontaines délassantes. Pour une escapade
en amoureux, on a forcé une préférence
pour les deux suites privées avec terrasse.

Oasis au cœur du pays de Fayence,
Terre Blanche est une véritable bulle
de sérénité. Dans ce décor de nature
provençale, le domaine déroule un hôtel
5 étoiles, deux parcours de golf de
renommée internationale, quatre restaurants
de grande qualité, dont Le Faventia,
auréolé d'une étoile par le guide Michelin.
Le dimanche, Terre Blanche propose une
offre « Sprunch » ou comment allier l'art
du brunch et du Spa autour d'un brunch
méditerranéen au restaurant la Gaudina
et d'un massage de 60 minutes.



Le centre de thalasso des Issambres
propose également une formule spa et
lunch le temps d'une demi-journée.
Pour une parenthèse détente, optez pour
un modelage hawaïen, un enveloppement
coconut ou une application à la boue de
la mer morte... Le centre compte pas moins
de neuf cabines esthétiques-modelages et
dix d'hydrothérapie. Sous un magnifique
dôme en verre, le bassin d'eau de mer
chauffé à 31°C offre oligo-éléments et
minéraux pour se ressourcer.

A quelques brasses de là, à Saint-Raphaël,
le spa/jacuzzi de la Villa Mauresque est
posé au cœur d'un jardin exotique planté
de figuiers, d'oliviers, de bougainvilliers,
s'ouvrant sur le bleu de la Méditerranée.
Tout droit sorti d'un conte des Mille et
une Nuits, la Villa Mauresque apparaît tel
un palais de sultan. Toits crénelés, portes
marocaines, cet ancien hôtel particulier fut
construit en 1881 par un architecte réputé
pour ses villas orientales. Aujourd'hui,
raffinement, luxe et volupté sont les maîtres
mots d'un séjour dans cet hôtel 5 étoiles.
Pour un week-end en amoureux, laissez
vous séduire par une chambre ou une
suite avec terrasse et jacuzzi. Détente et
ambiance zen assurées.

Et parce que les plaisirs culinaires sont
essentiels, on déguste polenta gratinée et
filet de bar au restaurant le Bougainvillier.
Le chef Sebastien d'Onghia décline une
cuisine italienne pleine de saveurs dont les
plats évoluent en fonction des arrivages au
port de Saint-Raphaël.



A la plage !

Avec 55 kilomètres de littoral, vous imaginez bien que les plages ici sont légions. Reste à choisir selon ses envies. On vous en égraine quelques unes.



La plus familiale 1

Trois belles anses protégées par des digues artificielles, des eaux de faible profondeur, une grande bande de sable fin de 800 m, **la plage de Saint-Aygulf** est le terrain de jeu idéal pour les familles. Des palmiers donnent un peu d'ombre et les places de parking sont nombreuses. Les kite-surfeurs peuvent même assurer le spectacle - une zone leur est réservée au début de la plage.



La plus accessible 3

Bien plus qu'une plage accessible aux personnes handicapées, « **Handiplage** » de **San Peïre** aux Issambres est parfaitement équipée pour que tous profitent des joies de la baignade : six places de parking dédiées, ascenseur, rampe d'accès, vestiaire, rampe en bois pour accéder à la mer, fauteuils de mise à l'eau et personnel d'encadrement.



La plus culturelle 2

Vous avez oublié votre bouquin pour la plage ? Pas de soucis. A **Fréjus**, la plage de la base nature **François Léotard** dispose d'un kiosque avec quelque **6000 ouvrages** à disposition. Romans, bandes dessinées, polars, magazines... il y en a pour tous les goûts et tous les âges. L'opération « **L'ivre de mer** » est menée chaque été de mi-juin à fin août par la médiathèque de la ville. A emporter ou à consommer sur place, les livres sont en prêt libre. Un tout nouvel espace de 40 m² avec transats permettra de s'installer confortablement et tourner quelques pages. Des animations ludiques autour de la lecture seront également proposées aux enfants tous les matins. [► bm-frejus.com](http://bm-frejus.com)



