



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

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



Adoptez ACCUEIL VÉLO® pour voyager l'esprit léger !

Choose ACCUEIL VÉLO® for stress-free travel with your bike !



OÙ SE LOGER ? Accommodations

AUPS - 83630
CAMPING L'EMERAUDE DU VERDON
1124 Route de Moissac
+33 (0)4 94 70 12 86
www.camping-stlazare-var.fr

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

LA BASTIDE DU CAPELIER
Chambres d'hôtes
130 Chemin le Capelier
+33 (0)6 82 06 21 95
www.bastideducapelier.com

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

LA PARENTHÈSE DU VAR
Chambres d'hôtes
491 Chemin des Hauts Saints
+33 (0)7 85 39 26 48
+33 (0)4 98 14 70 89
www.laparenthesedubar.com

TOURTOUR - 83139
LE MAS DES COLLINES
Hotel restaurant
Quartier Camp Fournier
Chemin des Collines
+33 (0) 6 16 30 28 71
www.lemasdescollines.fr

OÙ SE RESTAURER ? Restaurant

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



Pour aller plus loin To go further

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

Vélo Loisir Provence - Itinéraires et services vélo en Luberon et Verdon
www.veloloisirprovence.com

Lacs et Gorges du Verdon Tourisme
www.lacs-gorges-verdon.fr

Destination Dracénie Provence Verdon
www.tourisme.dracenie.com

Le Var à vélo / The Var by bike
Découvrez les boucles cyclotouristiques du Var à vélo
www.visitvar.fr/velo

À VISITER Cultural sites

SALERNES - 83690
MUSÉE TERRA ROSSA
Quartier des Launes
+33 (0)4 98 10 43 90
www.terrarossasalernes.fr

AUTRES SITES À VISITER OÙ DÉGUSTER Visit and tasting sites

AUPS - 83630
MAISON DE LA TRUFFE
Place Martin Bidoure

MOULIN GERVASONI
91 montée des moulins

CHÂTEAU DE TAURENNE
Route de Tourtour

SALERNES - 83690
SITE DE SAINT BARTHÉLÉMY

PISCINE NATURELLE DE LA MUIE

SILLANS-LA-CASCADE
CASCADE DE SILLANS
belvédère et plaquette

TOURTOUR
MOULIN À HUILE COMMUNAL
rue du Moulin

VILLECROZE
CASCADE ET GROTTES

ACCÈS, TRANSPORTS / Access, transports

A VÉLO / BY BIKE :
Accès depuis / access from
EuroVelo 8 – La Méditerranée à vélo
www.lamerditeraneeavelo.com
La Vigne à vélo (depuis la gare dTGV Les Arcs-Draguignan)

EN TRAIN / BY TRAINS :
Gare SNCF / Train station Les Arcs - Draguignan
www.sncf-connect.com

EN BUS / BY BUS :
zou.maregionsud.fr

EN VOITURE / BY CAR :

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



Renseignements Informations

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

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

Recommandations Recommendations

- Itinéraire sur voies partagées, respectez le code de la route / Itinerary on shared roads, obey the road rules
- Pensez à tout le matériel indispensable à une bonne randonnée : casques, kit réparation, pompe, antivol, cartes, eau en quantité suffisante, etc. / Have everything you need for a trouble-free trip : helmets, repair kit, pump, security lock, maps, water in sufficient quantities, etc.
- Ramenez vos déchets / Bring back your rubbish
- Interdit de faire du feu en espace naturel / Lighting of fire is strictly forbidden
- Camping sauvage et bivouac interdit sur les berges des lacs et gorges / Wild camping and bivouacking prohibited on the banks of lakes and gorges
- Ne pas cueillir de lavandin dans les champs cultivés / Do not pick lavender in cultivated fields

