



OFFICE DE TOURISME INTERCOMMUNAL « VILLAGES & VALLEES D'AZUR »
 BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE
 1 Place Victoria
 06620 Gourdon

☎ 04 89 87 73 31 / 30
 🌐 tourisme.gourdon06@agglo-casa.fr
 📄 villagesvalleesdazur-tourisme.fr > gourdon06.fr / caussols.fr

🇫🇷 villagesvalleesdazur.tourisme

CÔTE D'AZUR
 🇫🇷 **PARC** naturel régional de Provence
 🇫🇷 **NATURA 2000**
 🇫🇷 **06** DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES

Ne pas jeter sur la voie publique © CASA 2025 - DR - Certifié PEF, FSC, Impim'vert

1 Plateau de Calern
 Départ du village de Cipières - Boucle ●●●○
 ↗ +530/-530m ⌚ 5h00 📏 12,5km

C'est sur le plateau de Calern que les premiers Cipièriais avaient élu domicile dès l'âge de pierre. Le nom de « Cippus » est mentionné dans un cartulaire dès le 12^e siècle.

📍 Itinéraire

De la place du village (b.26), remonter vers le Sud sur les **GR51** et **GR4**, par le chemin qui s'élève au-dessus du village et du château du 18e siècle. Rejoindre le Chemin de St Roch qui devient le chemin d'Andon. Plus loin les sentiers se séparent à hauteur d'une ancienne bergerie (b.160). Suivre alors le **GR4 (b.181)**. Après le vallon des Pesses, le chemin pierreux remonte les contreforts du plateau. Peu après Calernet, une nouvelle piste et un petit refuge annoncent l'aven des Baudillouns (b.188). Bref crochet possible jusqu'à l'Observatoire de Calern (b.49) pour apercevoir la plaine de Caussols en passant devant une belle bergerie située sur la droite. Au retour redescendre à gauche vers les combes de Poumeirès en direction du Gros Pouch avec en arrière-plan la montagne du Cheiron. La piste passant tout près d'une bergerie en ruine prend fin sur une aire gazonnée (doline) et le sentier se dirige alors plein Nord. En vue des bergeries du Teil, plonger sur la combe d'Anelle et sa piste peu après les lignes à haute tension (b.182). Quitter la piste au premier grand lacet pour emprunter l'ancien chemin, de superbes planches et une étonnante tour ronde agrémentent ce raccourci. Rejoindre alors la **b.181** et le village de Cipières bien visible (b.160 et b.26).

🏠 Thèmes d'intérêt

La montée vers le Calernet offre une alternance de paysages boisés et de zones plus ouvertes, avec une vue sur la montagne du Cheiron, qui contrastent avec l'aspect lunaire du plateau de Calern. Redescente par la combe d'Anelle et les fermes du Poumeirès par un sentier forestier ombragé. **L'activité pastorale très présente sur ce secteur demande un strict respect de la tranquillité des troupeaux.**



2 Randonnée des 2 GR
 Départ du village de Cipières - Boucle ●●●●●
 ↗ +/- 670m ⌚ 7h00 📏 17,5km

Cipières, village d'environ 400 habitants, localisé à 740m d'altitude peut se targuer de compter deux GR sur son territoire, le GR4 et le GR51, qui offrent une variété de randonnées.

📍 Itinéraire

Même départ et début de la randonnée du Plateau de Calern (n°1) jusqu'à la (b.188). Puis continuer vers les dômes de l'Observatoire de Calern (b.189), en suivant la direction « Plateau de Cavillore » (b.49a - 48). Longer les crêtes offrant une vue imprenable sur le littoral. Continuer sur le chemin jusqu'au niveau du château d'eau situé sur un promontoire et suivre le panneau « Itinéraire pédestre » sur la droite. Le chemin est peu marqué, il faut donc être vigilant. Vue au sud sur le sommet du Haut Montet (radar de l'aviation civile) et en contrebas sur la plaine de Caussols. Suivre la direction « Plateau de Cavillore » (b.47) pour entamer la descente (b.46). Marquage PR jaune sur un arbre. À la b.163, continuer en direction du « Plan de Cipières » sur le **GR51**. Dépasser le panneau indiquant « le Jas des Rochers ». À l'intersection prendre la piste de gauche, direction « Cipières » sur le **GR51 (b.162)**. Sur un arbre, un panneau indique la direction « Cipières » (**GR51 - b.161**). À 100m environ se trouve la borie des Graus de Pons. Entamer la descente sur un chemin en pas d'âne pour traverser les vallons d'Estruge et des Pesses et retourner au village (b.160 - 26).