La plus gourmande 4

Si vous n'êtes pas adeptes de la glacière et des miettes de pain sur la serviette, la plage de la **Baumette** à **Agay** est faite pour vous. Cette bande de sable fin en pente douce s'étire sur 250 m. Moins fréquentée que la plage du centre-ville, elle est très agréable pour lézarder en famille face à la plus belle baie de la côte d'Azur. En plus de vous prélasser dans un cadre de rêve, vous allez régaler vos papilles. Le **Club Agathos** propose une cuisine bistronomique soignée et raffinée qui fait la part belle aux poissons et crustacés : poulpe grillé, ceviche de loup, tartare de thon, longe d'espadon... Pour un moment gourmand à savourer les pieds dans le sable.



La plus branchée 5

Réputé pour être le plus grand beach club de la Côte d'Azur, **le Mas d'Estel** cumule plage privée, bar, restaurant, base nautique, soirée DJ et beach party le dimanche. Sur 14 000 m², les parasols et les tentures blanches font face à la Grande Bleue et à la baie de Fréjus/Saint-Raphaël. En journée, l'atmosphère se fait lounge et raffinée, tandis qu'en soirée, les terrasses s'animent au rythme des DJ's internationaux pour devenir l'un des hauts lieux de la fête azurienne.



ON RAMÈNE SA SCIENCE

En 1964, quelques scènes du « **Corniaud** », film de **Gérard Oury** avec **Louis de Funès** et **Bourvil** sont tournées au **Dramont**, dont une scène de baignade nocturne avec une auto-stoppeuse allemande, où l'on distingue nettement l'île d'Or en toile de fond.

La plus historique 6

Nul doute que les 20 000 GIs de la 36^e Division du Texas qui débarquèrent le 15 août 1944 sur **la plage du Dramont** n'eurent pas le loisir d'admirer le paysage. Le décor y est splendide. Face à l'Île d'Or si singulière, au pied des roches rouges du Cap Dramont, la plage du Débarquement s'étire au bord d'une jolie pinède. Elle accueille à la fois une belle bande de sable et de gros galets, près de l'eau. A l'entrée, une grande esplanade commémorative permet d'observer une authentique barge du débarquement et une stèle dédiée aux soldats. Pour un cours d'histoire grandeur nature.





bouger

64 Sur l'eau,
en paddle et en kayak

65 Plongée,
des bulles d'oxygène

66 Golf,
pour tous les niveaux

67 Dans les airs,
vol à voile et ULM



A vos pagaies...

Le Paddle ? C'est «so 2010», diront les jeunes. Aujourd'hui, on teste le stepper paddle, le paddle yoga, le paddle giant...

Mer, lac, rivière, marais... le Stand Up Paddle a envahi les eaux du monde entier. La Côte d'Azur ne pouvait pas y échapper. Sport de glisse venu d'Hawaï, il est un dérivé du surf. Une planche, une pagaie et on prend du plaisir dès les premières minutes. Attention, malgré ses airs nonchalants, le Stand Up Paddle peut donner quelques courbatures. La stature debout oblige à faire du gainage, tout en travaillant le cardio.

Dans la baie d'Agay, plusieurs formules conviviales sont proposées. En « Tandem » jusqu'à trois personnes ou « Giant » jusqu'à huit, sur une planche gonflable, les fous rires sont quasi garantis. On change d'ambiance avec la formule « Coucher de soleil », romantique à souhait. La balade accompagnée d'un moniteur permet d'assimiler les bases du SUP tout en assistant au spectacle des roches rouges de l'Estérel s'embrasant en fin de journée. Magique !

Pour une autre expérience, on peut s'initier au Yogaqua, le Paddle board yoga, une façon originale d'allier les deux disciplines : connexion avec la nature, air marin, recherche d'équilibre... A défaut de pagayer en mer, on est invité à marcher sur l'eau avec le stepper paddle en rivière. Le principe est simple : il suffit d'appuyer sur des pédales pour avancer et tourner un guidon pour se diriger. Reste plus qu'à plancher sur le sujet et trouver le paddle qui vous convient !

