

INFOS PRATIQUES

Les Offices de Tourisme :

Office de Tourisme du Val d'Allos  
Allos  
04 92 83 02 81  
valdallos.com

Office de Tourisme Intercommunal  
Dracénie Provence Verdon  
Draguignan  
04 98 105 105  
tourisme-dracenie.com

Office de Tourisme Lacs et  
Gorges du Verdon  
Aups  
04 94 84 00 69  
lacs-gorges-verdon.fr

Verdon Tourisme  
Castellane  
04 94 32 04 04  
verdontourisme.com

Office de Tourisme Provence  
Verte et Verdon  
Barjols  
04 94 77 20 01  
provenceverteverdon.fr

Office de Tourisme  
de Moustiers-Sainte-Marie  
Moustiers-Sainte-Marie  
04 92 74 67 84  
moustiers.fr

Office de Tourisme de Durance  
Luberon Verdon Agglomération  
Géroux-les-Bains  
04 92 78 01 08  
durance-luberon-verdon.com

Office de Tourisme de Sainte-Croix  
Sainte-Croix-du-Verdon  
04 92 77 85 29  
stecroixduverdon-tourisme.fr



- ARTISANAT D'ART**
- CULTURE ET MUSÉES**
  - Observatoire du Mont-Chirac
  - Maison Musée du Haut-Verdon - Colmars
  - Musée de Préhistoire des Gorges du Verdon - Quinson
  - Musée Nature et Patrimoines - Castellane
  - Maison de la Truffe - Aups
  - Musée de la Faïence - Moustiers-Sainte-Marie
  - Musée des Tourneurs sur bois - Aiguines
  - Faïencerie de Varages
- ITINÉRAIRES**
  - Itinéraires VTT
  - Itinéraires à vélo - Cyclotourisme
  - Itinéraires routiers
- MAISONS DE PRODUITS DE PAYS**
- MONTGOLFIÈRE À PUIMOISSON**
- PATRIMOINE NATUREL REMARQUABLE**
  - Grès d'Annot
  - Lac d'Allos
  - Grand Canyon du Verdon
  - Sillans la Cascade
  - Gorges de Saint-Pierre
  - Cascade de la Lance
  - Col d'Allos
  - Col des Champs
  - Basses Gorges du Verdon
  - Grottes de Villecroze
  - Gorges de Baudinard
  - Plateau de Valensole
  - Point-Sublime
  - Montagne de Lachens
- POINTS D'INFORMATION TOURISTIQUE**
- STATIONS DE SPORTS D'HIVER**
- THERMES DE GRÉOUX-LES-BAINS**
- TRAIN DES PIGNES - CHEMIN DE FER DE PROVENCE**
- VILLAGES REMARQUABLES**

# intense VERDON



Responsable de la publication : ADO4 - Rédaction : ADO4 - Conception/réalisation : sémiose 457  
 © AD 04, Luka Leroy, Thibaut Vergoz, Teddy Vermeul - intense Verdon, Alban Desloyal - OT Val d'Allos - Ph. Murras, Lionel Trelat





**ENSEMBLE PRÉSERVONS LA BEAUTÉ DU VAR !**

**Accès aux massifs forestiers :** Chaque été de juin à septembre, l'accès aux massifs et aux sentiers de randonnée est réglementé par la préfecture du Var : accès autorisé, déconseillé, ou interdit. Une carte est mise à jour quotidiennement, la veille avant 19h pour le lendemain. Renseignements sur var.gouv.fr.

**Access to the forest massifs:** Every summer, from June to September, access to the massifs and hiking trails is regulated by the Var administrative centre: it may be authorised, unadvised or prohibited. A map is updated daily, by 7pm in the evening, for the next day. Find out more on var.gouv.fr.

**Balades et randos, à pied ou à vélo :**

- Vérifiez les conditions météo
- Prévoyez eau, alimentation, casquette et crème solaire
- Choisissez un itinéraire adapté à vos capacités physiques
- Privilégiez le printemps, l'automne ou l'hiver, pour des températures et un trafic routier plus modérés et éviter la fermeture des massifs forestiers.

**Check if heading out for a walk or cycle ride:**

- Check the weather forecast first.
- Take water, food, a cap and sun cream with you.
- Choose a suitable route for your fitness level.
- Spring, autumn and winter are the best seasons to enjoy milder temperatures and less traffic and to avoid forest massif closures.

**Pendant vos vacances, adoptez les bons gestes :**

- Ne jetez pas vos mégots par terre, en ville ou dans la nature
- Ne faites pas de feux en forêt ou sur la plage
- Emportez vos déchets avec vous
- Respectez les sentiers balisés
- Respectez les aires de camping
- Baignade interdite à la Cascade de Sillans
- Et bien entendu, respectez la faune et la flore, ne cueillez pas les fleurs

**On day and don'ts while you're on holiday:**

- Don't discard cigarette butts on the ground, in urban areas or in nature
- Don't make fires in forested areas or at the beach
- Do take your waste away with you
- Do keep to the waymarked footpaths
- Do camp within designated camp
- No Swimming in Sillans waterfall of Sillans
- And of course, do be considerate of wildlife and plants and don't pick wildflowers