🏠 Thèmes d'intérêt

Ce parcours passe du plateau de Calern à celui de Cavillore, entre aspect lunaire et plan boisé au-dessus du village de Cipières, par une étroite crête surplombant tout le littoral maralpin. Découverte de constructions en pierre sèche, typique de Cipières, remémorant son passé agricole avec la borie des Graus de Pons et aussi militaire avec le Jas des rochers. **L'activité pastorale très présente sur ce secteur demande un strict respect de la tranquillité des troupeaux.**

3 Gourdon-Cipières par le GR51
 Départ de Gourdon - Aller simple ●●●○
 ↗ +520/- 520m ⌚ 4h00 📏 10,7km

Belle traversée depuis Gourdon par le col de Cavillore avec une vue imprenable sur les Gorges Loup, au loin les Alpes du Sud, au premier plan la montagne du Gros Pouch et celle du Cheiron. Prévoir le retour avec un second véhicule.

📍 Itinéraire

Du parking d'entrée, remonter quelques mètres sur la route de Caussols ; bifurquer à droite sur le **GR51 (b.7)** pour atteindre un calvaire (b.8) et gravir la petite route du Colombier qui s'élève dans un quartier résidentiel. Un beau chemin (b.9) conduit ensuite à Colle Basse avant de traverser vers l'est au-dessus d'une vaste exploitation agricole (trafficulture). Une série de lacets empilés culmine au col Est de Cavillore (1030m - b.10) qui marque la fin de la montée. Suivre à gauche le **GR51** sur une petite sente horizontale qui passe aux abords de deux avens, puis continue à travers les lapiaz et les dolines jusqu'à rejoindre (b.11) le vieux chemin de Gourdon à Cipières. Poursuivre sur le **GR51** en longeant le plateau de Cavillore, descendre (b.163) vers le lieu-dit « Plan de Cipières ». Le sentier devient alors une piste qui passe devant le « Jas des rochers », ancien poste de frontière entre Gourdon et Cipières. Tourner à gauche pour rejoindre les Graus de Pons (b.162), puis traverser le vallon des Pourcelles (b.161) À 100m environ se trouve la borie des Graus de Pons. Traverser ensuite le vallon des Pesses. Le **GR4** rejoint le **GR51 (b.160)** et regagne le centre du village de Cipières (b.26).

🏠 Thèmes d'intérêt

Cet itinéraire, il n'y a pas si longtemps, était encore emprunté par les habitants de la vallée du Loup pour rejoindre Grasse et vendre leur production agricole. Quelques traces de voie romaine demeurent. Le Jas des rocher, au Plan de Cipières abritait une garnison qui gardait la frontière du temps où Cipières était un marquisat au 16^e siècle. **L'activité pastorale très présente sur ce secteur demande un strict respect de la tranquillité des troupeaux.**



4 Circuit aux Parets
 Départ de mairie de Caussols - Boucle ●●●○
 ↗ +/- 480m ⌚ 5h00 📏 12,9km

Montée par le GR4 depuis le village, parcours sur la crête en bordure du plateau de Calern et traversée des étendues karstiques de la plaine de Caussols.

📍 Itinéraire

Se garer sur le parking de la mairie de Caussols. Longer la D12, direction Gourdon, tourner à gauche sur le chemin de Notre Dame (b.30). Commencer l'ascension sur le **GR4** vers le plateau de Calern et suivre la direction de l'Observatoire (b.50). Traverser le site et prendre la direction Colle de Rougiès (b.48). Sur le chemin, au niveau du château d'eau situé sur un promontoire à gauche, suivre le panneau Itinéraire pédestre - attention marquage diffus. Entamer la descente vers Caussols en suivant la direction Plan de Gast (b.47) jusqu'à la b.44 – attention pierriers. À la **D12 (b.44)** prendre direction Voie Romaine jusqu'au chemin des Claps, (b.43) et continuer direction Le Haut Montet (b.40). À la b.41 bifurquer à droite vers Caussols jusqu'à la b.52 située sur le chemin des Claps et suivre le marquage jaune PR, jusqu'à contourner par la gauche un aven. Prendre à droite en suivant les cairns jusqu'à croiser un poteau indiquant Itinéraire pédestre - marquage jaune diffus. Rejoindre un chemin plus large et après une barrière en bois, couper à travers champs en parallèle de la D12 afin de rejoindre la **b.51** et le parking du départ.