EN KAYAK AUSSI

Autre embarcation, autres pagaies, le kayak de mer est aussi un moyen idéal pour découvrir le littoral et les calanques de la Corniche d'Or en particulier. On se faufille entre les rochers, on pique une tête pour se rafraîchir, on accoste sur la plage pour un pique-nique. Le rêve ! Aux Issambres, la location d'un kayak à fond transparent permet d'explorer la faune sous-marine jusqu'à 20 m de fond, sans prendre sa respiration.

Bulles d'oxygène

Dans les eaux de Saint-Raphaël, plus de 40 sites de fouilles sous-marines sont répertoriés. Témoins endormis de l'Histoire, les navires gisent entre 6 et 67 m de fond.



ON RAMÈNE SA SCIENCE

Il en existe seulement dix écoles dans le monde. L'École nationale française des scaphandriers est basée à Fréjus. Ces plongeurs professionnels, aux allures de cosmonautes, interviennent dans des milieux particulièrement hostiles (digues, piles de ponts, plateformes pétrolières...).

Immense plateau sous-marin, la Balise de la Chrétienne abrite pas moins de 13 épaves antiques. Le temps et les nombreuses fouilles ont eu raison des amphores et cargaisons de vaisselle, transportées par les navires. Restent seulement des débris de poteries. Bien évidemment, on regarde mais on ne touche pas ! Les plus belles pièces ainsi que des canons du XVIII^e sont visibles au musée archéologique de Saint-Raphaël.

Plutôt insolite, quelques coups de palmes vous mèneront à deux navires d'eau douce. Mais que font-ils au fond de la Méditerranée ? Il s'agit de péniches fluviales belges qui convoiaient du matériel de guerre pour les Allemands et qui furent torpillées par les Anglais en 1944. Des centaines d'obus inertes gisent dans la cale, sur le sable autour des épaves, sous le ballet des mérus et des murènes.

"J'ai testé le Seabob"



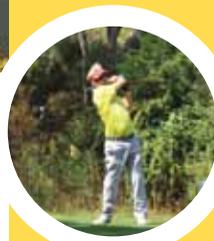
DOROTHÉE :

« La sensation de nager comme un dauphin. Entraînée par ce petit engin électrique, je me suis amusée autant en surface qu'en plongée. La prise en main est facile et intuitive, avec mon fils on a pu explorer le littoral marin ».





Et que ça swingue !



DANIEL

Je suis membre du golf de Valescure depuis 35 ans et j'y joue 2 fois par semaine sans jamais me lasser. Le parcours, assez difficile, représente un magnifique challenge et il est surtout très beau et bien dessiné ! C'est un golf associatif où nous nous retrouvons entre amis pour un green fee ou une compétition.

Il y en a pour tous les clubs... et tous les niveaux. Depuis le practice de 55 postes au parcours 18 trous digne d'un championnat, vous aurez toutes les chances d'améliorer vos slices.

A la fin du XIX^e siècle, le décor somptueux du massif de l'Estérel et un climat exceptionnel, séduisirent les aristocrates britanniques en villégiature à Saint-Raphaël. Il ne manquait plus qu'un golf pour parfaire la destination. Premier golf du Var et 5^e de tout l'Hexagone, le golf de Valescure fut créé en 1895 par Harry Shapland Colt, architecte paysagiste anglais, mondialement reconnu pour son expertise. D'une longueur de 5019 mètres pour un Par de 68, ce parcours a la particularité d'offrir plusieurs trous relativement courts qui imposent de la réflexion.

Quasiment un siècle plus tard, c'est un autre grand nom du golf Robert Trent Jones - américain cette fois - qui dessina le golf Blue Green L'Estérel. Le tracé de ce parcours 18 trous sous les pins parasols permet une variété de coups sur des fairways étroits et des greens pentus. A l'inverse, le golf 9 trous de Cap Estérel est plutôt dédié aux débutants.

On aime ses vues panoramiques sur la baie d'Agay et le Rastel, ainsi que le practice de 55 postes, dont 35 couverts.