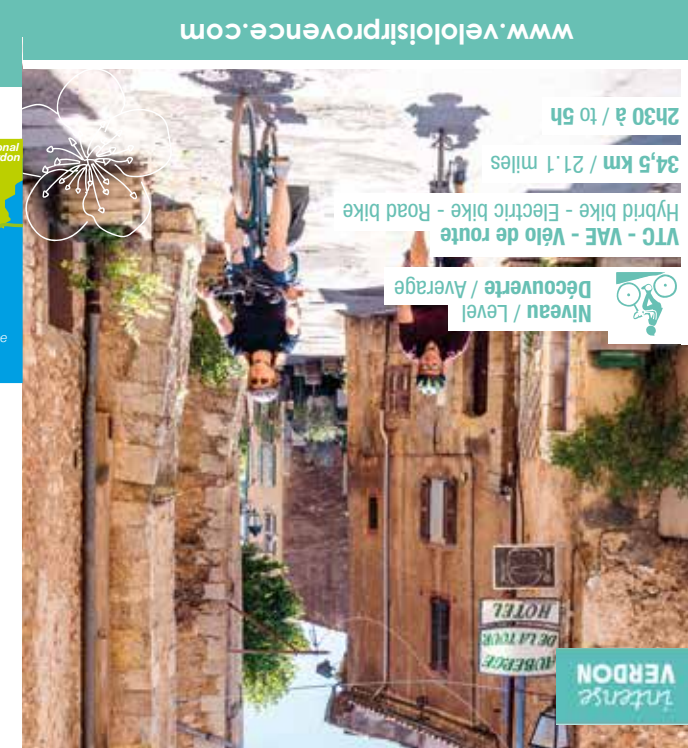
Période recommandée : Hors saison estivale, de mars à juin et de septembre à mi-novembre. L'été, les fortes chaleurs et la fréquentation routière importante rendent la pratique du vélo dangereuse. Adaptez vos horaires pour partir à la fraîche !
Recommended period: Outside summer period, from March to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

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

**NUMÉROS UTILES
USEFUL NUMBERS**

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

RISQUE INCENDIE
Pour connaître le niveau de risque d'incendie / Fire risk :
www.risque-prevention-incendie.fr



Terres, Truffes et Cascades



VÉLO LOISIR PROVENCE
Association loi 1901
Domaine de Valx
04 360 Moustiers-Sainte-Marie
Siège social : Café de la gare
835 avenue de la Gares
84440 Robion
Tel : +33 (0) 4 90 76 48 05
info@veloloisirprovence.com
www.veloloisirprovence.com
f veloloisirprovence