🏠 Thèmes d'intérêt

Cette boucle permet de découvrir toutes les facettes du territoire de Caussols : de vastes étendues du plateau qui portent les traces d'une activité pastorale toujours présente aux crêtes du plateau de Calern et les coupoules de son observatoire. Une grande variété de paysages colorés, entre le vert des étendues des pâturages à l'aridité des plateaux karstiques. **L'activité pastorale très présente sur ce secteur demande un strict respect de la tranquillité des troupeaux.**

5 Grand tour du Plateau de Cavillore
 Départ de la D12 au-dessus de Gourdon - Boucle ●●●○
 ↗ +540/- 540m ⌚ 5h30 📏 12,6km

Cette randonnée en boucle, permet de faire le tour complet du Plateau de Cavillore, en passant à proximité de sites de parapentes avec une vue imprenable sur le village de Gourdon et le littoral azuréen.

📍 Itinéraire

Se garer sur le parking situé sur la route de Caussols (D12) juste au-dessus de Gourdon. Depuis la **b.12**, monter direction Plateau de Cavillore jusqu'au croisement avec le **GR51 (b.11)** et suivre la direction Cipières. Prendre à gauche vers La Faye (b.163) en profitant des vues dégagées. Suivre la direction Plan Gast Caussols (b.46) en continuant à descendre. Longer la route D12 (b.45) vers Caussols et prendre sur la gauche la voie romaine (b.44), suivre direction le Haut Montet (b.43), traverser le parking (b.40) et continuer tout droit sur une piste (b.39), en direction de Gourdon près du site de décollage de parapentes (b.38). À la b.37, prendre le sentier à gauche qui longe le vallon de la Charbonnière (b.107) – Attention marquage jaune diffus. Rejoindre la piste sur la gauche en laissant un tunnel d'agriculteur à droite et passer la zone d'atterrissage de parapentes (b.14). Remonter à gauche (b.13) et suivre le sentier qui mène à la chapelle St Vincent, la dépasser par la droite pour continuer sur une piste afin de rejoindre la D12 et le parking, (b.12).

🏠 Thèmes d'intérêt

Alternance de paysages, entre montagnes et zones rurales, des plateaux karstiques aux étendues pastorales. Traces anciennes de peuplement avec l'ancien village gallo-romain de La Troubade et la chapelle romane Saint-Vincent du 12^e siècle. **L'activité pastorale très présente sur ce secteur demande un strict respect de la tranquillité des troupeaux.**



6 Plateau de Cavillore
 Départ de Gourdon - Boucle ●●●○
 ↗ +300/- 300m ⌚ 3h00 📏 5,7km

Itinéraire à faire en famille avec un visuel sur le littoral et le village de Gourdon en contrebas puis une vue spectaculaire sur la vallée du Loup et au loin les Alpes du sud.

📍 Itinéraire

Même départ et début de la randonnée Traversée de Gourdon à Cipières par le **GR51 (n°3)** jusqu'à la **b.11**. Puis, prendre à gauche jusqu'au col Ouest de Cavillore et poursuivre par un large chemin qui descend en quatre grands lacets jusqu'à la D12 (b.12) ; traverser celui-ci et continuer en contrebas par le sentier qui passe devant la chapelle St-Vincent et mène à une petite route horizontale (b.13). La suivre sur la gauche pour retrouver facilement la D12 (b.8), juste au-dessus de Gourdon et regagner le parking par le petit chemin emprunté à l'aller.

🏠 Thèmes d'intérêt

De nombreux vestiges tels que des cabanes en pierres sèches réalisées par d'habiles maçons, témoignent de l'importante activité agricole passée.