Non loin de là, le parcours 18 trous du Golf de Roquebrune Resort, offre également des vues imprenables sur la baie de Fréjus et le massif des Maures. Quelques trous à l'aveugle et dévers rendent le parcours un rien délicat : il faut savoir placer sa balle ! Aux beaux jours, on se délecte de rougets à la plancha et de pizza à la truffe sur la terrasse du restaurant.

Enfin, le Pays de Fayence peut s'enorgueillir d'arbore l'un des plus beaux golfs d'Europe : le golf de Terre-Blanche à Tourettes. Le parcours du Château offre un vrai challenge de longueur et de précision pour les joueurs confirmés. Tracé dans le respect de l'environnement naturel, le parcours compte de nombreux obstacles d'eau, entre cascades, lacs, ravines...



ON RAMÈNE SA SCIENCE

Le mot Golf serait issu de l'acronyme « Gentlemen Only, Ladies Forbidden ». Heureusement, les règles ont bien évolué avec le temps... Bienvenue mesdames !

La tête dans les nuages

Prêt à voler dans les ailes de Saint-Exupéry ? L'auteur du Petit Prince, qui séjournait régulièrement à Agay, a survolé maintes fois la région. Alors, parés au décollage.

Si on s'envoyait en l'air... mais en silence ?! Pour faire le plein de sensations, direction le premier centre européen de vol à voile à Fayence avec l'AAPCA - Les Planeurs de Fayence. Avec ses 20 mètres d'envergure et ses 350 kilos, le planeur est plus effilé qu'un avion. On prend place dans le cockpit minuscule, à moitié allongé face au manche de navigation. Ici, les conditions climatiques sont exceptionnelles et attirent les pilotes de toute l'Europe. Le décollage se fait en douceur tiré par le remorqueur. En quelques minutes, l'oiseau blanc de carbone part à la poursuite des courants ascendants avec seul le bruit du vent pour compagnie. Le vol d'initiation d'une trentaine de minutes mène au-dessus du Pays de Fayence avec pour décor selon les saisons, les pré-Alpes enneigées, le littoral depuis le cap d'Antibes jusqu'au Mont Faron à Toulon.

A Fréjus, la flotte d'avions jaunes de Flying Safari envahit le ciel. Si le silence vous pèse, vous pouvez aussi opter pour un baptême de l'air en ULM. Et même prendre les commandes lors d'un vol d'initiation avec un instructeur qui vous enseignera les bases du pilotage.



ENCORE + D'ACTIVITÉS SUR : experiencecotedazur.com
Tél. : 04 94 19 10 60



LA TÊTE EN L'AIR

Il est un week-end à l'automne, où le ciel azuréen se remplit de dragons, pieuvres, ours et autres grenouilles dans un joyeux ballet coloré. Les 24 et 25 octobre 2020, la base nature de Fréjus accueillera le Festival international de l'Air, troisième plus grand rassemblement français de cerfs-volants. Au programme : compétitions avec une centaine de cerfs-volistes du monde entier, ballets aériens, école de pilotage pour les enfants, ateliers de création...