**Retrouvez les contacts des Offices de tourisme & infos pratiques en scannant ce QR code !**

**Flash this QR code to get all the tips and local tourist offices contact details!**

**Editeur :** Agence de Développement Touristique Var Tourisme / **Direction de publication :** Guillaume Decard, Martine Felio / **Rédaction en Chef :** Anthony Matteuzzi, Laure Pizzocaro / **Création :** Agence signe-temps / **Imprimeur :** APCA - Riccobono - Papier certifié PEFC // **Credits photos :** Sud Sainte Baume - Stéphane Bouisson - On met les voiles - Yann Valton - Gilles Martin-Raget - Domaine Rabiega - Vins de Provence - Var Tourisme - Shutterstock - FVauban - Teddy Michel - Philippe Murtas - Freepik - Adobestock

**LES SITES INCONTORNABLES**

**LES SITES NATURELS - NATURE SPOTS :**

1. Grand Canyon du Verdon et Basses Gorges du Verdon
2. Massif des Maures
3. Massif de l'Estérel
4. Massif de la Sainte-Baume
5. Rade De Toulon - Toulon Harbour
6. Les Îles d'Hyères, Porquerolles Port-Cros et Le Levant - The islands of Hyères, Porquerolles Port-Cros and Le Levant
7. Cap Camarat et Plage de Pampelonne - Cap Camarat and Pampelonne beach
8. Bormes-les-Mimosas
9. Cotignac
10. Gassin
11. La Cadière-d'Azur
12. Le Castellet
13. Seillans
14. Saint-Tropez

**LES VILLAGES - VILLAGES :**

15. Abbaye de Thoronet - Thoronet Abbey
16. Chartreuse de la Verne - Verne Carthusian monastery
17. Basilique de Saint-Maximin - Saint-Maximin Basilica
18. Abbaye de La Celle - La Celle Abbey
19. Villa Noailles à Hyères - Noailles Villa in Hyères
20. Domaine du Rayol, Jardin des Méditerranées

**LES SITES ET MONUMENTS - VISITOR SITES & MONUMENTS :**

21. Terra Rossa - Salernes
22. Musée des Gueules Rouges - Tourves
23. Musée d'Histoire Maritime - Saint Tropez
24. Musée de la Gendarmerie et du Cinéma - Saint Tropez
25. Musée des Troupes de Marine - Fréjus
26. Musée National de la Marine - Toulon
27. Musée Louis de Funès - Saint-Raphaël

**LES MUSÉES - MUSEUMS :**

<p><b>TRANSPORTS - TRANSPORT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Aérodrome Airfields</li> <li>Aéroport Airports</li> <li>Aire pour camping-car Service areas for campervans</li> <li>Gare ferroviaire Other train stations</li> <li>Gare routière Bus stations</li> <li>Gare TGV High speed train stations</li> <li>Liaisons maritimes Main maritime connections</li> </ul>	<p><b>CULTURE ET PATRIMOINE - CULTURE &amp; HERITAGE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Jardin remarquable Remarkable gardens</li> <li>Musée de France Museum approved by the French State</li> <li>Villages de caractère du Var Charming Villages in the Var</li> <li>Art contemporain Contemporary art</li> <li>Tourisme de mémoire Remembrance tourism</li> <li>Ville et Pays d'Art et d'Histoire Town and Region of Art and History</li> <li>Ville et Métiers d'Art town/city committed to supporting arts &amp; crafts know-how</li> </ul>	<p><b>LOISIRS - LEISURE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Accueil vélo Cyclists welcome</li> <li>France Station nautique Watersports for tourists</li> <li>Circuit automobile Race tracks</li> <li>Golf Golf courses</li> <li>Maison de la nature Maison de la nature</li> <li>Plage Beach</li> <li>Sentier sous marin Underwater trails</li> <li>Téléphérique Cable car</li> </ul>	<p><b>TERROIR - LOCAL PRODUCE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vignobles et découvertes Wine tourism</li> <li>Commune oléicole de France Olive-growing municipalities of France</li> <li>Maison des vins et œnothèque Wine shop</li> <li>Route du mimosa Route of Mimosa</li> </ul>	<p><b>ITINÉRAIRES - ITINERARIES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Chemin de Compostelle et de Rome Way of St. James and Rome (foot path)</li> <li>Sentier de littoral Sentier de littoral (foot path)</li> <li>La Méditerranée à vélo La Méditerranée à vélo (cycling)</li> <li>La Vigne à vélo La Vigne à vélo (cycling)</li> <li>Le tour du Verdon à vélo (cycling) Le tour du Verdon à vélo (cycling)</li> <li>Parcours cyclable du littoral Parcours cyclable du littoral (cycling)</li> <li>Transverdon à VTT Transverdon à VTT (cycling)</li> <li>Route Napoléon Route Napoléon (by car)</li> </ul>
--	---	--	---	--

**Crédit fond de carte :** CARTONORD // La responsabilité de Var Tourisme ne saurait être engagée pour toute erreur ou omission qui, malgré les contrôles et vérifications, aurait pu se glisser involontairement dans cette édition. Export des données au 01/02/2023. Le présent document est la propriété de Var Tourisme. Toute représentation, reproduction, imbrication, diffusion et redistribution, partielle ou totale, est interdite sauf autorisation écrite de Var Tourisme. Document gratuit. Edition 03/2023. Ne pas jeter sur la voie publique.