7 Plateau de Caussols
 Départ de la mairie de Caussols - Boucle ●●●○
 ↗ +420/- 420m ⌚ 4h30 📏 14km

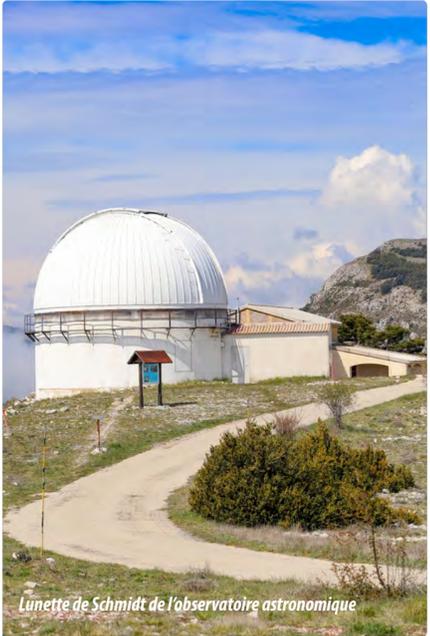
Cette randonnée permet de traverser le plateau karstique de Caussols, composé de roches calcaires sculptées par l'érosion et creusées de nombreux avens, de gouffres et de grottes. Paradis des spéléologues, cette activité nécessite un encadrement par des professionnels.

📍 Itinéraire

Au départ du parking de la mairie de Caussols (b.30), prendre le **GR4** qui longe la D12 vers l'ouest, (b.31) tourner à gauche sur la piste qui se transforme rapidement en sentier pour sillonner à travers les pins sylvestres et les buis et rejoindre le chemin de la Bouissière (b.32). Le parcours s'élève progressivement par le **GR4** pour atteindre le col du Clapier (1258m - b.33). Au col (b.35), quitter le **GR4** et poursuivre l'ascension sur les hauteurs vers l'Est en direction du Haut Montet (radar de l'aviation civile). Au point culminant du circuit (b.36), le sommet du Haut Montet (1335 m) offre par temps clair une vue panoramique sur les rivages azuréen. Descendre par le chemin carrossable pour rejoindre les b.42 - 41. Fin de parcours identique à la randonnée Circuit aux Parets (n°4).

🏠 Thèmes d'intérêt

Les vues dégagées vers le sommet de Calern (1 458 mètres) où se trouve l'Observatoire astronomique de la Côte d'Azur, au sud le sommet du Haut Montet facilement identifiable par le radar blanc de l'aviation civile qui le coiffe et le littoral maralpin. **L'activité pastorale très présente sur ce secteur demande un strict respect de la tranquillité des troupeaux.**



8 Observatoire de Calern
 Départ de la D12 au-dessus de Gourdon - Aller-retour ●●●○
 ↗ +595/- 595m ⌚ 5h30 📏 15,5km

Cet aller-retour par le GR51 permet de rejoindre le plateau de Calern par le col de Cavillore et la Colle de Rougiès, offrant une superbe vue sur le village de Gourdon et en fond plus de 80km du littoral azuréen.

📍 Itinéraire

Même départ et début de la randonnée du Grand tour du Plateau de Cavillore (n°5). Puis passer une première dépression (b.46) et continuer à travers les bosquets pour récupérer le bord de la crête et sortir au sommet (1 335m). Redescendre légèrement vers la seconde dépression (b.47) et continuer toujours dans la même direction (ouest) en longeant le bord du plateau et en gardant en point de repère les bâtiments de l'Observatoire de Calern. Le point d'arrivée de la randonnée se situe au niveau du parking d'entrée (b.48). Retour par le même itinéraire.

🏠 Thèmes d'intérêt

Découverte du « Centre d'Etude et de Recherches en Géodynamique et Astronomie » (CERGA), site d'observation du plateau de Calern qui fut choisi pour l'implantation d'un observatoire astronomique. En période estivale des dates de visites guidées sont proposées pour découvrir ce site exceptionnel, son histoire scientifique et les programmes de recherche en cours. **L'activité pastorale très présente sur ce secteur demande un strict respect de la tranquillité des troupeaux.**

9 Haut Montet
 Départ au chemin des Claps sur la route D12 - Aller-retour ●●●○
 ↗ +220m/-220m ⌚ 2h00 📏 5km

Randonnée à faire en famille sur le plateau de Caussols, surplombé au sud par la Colle du Maçon (1 417m) et le Haut Montet (1 335m) dont le sommet va constituer l'objectif idéal pour une découverte exhaustive du plateau.