Estegram



@be.mika_escape Rocher de Roquebrune



@Closdesroses
Domaine viticole de Fréjus



@My.mindinthecLOUDS Saint-Aygulf



@paysdefayence
Bagnols-en-Forêt

68
69

#VisitEstereL



@basedurocher
Fleuve de l'Argens



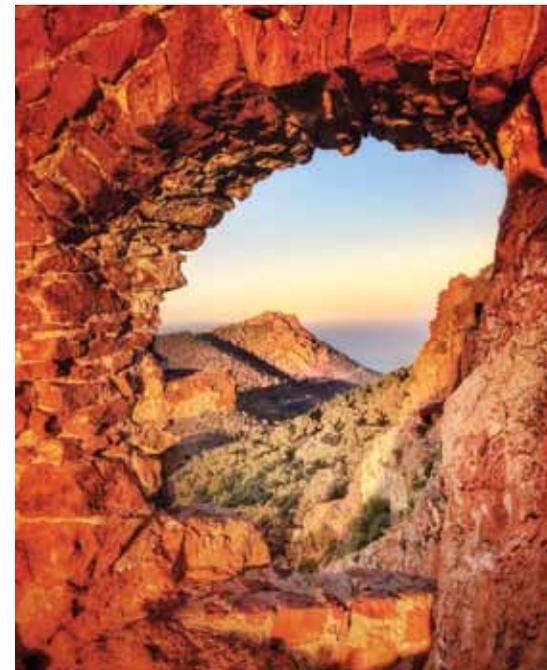
@frejus.tourisme
Port Frejus

vu par vous



@francadrien Ile d'Or

Suivez-nous sur @esterelcotedazur



@ben.lamotte Cap Roux



@jorymcfly Les 3 croix du rocher



@mathieu_perez Corniche d'Or

On le note



JUILLET

Mômes en fête

Les mercredis du 15/07 au 19/08 à Saint-Raphaël

Cinéma en plein air

Les lundis en juillet et août à Saint-Raphaël

Les festives des Voiles latines

22/07 à Port Fréjus

Fête de la Saint-Jacques

24/07 au 28/07 à Puget

Arts au cœur du village

26/07 à Tourrettes

1 an du musée de Funès

31/07 à Saint-Raphaël

Festival de Provence

Du 31/07 au 03/08 à Saint-Raphaël

AOÛT

Fête de la Saint-Pierre

02/08 à Saint-Raphaël

Festival du Mas des Escaravatières

du 3 au 29/08 à Puget sur Argens, Fatoumata Diawara, Tryo, Ayo, L.E.J, Suzane, Deluxe, Flavia Coelho

Fête du raisin

Du 06/08 au 09/08 à Fréjus

Fête de la Saint Donat

Les 08/08 et 09/08 à Callian

Marché potier

15/08 à Seillans

Color Summer Festival

16/08 à Fréjus

Fréjus fête son port

Du 21/08 au 23/08

Marché potier

23/08 à Roquebrune-sur-Argens

Mondial de Pétanque Laurent Barbero

Du 24/08 au 26/08 à Fréjus

Fête des Peintres

30/08 à Roquebrune-sur-Argens

SEPTEMBRE

Fête votive

Les 05/09 et 06/09 à Saint-Aygulf

Festival Quatuor à cordes

Du 10/09 au 13/09 en Pays de Fayence

Omelette géante

Les 12/09 et 13/09 à Fréjus

Festival Résonnances Urbaines

Du 28/09 au 11/10 à Saint-Raphaël

OCTOBRE

Spartan Race

Les 03/10 et 04/10 à Saint-Raphaël

Roc d'Azur

Du 07/10 au 11/10 à Roquebrune-sur-Argens

Festival Cello Fan

Du 09/10 au 11/10 à Callian

Bravade

Du 16/10 au 19/10 à Fréjus

Festival de l'Air

Les 24/10 et 25/10 à Fréjus



**ON SE RENSEIGNE
AUPRÈS DES OFFICES
DE TOURISME**

SAINT-RAPHAËL
Tél. : 04 94 19 52 52
saint-raphael.com

FRÉJUS
Tél. : 04 94 51 83 83
frejus.fr

ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS
Tél. : 04 94 19 89 89
roquebrunesurargens-tourisme.fr

**PUGET SUR ARGENS -
LES ADRETS-DE-L'ESTÉREL**
Tél. : 04 83 09 81 14
pugetsurargens-tourisme.com

PAYS DE FAYENCE
Tél. : 04 94 76 20 08
paysdefayence.com



Réservez votre hébergement
en direct au meilleur prix sur :
esterel-cotedazur.com

