

# ESTÉREL D'OR ET D'AZUR

Individuels

**D'origine volcanique, les paysages du massif de l'Estérel sont restés sauvages et y sont grandioses : ravins défilés où crêtes déchiquetées se succèdent en de saisissants contrastes malgré la faible altitude qui culmine à 618 m pour plonger dans le bleu azur de la Méditerranée. Paysages colorés, magie garantie à découvrir pas à pas**



## Votre séjour jour après jour

### Jour 1 : "Bienvenue à Lou Castelet"

Arrivée en fin d'après-midi, apéritif de bienvenue et présentation du séjour avec l'accompagnateur

### Jour 2 : « Vu sur mer » (Journée)

Cette première sortie, tout en balcon sur la baie de Cannes et au-delà, nous conduira sur les plages de Théoule pour déjeuner. Un crochet par le rocher des Monges et un détour vers la vierge noire compléteront cette journée.

✓ Dénivelé : 380 m / Temps de marche : 4h30

### Jour 3 : « Circuit des gorges » (journée)

Nichées au fond d'un vallon, ces gorges pittoresques offre un micro-climat frais et humide qui favorise la présence d'une flore inhabituelle sous un climat méditerranéen.

✓ Dénivelé : 400 m / Temps de marche : 4h30

### Jour 4 : Journée libre

### Jour 5 : « Paysage volcanique » (journée)

Point culminant du massif de l'Estérel, le mont Vinaigre a été rendu « célèbre » par la présence du brigand « gaspard » qui a opéré dans le secteur en détroussant les riches mais toujours sans violence. L'endroit idéal pour avoir un panorama très large sur l'Estérel !!!

✓ Dénivelé : 580 m / Temps de marche : 5h30

### Jour 6 : « Pic du Cap Roux » (journée)

Une journée « Gand spectacle » pour clore en beauté ce séjour avec l'ascension d'un point culminant d'ou la vue embrasse les Alpes Maritimes de la mer à ses plus hauts sommets ...

✓ Dénivelé : 500 m / Temps de marche : 5h15

### Jour 7 : Journée libre

### Jour 8 : "Ce n'est qu'un au-revoir »

Après le petit déjeuner, départ.

Transport

Covoiturage

Séjour en Etoile

Durée

8 jours / 7 nuits

Période

De mars à mi juin

De mi sept à nov

Niveaux : 2

Pour toute personne pratiquant la randonnée de manière occasionnelle et pratiquant une activité physique au moins une fois par semaine, même sans expérience de la montagne.

Randonnée de 3 à 4h de marche environ pour un dénivelé de 400 à 600m sur des itinéraires présentant peu de difficultés techniques.

Séjours vendus par nos partenaires, pour lesquels Chemins d'Azur assure l'encadrement  
INFORMATIONS & RÉSERVATIONS UNIQUEMENT AUPRÈS DE NOS PARTENAIRES  
Pour tout renseignement, contactez notre partenaire : Lou Castelet [www.lou-castelet.com](http://www.lou-castelet.com)

## Vos conditions de randonnées

### Votre équipement :

L'utilisation d'un équipement adapté concourt à votre confort et à votre sécurité.

- Chaussures adaptées à la marche en montagne
- Dans un sac à dos : Vêtements chauds (polaire) – Vêtements de pluie – Lunettes de soleil – Chapeau – Bouteille d'eau (1,5 L mini) – Crème solaire.
- Bâtons de marche

L'accompagnateur en tant que responsable du groupe, se réserve le droit de modifier le programme proposé selon les conditions météorologiques, le niveau et l'équipement des participants ou tout autre élément pouvant avoir une incidence quant à la sécurité du groupe

### Le terrain que vous allez rencontrer :

Information sur les conditions de randonnée (terrain rencontré, météo, particularité...)

## Partenaires

Adossé au massif de l'Estérel, face à la Méditerranée, Lou Castelet vous invite à goûter toute la douceur de la côte d'Azur. 45 chambres face à la mer, avec téléviseur et ventilateur, réparties en trois bâtiments, ascenseur, restaurant panoramique climatisé, bar avec terrasse extérieure, jardin méditerranéen. Une cuisine du soleil aux accents du midi: assiette du pêcheur, « picholines », ratatouille niçoise, grand aïoli et bien d'autres saveurs provençales. Ils vous accueilleront chaleureusement. On s'y sent "comme à la maison".

<https://www.lou-castelet.com>

### Pour tous renseignements concernant les randonnées contactez notre référent



**Précisez la destination  
Patricia Nicolay**

✉ [patricia.nicolay@cheminsdazur.org](mailto:patricia.nicolay@cheminsdazur.org) / ☎ 06-88-44-20-73

*Chemins d'Azur est un syndicat local regroupant des accompagnateurs en montagne des Alpes Maritimes qui partagent une vision commune de leur métier :*

- *Apporter un encadrement professionnel compétent et spécialiste tant sur les milieux parcourus, les thèmes abordés que sur la sécurité*
- *Limité la taille des groupes afin de favoriser la convivialité et le partage (de 6 à 14 personnes)*
- *Respecter au quotidien l'environnement naturel, encourager et éduquer à sa sauvegarde.*
- *Privilégier un fonctionnement économique solidaire et responsable.*

### **Encadrement :**

*Les randonnées sont encadrées par des Accompagnateurs en Montagne membre du syndicat local «Chemins d'Azur» :*

- *Titulaire d'un Brevet d'Etat*
- *Déclaré auprès de Jeunesse & Sports*
- *Assuré en Responsabilité Civile Professionnelle*
- *A jour de ses obligations réglementaires et administratives*
- *Partenaire du Parc National du Mercantour et titulaire de l'agrément «Vallée des Merveilles*
- *Membre du réseau radio «Secours 06» et disposant de ce fait d'un radio personnelle*

**RETROUVEZ LES ACCOMPAGNATEURS « CHEMINS D'AZUR » SUR LES SENTIERS  
DE L'ESTÉREL, DU PAYS GRASSOIS, DU MERCANTOUR, DU MENTONNAIS, DE LA RIVIERA ITALIENNE ...**

[www.cheminsdazur.org](http://www.cheminsdazur.org)