📍 Itinéraire

Du parking contourner le portail par la gauche (b.40) pour rejoindre la piste bétonnée qui permet l'accès au radar. Continuer vers le sud en direction du Haut Montet en passant à proximité des b.41-42-36 avant d'atteindre le point culminant (1 335m). Retour par l'itinéraire emprunté à l'aller.

🏠 Thèmes d'intérêt

Bien visible depuis le littoral, le radar de l'aviation civile (boule blanche) se situe au sommet du Haut Montet lequel offre un panorama à 360°, des sommets du Mercantour au littoral, entre Nice et l'Estérel. **L'activité pastorale très présente sur ce secteur demande un strict respect de la tranquillité des troupeaux.**



10 Circuit du Haut Montet
 Départ au chemin des Claps sur la route D12 - Aller-retour ●●●○
 ↗ +280m/-280m ⌚ 2h30 📏 6km

Cette variante vers le sommet du Haut Montet, permet de faire une boucle en longeant le bord du plateau et de découvrir le site de décollage des parapentes, Gourdon étant un spot réputé mondialement pour la pratique de ce sport.

📍 Itinéraire

Du parking contourner le portail par la gauche (b.40) pour rejoindre la piste bétonnée qui permet l'accès au radar. Continuer vers le sud en direction du Haut Montet en passant à proximité des b. 41-42-36 avant d'atteindre le point culminant (1 335m), radar de l'aviation civile. Redescendre en suivant le bord du plateau, direction nord-est pour rejoindre les b.37-39-40, point de départ de la randonnée.

🏠 Thèmes d'intérêt

Tout au long du parcours, le paysage, contrasté entre plaines karstiques et prairies cultivées, est sillonné par un réseau de ruisseaux qui se déverse dans l'Embut de Caussols. Il reste une zone où les paysages calcaires prédominent donnant aux vols des parapentistes une dimension unique et magique. **L'activité pastorale très présente sur ce secteur demande un strict respect de la tranquillité des troupeaux.**

11 Circuit du Canal du Loup
 Départ du bois de Gourdon, route D3 - Boucle ●●●○
 ↗ +420m/-420m ⌚ 4h00 📏 10km

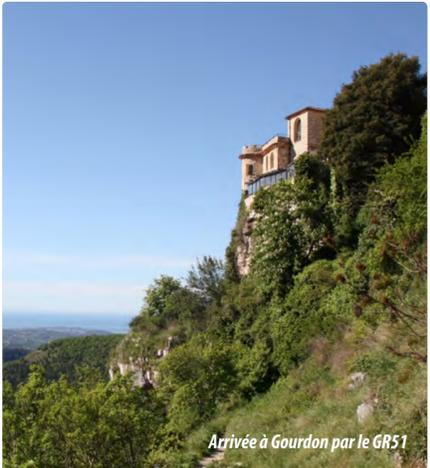
Cette boucle sur le territoire de Gourdon, permet de découvrir plusieurs aspects de la commune, des bois de chênes, au village perché touristique, en passant par le GR51 qui suit un tronçon du canal du Loup.

📍 Itinéraire

Du parking au bord de la D3 (b.17), passer la barrière et suivre la piste sur quelques mètres (b.16); tourner à gauche pour prendre le sentier qui coupe les lacets de la piste forestière pour rejoindre la **b.15**. Continuer sur la piste pour arriver à la source du Maouq (citerne b.14) et poursuivre par la petite route pour rejoindre via les b.13- 8, la route D12. Traverser prudemment pour prendre juste en face le sentier qui permet de passer au-dessus du virage et gagner par la route le village (b.7). Monter vers le village (b.6) pour descendre le chemin du Paradis par le **GR51** au tracé sinueux. Atteindre plus bas le canal du Foulon (b.5) ; virer à gauche pour passer la canalisation et continuer à descendre pour trouver le canal du Loup (b.4). Bifurquer à droite pour quitter le chemin du Paradis et suivre le **GR51** en direction de Bar-sur-Loup et la Sarre en cheminant sur l'assise en balcon du canal qui offre des vues plongeantes sur la vallée (b.18 - 18a). Traverser le chemin de Bouscarle et continuer sur le **GR51** pour remonter vers l'aqueduc du Foulon ; le traverser une nouvelle fois (b.22) et rejoindre une piste (b.23). Tourner à droite puis plus loin à gauche sur le sentier, pour gagner le Bois de Gourdon via la piste de Garagai, traverser la route pour trouver en face le parking de départ (b.17).