SÉJOURS ET HÉBERGEMENTS EN ESTÉREL CÔTE D'AZUR

BAGNOLS-EN-FORET

Camping Les Clos
04 94 40 06 76
camping-les-clos.fr

Au Relais Provençal
04 94 40 60 24
relaisprovençal.octosite.net

CALLIAN

Camping des Prairies
04 94 76 48 36
campingdesprairies.com

Le Domaine de Camiole-Vacancéole
04 94 39 54 01
vacanceole.com

FAYENCE

Camping Lou Cantaire
04 94 76 23 77
camping-lou-cantaire.fr

Le Moulin de la Camandoule
04 94 76 00 84
camandoule.com

Les Oliviers
04 94 76 13 12
lesoliviersfayence.fr

**Résidence Lagrange
Domaine de Fayence**
08 11 13 00 66
domainedefayence.com

Domaine de la Bégude
06 08 06 72 34
domainedelabegude.com

FREJUS

Holiday Green
04 94 19 88 30
holidaygreen.com

Camping le dattier
04 94 40 88 93
camping-le-dattier.com

Camping Site de Gorge Vent
04 94 52 90 37
camping-gorge-vent.com

Camping le bravet
04 94 40 85 92

Résidence Europa
04 94 53 20 38
residenceeuropa.visites360.com

Camping la Barque
04 94 81 31 86
camping-la-barque.com

Camping de Saint-Aygulf plage
04 94 17 62 49
campingdesaintaygulf.fr

Riviera d'Azur
04 11 32 90 00
sandaya.fr

Camping les Jardins de Villepey
04 94 81 25 25
europcampingaygulf.free.fr

Camping la Grande Pièce
06 10 12 00 91

Les Jardins du Mai Tai
04 94 45 48 93
camping-lesjardinsdumaitai.com

Camping les Pins Parasols
04 94 40 88 43
camping-les-pins-parasols.com

Camping Siblu le Montourey
04 94 53 26 41
siblu.fr

Camping le Grand Calme
04 94 81 21 81
camping-legrandcalme.com

Domaine du Colombier
04 94 51 56 01
domaine-du-colombier.com

Camping Ecolodge L'Etoile d'Argens
04 94 81 01 41
etoiledargens.com

Camping la Baume
04 94 19 88 88
labaume-lapalmeraie.com

Camping la Pierre Verte
04 94 40 88 30
campinglapierreverte.com

Camping La Plage d'Argens
04 82 75 10 41
laplagedargens.fr

Camping Caravaning Le Fréjus
04 94 19 94 60
campinglefrejus.com

Camping le Malbousquet
04 94 40 87 30
camping-malbousquet.com

Camping les Acacias
04 94 53 21 22
campingacacias.fr

Camping les Lauriers Roses
06 25 01 01 11
info-lauriersroses.com

Les trois chênes
04 94 53 20 08
les3chenes.com

L'Oasis
04 94 51 50 44
hotel-oasis.net

Hôtel le 126
04 94 51 30 49
le-126.fr

Hôtel Sable & Soleil
04 94 51 08 70
hotel-sableetsoleil.com

Atoll Hotel
04 94 51 53 77
atollhotel.fr

Hôtel Bellevue
04 94 17 12 20

Mercure Thalassa Port Fréjus
04 94 52 55 00
accorhotels.com

Ibis Budget Fréjus Saint-Raphaël
08 92 68 32 54
accorhotels.com

Ibis Budget Capitou
08 92 68 31 75
accorhotels.com

Hotel B&B
08 92 78 80 41
hotel-bb.com

Hôtel Ibis Styles
04 94 52 89 89

Hôtel le Flore
04 94 51 38 35

Hôtel Kyriad Centre
04 94 17 02 50
kyriad-frejus-centre.fr

Hôtel cap Riviera
04 94 81 21 42
hotelcapriviera.com

Hôtel Catalogne
04 94 81 01 44
hotelcatalogne.com

Athena Motel
04 94 81 21 15
athena-motel-saint-aygulf.fr

Hôtel les Palmiers
04 94 51 18 72
hotellespalmiers.fr

Escale au Soleil
04 94 52 71 47
escaleausoleil.com

L'Arena
04 94 17 09 40
hotel-frejus-arena.com

Bastide du Clos des Roses
04 94 53 32 31
clos-des-roses.com