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

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

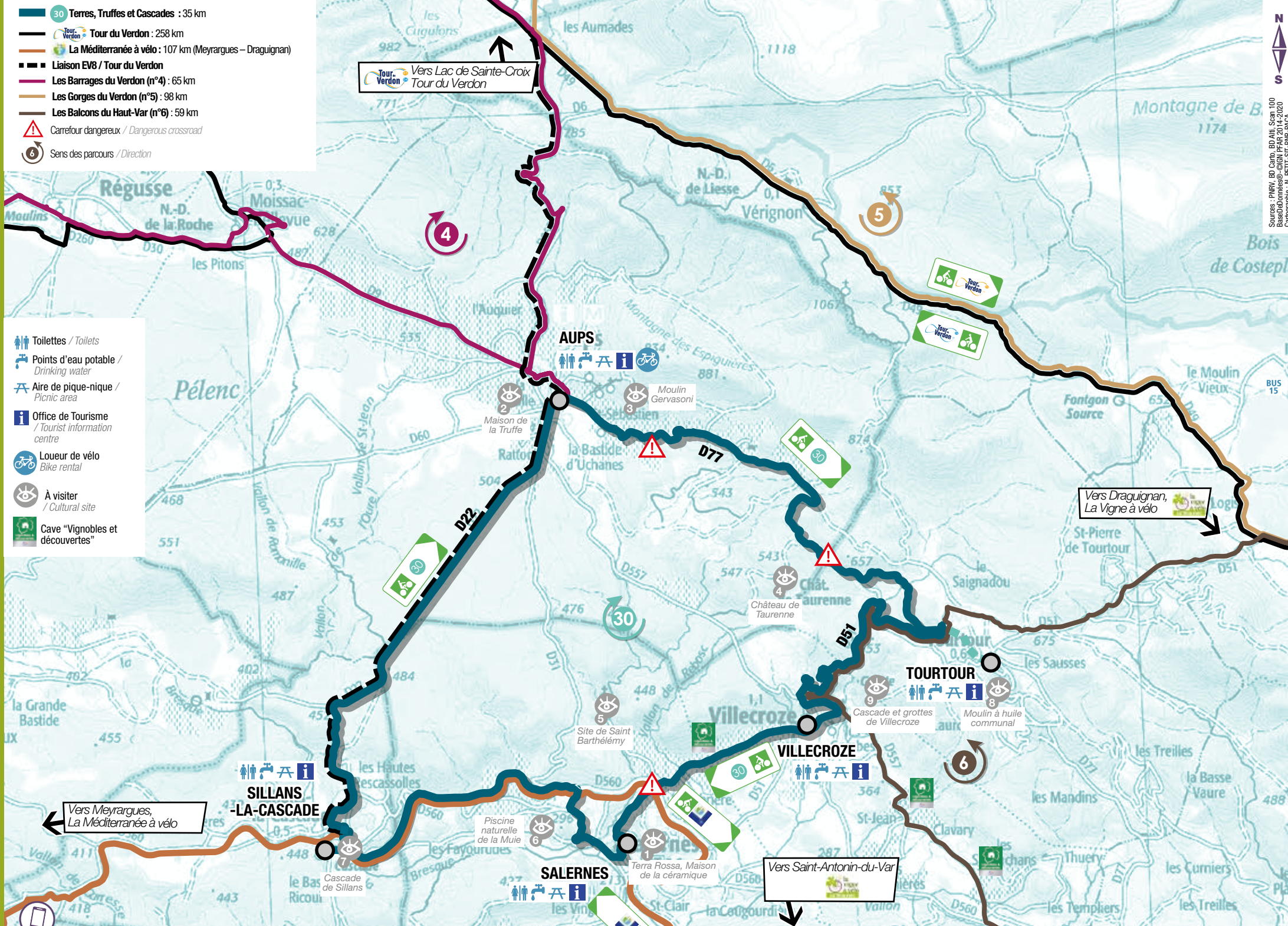


Toutes les photos appartiennent à l'association Vélo Loisir Provence soit en propriété, soit par convention. Reproduction interdite sans accord préalable.
Les données publiées sont non contractuelles.
© Crédits photos : J ABELLA, B.Lucas-VLP, O. Octobre-LMAV, Vauban-DPVA
Droits réservés / Vélo Loisir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

Création : La Vache Noire Sud - 5^{ème} édition - Mars 2026 - Impression : L'imprim'Apt - 4 000 exemplaires.

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

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



Suggestions de parcours / Ideas of bike routes



Tour du Verdon à vélo

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



La Vigne à vélo

Vigne à Vélo cycling route

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



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

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

La Méditerranée à vélo : Echappées en terres du Sud !

The Mediterranean route: Away from it all in the South!

Ce circuit est la partie française de l'EuroVelo 8, un des grands itinéraires européens du réseau EuroVelo qui à terme reliera 10 pays européens de l'Espagne à Chypre sur 7 350 km. « Terres truffes et cascades » emprunte cet itinéraire entre Salernes et Sillans-la-cascade... pourquoi ne pas prolonger le parcours et se laisser embarquer dans l'aventure ?

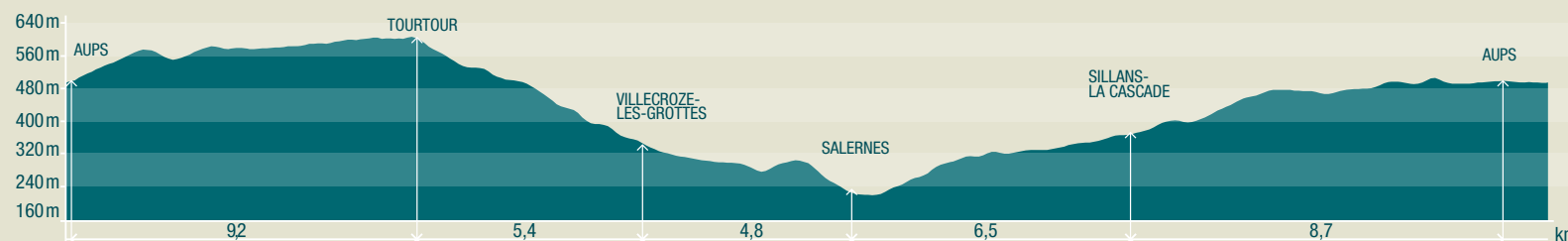


This route is the French part of EuroVelo 8, one of the major European routes of the EuroVelo network, linking 10 European countries from Spain to Chyprus over a distance of 7,350 km. "Terres truffes et cascades" invites you to follow a section of it, between Salernes and Sillans-la-cascade... why not continue your route and see where the wind takes you?

Plus d'informations sur / More information on : www.lamediterraneeavelo.com

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

Terres, truffes et cascades



Agences de voyages / Travel agencies

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



ACCOMPAGNATEURS / Guides

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

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