🏠 Thèmes d'intérêt

Découverte d'une partie du tracé du canal du Loup dont les travaux débutèrent en 1908 pour s'achever 3 ans plus tard. Il est alimenté par les sources de Gréolières et de Bramafan. Son parcours au milieu de falaises a demandé la construction de nombreux ouvrages en encoirbellement offrant des vues panoramiques sur toute la vallée du Loup et le village du Bar-sur-Loup.



12 Circuit du Paradis
 Départ du Bar-sur-Loup - Boucle ●●●○
 ↗ +520m/-520m ⌚ 4h00 📏 8,5km

Le fameux circuit du Paradis, itinéraire aérien au départ du village médiéval du Bar-sur-Loup, suit un ancien sentier muletier au fort dénivelé pour rejoindre le village de Gourdon, labellisé « Plus Beaux Village de France ».

📍 Itinéraire

Du parking du cimetière (côté Est du village - b.20), suivre à plat la petite route de Bessurane jusqu'à la chapelle Saint-Claude, le chemin homonyme s'élève brutalement sur la gauche (Ouest - b.19) avant de s'assagir un peu plus haut en traversant un bois de feuillus jusqu'au canal du Loup (b.18), conduite enterrée qui alimente le village du Bar-sur-Loup. Marche agréable à flanc de montagne sur le **GR51** pour franchir avec prudence la petite passerelle du vallon de Gourdon et continuer toujours à plat jusqu'à rencontrer le chemin du Paradis (b.4) ; remonter celui-ci sur la gauche jusqu'à l'aqueduc du Foulon (b.5), conduite apparente menant l'eau à Grasse et gagner Gourdon par de nombreux lacets (b.6). Après un petit tour dans le village, redescendre par le même itinéraire jusqu'au canal du Loup (b.4) et enchaîner la descente toujours par le chemin du Paradis qui rejoint la route de l'ancien chemin de fer (b.3). Revenir vers Le Bar-sur-Loup en suivant celle-ci sur la droite (1 km) et achever le parcours par le chemin des Fontaines, (b.26) raccourci menant au parking du cimetière (b.20).

🏠 Thèmes d'intérêt

Le chemin du Paradis, exceptionnel ouvrage pavé desservant jadis Gourdon depuis la vallée du Loup et surplombait l'ancienne ligne des Chemins de Fer de Provence. Long de 211km, le tracé du train reliait Nice à Meyrargues, de la fin du 19^e siècle à 1944 ; certains viaducs sont encore visibles sur la fin du parcours pour retourner au Bar-sur-Loup.

Légende

Critères niveau randonnées	Dénivelés +/-	Durée +/-
Facile	jusqu'à 300m	1h45 à 3h
Moyen	390-600m	3h à 5h30
Sportif	530-670m	5h
Difficile	+800m	7h

- Sentier de Grande Randonnée
- Emplacement de balise
- P Office de tourisme
- P Parking
- ⚡ Chargeur véhicule électrique
- 🚐 Stationnement de camping-car
- 🚌 Arrêt de bus
- 🏡 Les Plus beaux Villages de France
- D Départ
- Route départementale
- Cours d'eau
- PR Petite Randonnée
- 29 Numéro de balise
- 🪂 Décollage parapente
- 🏕️ Camping
- 👁️ Curiosité
- 🏪 Édifice religieux
- 🗿 Calvaire / Oratoire
- 🌄 Panorama
- 🐑 Pastoralisme

Le Loup est un fleuve côtier de 48km de long, qui prend sa source dans le massif de l'Audoubert à 1200m et se jette dans la Méditerranée. Il devient plus tumultueux au sud de Gréolières dans les Gorges, pour retrouver un caractère plus calme sur la fin de son parcours.