Res. P&V CAP Hermes
04 94 82 69 00
pierreetvacances.com

Odalys Domaine des Eucalyptus
04 94 45 97 66
odalys-vacances.com

**Zenitude Hotel-Rés.
Tour de Mare**
04 94 17 84 50
zenitude-hotel-residences.com

LES ADRETS-DE-L'ESTEREL

Camping Les Philippons
04 94 40 90 67
lesphilippons.com/fr/

Hôtel l'Estirado des Adrets
04 94 40 90 64
hotel-estirado.fr/

MONTAUBOUX

Camping Les chaumettes
04 94 76 43 27

Camp de loisirs du lac
04 94 76 46 26
campingdulac.fr

Camping Les Floralies
04 94 76 44 03
campinglesfloralies.com

Le Relais du lac
04 94 76 43 65
lerelaisdulac.fr

Le champ d'Eysson Aparthôtel
04 94 85 70 00
champdeysson.com

Les bastides des chaumettes
04 94 50 14 80

PUGET-SUR-ARGENS

La Bastiane
04 94 55 55 94
labastiane.com

Camping les Hautes Vernèdes
04 94 81 59 71
camping-hautes-vernèdes.com

Oasis Village - Parc Saint James
04 98 11 85 60
camping-parcsaintjames.com

Camping Campinus
04 94 45 42 51
campinus.fr

Camping des Aubrèdes
04 94 45 51 46
campingaubredes.com

Hôtel la Cigale
04 94 45 50 41
Fb : LaCigalePuget

Goélia Village Azur
04 94 81 20 58
goelia.com

ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

Camping de Vaudois
04 94 81 37 70
campingdevaudois.com

Camping De L'Orme
04 94 82 90 78

Camping À La Ferme Michel
04 94 45 41 59

Le Parpaillon
04 94 19 89 04
campingdeparpaillon.com

Camping Lei Suves
04 94 45 43 95
lei-suves.com

Domaine de la Bergerie
04 98 11 45 45
domainelabergerie.fr

Au Paradis des Campeurs
04 94 96 93 55
campasun.eu

Camping Les Pêcheurs
04 94 45 71 25
camping-les-pecheurs.com

Camping Le Moulin des Iscles
04 94 45 70 74
campingdesiscles.com

Hotel F1
08 91 70 52 52
hotelf1.com

Les Calanques
04 98 11 36 36
hotel-les-calanques.com

Hotel B&B Roquebrune
08 92 70 75 62
hotel-bb.com/fr/home.htm

Hotel La Caravelle
06 08 34 56 31

Le Daya Hôtel
04 94 19 60 36
ledaya.fr

Hotel Le Provençal
04 94 55 32 33
hotel-leprovençal.com

Hôtel la Quiétude
04 94 96 94 34
hotel-laquietude.com

Le Corsaire II
04 94 49 50 02
hotelcorsaire2.fr

Les Parasols d'Argens
06 27 33 37 04
lcv-hotels.com

Pierre Et Vacances Les Calanques
04 94 55 88 00
pierreetvacances.com

SAINT-PAUL-EN-FORET

Camping Le Parc****
04 94 76 15 35
campingleparc.com

Domaine de Trestaure
04 89 71 94 14

SAINT-RAPHAEL

La Vallée du Paradis
04 94 82 16 00
camping-vallee-du-paradis.fr

Camping de l'Eléphant
04 94 95 25 58

Camping International de l'ile d'or
04 94 95 52 13
camping-iledor.com

Frantheor
04 94 82 48 97
frantheor-vacances.com

Azur rivage
04 94 44 83 12
camping-azur-rivage.com

Agay Soleil
04 94 82 00 79
agay-soleil.com

Esterel Caravaning
04 94 82 03 28
esterel-caravaning.fr

La plage du Dramont
04 94 82 07 68
campeole.com

Les Rives de l'Agay
04 94 82 02 74
camping-lesrivesdelagay.com/

Royal camping
04 94 82 00 20
royalcamping.net

Sandaya Douce Quiétude
04 94 44 30 00
sandaya.fr

Europe Gare Terminus
04 94 95 42 91

Brise De Mer
04 94 95 31 69
hotel-brisedemer.com

Romantik Hôtel La Chênearaie
04 94 44 48 84
lacheneraie.com