Consignes de sécurité

Cartographie :
La carte TOP 25 N°3642 ET Vallée de l'Estéron, Vallée du Loup couvre le territoire de Gréolières et ses environs, la N°3643 ET Cannes Grasse le secteur du plateau de Calern et Courmes et la N°3543 ET Haute-Siagne. Ces cartes constituent l'outil le plus performant pour évoluer dans le milieu naturel (échelle 1:25 000).
Retrouvez toute l'offre de randonnées du Département sur <https://randoxygene.departement06.fr/>

Signalétique :
La majorité des itinéraires décrits sont inscrits au Plan Départemental des Itinéraires de Promenade et de Randonnée (PDIPIR). Ils font l'objet d'interventions du Département et sont jalonnés d'une signalétique directionnelle départementale homogène (poteaux en bois).
Sentier de Grande randonnée : GR marquée rouge et blanc
Sentier de Petites randonnées : PDIPR marquée jaune

- | | | | |
|--------------------|------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|
| Suite du sentier | — | — | — |
| à gauche | └ | └ | └ |
| Tourner | └ | └ | └ |
| Mauvaise direction | ✗ | ✗ | ✗ |

Météo :
Avant toute sortie en montagne, s'informer sur les prévisions météorologiques en appelant le répondeur de Météo France au 0 890 71 14 15, et Météo montagne : 08 99 71 02 06.

Pastoralisme :
Les pâturages ne sont pas clôturés dans les Alpes. Ne dérangez pas les troupeaux, contournez-les sans les effrayer. Depuis le retour du loup, des troupeaux d'ovins sont gardés par des chiens de bergers dressés pour les défendre. Si le berger n'est pas présent sur les lieux, la plus grande prudence s'impose.

Chasse :
La chasse concerne essentiellement la saison automnale. Respectez les règles de bon sens : revêtir des tenues voyantes, ne pas s'écarter des sentiers balisés, se manifester de façon sonore au moindre doute. Des panneaux provisoires apposés lors des battues préviennent les randonneurs d'un danger particulier sur les itinéraires pédestres.

Sites protégés :
Vous randonnez au sein du Parc naturel des Préalpes d'Azur dans des milieux fragiles abritant de nombreuses espèces protégées et endémiques à respecter : www.parc-prealpesdazur.fr
Et sur le site Natura 2000 « Rivière et Gorges du Loup » et « Préalpes de Grasse » Restez sur les sentiers et soyez vigilants sur les plateaux karstiques aux abords des avens.

Secours :
Pour toute urgence nécessitant l'intervention des services de secours, d'incendie ou de police, composer le numéro d'appel d'urgence européen le 112.



- 1 PLATEAU DE CALERN
- 2 RANDONNÉE DES 2 GR
- 3 GOURDON-CIPIÈRES PAR LE GR51
- 4 CIRCUIT DES PARETS
- 5 GRAND TOUR DU PLATEAU DE CAVILLORE
- 6 PLATEAU DE CAVILLORE
- 7 PLATEAU DE CAUSSOLS
- 8 L'OBSERVATOIRE DE CALERN
- 9 LE HAUT MONTET
- 10 CIRCUIT DU HAUT MONTET
- 11 CIRCUIT DU CANAL DU LOUP
- 12 CIRCUIT DU PARADIS
- A TOUR DE CIPÈRES
- B SOMMET DE CALERN
- C CIRCUIT DE LA SINE - VALLON DE NANS
- D LA BOUSSIÈRE
- E CIRCUIT DE L'EMBUT ET DU DÉFENS
- F TOUR DU BAR-SUR-LOUP



A Tour de Cipières

●○○○
↗ +135m/-135m 🕒 40min 📏 2,7km
 Balises 26 – 25 – 24 – 23 – 22 – 21 – 165 – 20 – 26, boucle
 Depuis le centre du village (b.26) rejoindre la b.25 derrière le château. À l'antenne (b.24), descendre jusqu'à la b.23 pour tourner à droite jusqu'à la b.22. Traverser la D3 sur 100m et prendre à gauche à l'oratoire. Remonter jusqu'à la station d'épuration, traverser les champs et rejoindre à l'intersection avec le GR51 (b.21). Le suivre sur 100m environ puis descendre à droite pour traverser un vallon et atteindre le chemin de la Ribière qui débouche sur la D3 (b.165). Passage de la proximité St Claude en direction du village (b.20-26).