Hôtel le 21
04 94 19 21 21
le21-hotel.com

Hôtel le Thimothée
04 94 40 49 49
hotel-thimothee.com

Hôtel 22
06 23 63 30 03

Hôtel Santa Lucia
04 94 95 23 00
hotelsantalucia.fr

Auberge Provençale
04 94 82 02 29
aubergeprovençale.net/Page facebook

Le Relais d'Agay
04 94 82 78 20
relaisdagay.com

Les Flots Bleus
04 94 44 80 21
hotel-cote-azur.com

Hôtel de Flore
04 94 95 90 00
hotel-saint-raphael.com

Le Toukan - Bistrot Loudet
04 94 96 60 12

Hôtel De La Plage
04 94 82 00 77
hoteldelaplage.fr

Excelsior
04 94 95 02 42
excelsior-hotel.com

Continental
04 94 83 87 87
hotels-continental.com

Le Prado de Saint-Raph
04 89 25 42 14
hotellepradodestraph.com/

Agay Beach Hotel
04 94 82 01 59
agay-beach-hotel.fr/

Les Roches Rouges
04 89 81 40 60
hotellesrochesrouges.com

L'Esterella
04 94 82 00 58

Beausejour
04 94 95 03 75
hotelbeausejour.fr

Hôtel le corsaire du vieux Port
04 94 95 23 12
restaurant-saint-raphael.fr

Hôtel de l'Estérel Pierre et Vacances
04 94 82 51 00
pierreetvacances.com

Best Western Plus Hôtel La Marina
04 94 95 31 31
hotel-lamarina.fr

San Pedro
04 94 19 90 20
hotelsanpedro.fr

Unique Hôtels & Résidences
04 94 82 03 13
unique-hotelsresidences.com

Hôtel Le Provençal
04 98 11 80 00
hotel-provençal.com

Hôtel du Soleil
04 94 83 10 00
hotel-dusoleil.com

La Villa Mauresque
04 94 83 02 42
villa-mauresque.com

La Villa Mauresque
04 94 83 02 42
villa-mauresque.com

Le Touring
04 94 55 01 50
letouring.fr

Najeti Golf Hôtel de Valescure
04 94 52 85 00
valescure.najeti.fr

Hôtel Van Der Valk Saint-Aygulf
04 94 52 74 84
hotelstaygulf.com

Les Amandiers
04 94 19 85 30
les-amandiers.com

Nouvel Hôtel
04 94 95 23 30
nouvelhotel.net

Garrigae Domaine de l'Estérel
04 94 52 68 00
domaine-de-lesterel.fr

Penthouse Flottant
06 42 61 10 15
riviera-homelife.com

Pierre et Vacances la Corniche d'or
04 94 44 38 00
maeva.com

Hôtel Résidence Saint-Raphaël Riviera
04 94 82 18 00
soleilvacances.com

Pierre & Vacances Promenade des Bains
04 94 95 74 36
pierre-vacances.com

Soleil Vacances Résidence Les Chênes Verts
04 94 82 18 00
soleilvacances.com

Unique Hôtel & Résidences
04 94 82 03 13
unique-hotelsresidences.com

Goélia - Les Jardins d'Azur
04 94 83 52 89
goelia.com

Le Méditerranée
04 94 82 10 99
vacancesbleues.fr

SEILLANS

Camping le Rouquier
06 88 18 00 05

Hôtel des 2 Rocs
04 94 76 87 32
hoteldeuxrocs.com

TANNERON

Camping à la Ferme: Les Mimosas
04 93 42 36 11
campinglesmimosas.fr

TOURRETTES

SAS Camping Le Grillon
04 94 76 09 36
campinglegrillon.com

Auberge des Pins
04 94 76 06 36
aubergedespins.com

Hôtel Restaurant Le Soleil
04 94 76 02 96

Terre Blanche Hôtel Spa Golf Resort
04 94 39 90 00
terre-blanche.com

Les Bastides de Fayence
04 94 84 54 16
bastides-fayence.com



**EXPÉRIENCE
CÔTE D'AZUR**



Vos loisirs intensément sud !

RÉSERVEZ VOS ACTIVITÉS

www.experiencecotedazur.com

PLUS DE 400 ACTIVITÉS SUR LA CÔTE D'AZUR !

Kayak, paddle, plongée, jet-ski, VTT, escape game, ULM...



estérel
COTE D'AZUR
INTENSEMENT *Sud*