B Sommet de Calern

●○○○
↗ +240m/-240m 🕒 2h00 📏 7km
 Balises 48 – 50, retour en sens inverse
 Départ depuis le parking de l'Observatoire de la Côte d'Azur (b.48). Traversé le site plein ouest, rejoindre la balise b.50, suivre la direction sommet de Calern. Emprunter le même chemin pour le retour.

C Circuit de la Sine-Vallon de Nans

●○○○
↗ +240m/-240m 🕒 2h45 📏 8,8km
 Balises 213 – 125 – 128 – 125-213, boucle
 Départ du parking du Col de la Sine sur la D5. Traverser la route pour démarrer le sentier en suivant direction Canaux (b.213). À la b.125, continuer direction Vallons de Nans dans un bois de pins et de boulots. À la b.128, remonter en direction de Canaux. Traverser la D5 pour emprunter le sentier en face. Le sentier rejoint une piste qui débouche sur la D12 ; continuer à gauche jusqu'au chemin des Gleirettes qui rejoint la D112. Longer la route sur 500m environ, direction Saint Vallier. Avant la série de virages en épingle, passer derrière la glièrre en béton, pour trouver un sentier qui descend et traverser la D5. Retrouver la b.125 et reprendre le chemin du début jusqu'au parking (b.213).

D Circuit de la Bouissière

●●○○
↗ +180m/-180m 🕒 3h30 📏 9,5km
 Balises 51 – 52 – 34 – 32 - 31 - 51, boucle
 Au départ du parking de la mairie de Caussols prendre la direction de Gourdon sur la D12, tourner à droite sur une route goudronnée (b.51). Traverser un champ parallèle à la D12 pour rejoindre une barrière en bois, suivit d'une balise indiquant itinéraire pédestre par un sentier sur la droite pour trouver une seconde balise. À la lisière d'un groupe d'arbres suivre des cairns sur la droite, prendre à gauche à la prochaine intersection. Contourner un aven avec un arbre mort en son milieu, par la gauche et suivre le marquage jaune sur les rochers pour rejoindre une piste et la route des Claps (b.52). Continuer en direction de Caussols sur cette route, dépasser la b.34 sans tenir compte du chemin du Bois Béranger, pour atteindre la b.32. Remonter le GR4 vers Caussols pour arriver sur la D12 (b.31) et retrouver le point de départ.

E Circuit de l'Embut et du Défens

●○○○
↗ +100m/-100m 🕒 1h30 📏 5,5km
 Du parking prendre direction Est – b.44 – direction ouest, boucle
 Du parking proche de l'Embut, partir à travers champs vers l'Est entre une butte et la lisière de forêt (parallèle à la D12). À l'approche de propriétés, longer très prudemment la D12 avant de retrouver un sentier à droite jusqu'à la b.44. Remonter à droite la voie romaine sur 300m environ, passer une propriété et bifurquer tout de suite à droite à la clairière, sur un sentier en contournant un enclos. Suivre le tracé du sentier entre les lapiaz et la lisière des arbres jusqu'à rejoindre un chemin plus large. À la barrière en bois, couper sur la droite par un sentier à travers champs, qui ramène à l'Embut et au parking du début.

F Tour du Bar-sur-Loup

●○○○
↗ +180m/-180m 🕒 45min 📏 3,5km
 Balises 20 – 19 – 18 – 18a - 22 – 21 - 20, boucle
 Du parking du cimetière (côté Est du village - b.20), suivre à plat la petite route de Besurane jusqu'à la chapelle Saint-Claude, le chemin homonyme s'élève brutalement sur la gauche (b.19) avant de s'assagir un peu plus haut en traversant un bois de feuillus jusqu'au canal du Loup (b.18), conduite enterrée qui alimente le village du Bar-sur-Loup.
 Tourner sur la gauche pour suivre à flanc de montagne le GR51 jusqu'à la b.18a et descendre le chemin de Bouscarle jusqu'au croisement avec le chemin de Saint Michel. Tourner à gauche pour atteindre les commerces de l'Avenue du Général de Gaulle. Continuer à gauche pour passer devant la mairie et à proximité de l'église. Descendre l'Avenue de Yorktown pour rejoindre la b.20 et le parking de départ.