

# LES SENTIERS DE PETITES RANDONNÉES



# la Brague

À vos écouteurs pour une immersion  
dans l'écosystème de la Brague !



*Le Sentier de la Brague*

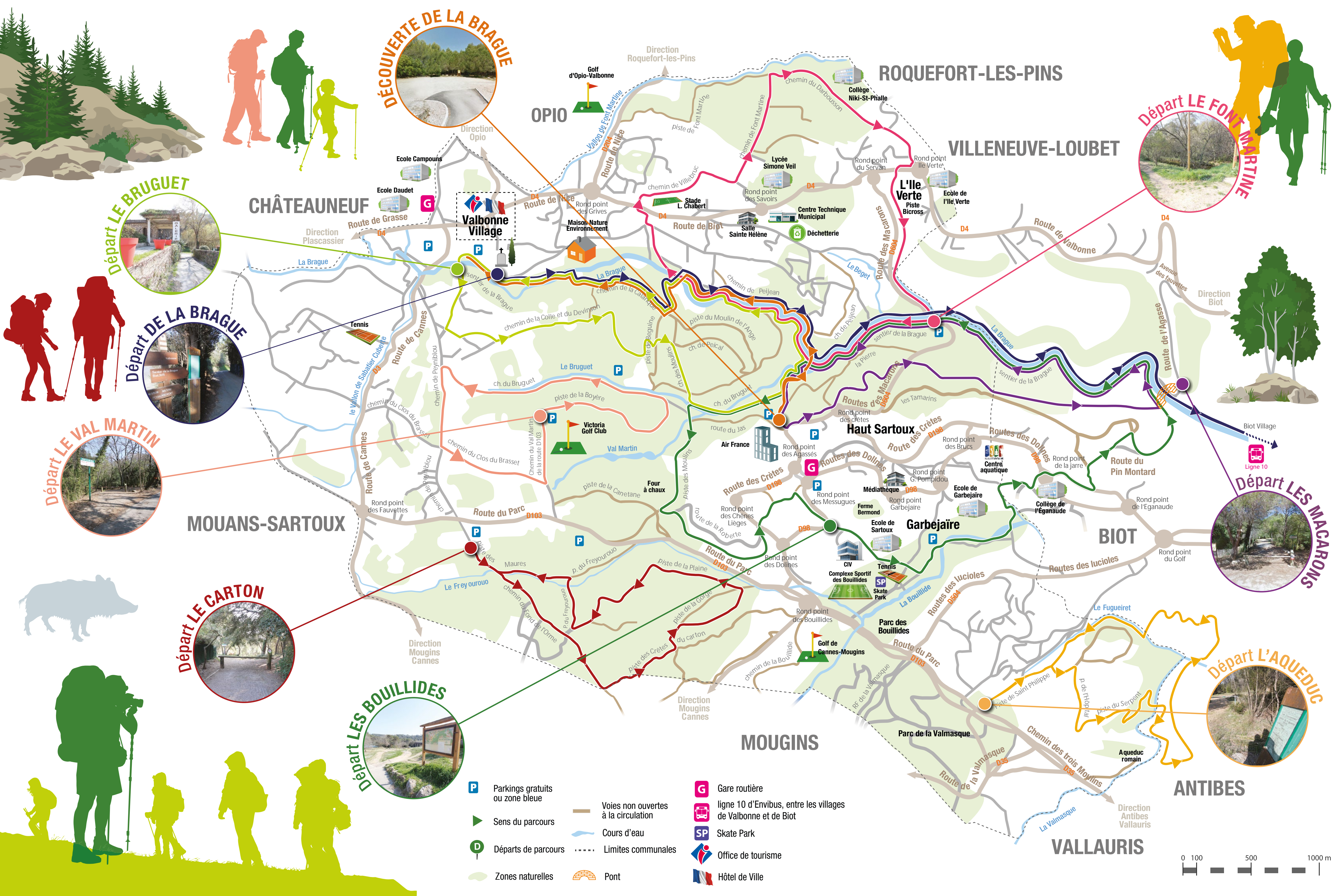
*La Boucle des Macarons*

*Le Sentier de l'Aqueduc*



Téléchargez  
**GRATUITEMENT** l'application  
Smartphone "La Brague"





CHÂTEAUNEUF

OPIO

ROQUEFORT-LES-PINS

VILLENEUVE-LOUBET

MOUANS-SARTOUX

Haut Sartoux

Garbejaire

BIOT

MOUGINS

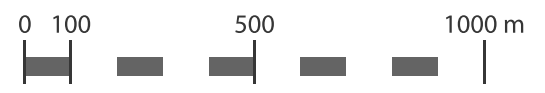
Parc de la Valmasque

VALLAURIS

ANTIBES

- Parkings gratuits ou zone bleue
- Sens du parcours
- Départs de parcours
- Zones naturelles
- Voies non ouvertes à la circulation
- Cours d'eau
- Limites communales
- Pont

- Gare routière
- ligne 10 d'Envibus, entre les villages de Valbonne et de Biot
- Skate Park
- Office de tourisme
- Hôtel de Ville







# DÉCOUVERTE DE LA BRAGUE

Longueur : **3,5 km** - Temps : **1 heure 30**  
Niveau : **FACILE**

- **Le sentier de découverte de la Brague** est accessible aux petits comme aux grands. On peut y trouver des informations sur la faune, la flore et l'écologie des milieux.
- Le départ se situe sur le **parking en face des bâtiments d'Air France**. Il serpente dans le maquis et plonge dans les vallons ombragés du Bruguet. Un monde de sensation où le murmure de la cascade répond au parfum des lauriers.
- Arrivé à la **confluence du Bruguet et de la Brague** prendre le sentier à gauche, qui remonte vers **Valbonne**.
- Après avoir traversé le petit pont, la partie le long de la rive étant fermée pour des questions de sécurité, monter tout droit la piste du Moulin de l'Ange sur 400m environ jusqu'au croisement.
- Prendre à droite le piste de la Calanque, qui après moins d'un 1km rejoint le fleuve et la direction du village.
- Passer le gué piétonnier constitué de plots face à **la Maison Nature Environnement** et emprunter la piste à gauche qui vous conduira au cimetière.
- Suivre ensuite la route sur la gauche afin de regagner **l'Hôtel de Ville**.







# LES MACARONS

Longueur : 9 km - Temps : 2 heures 30

Niveau : MOYEN

- Le circuit débute au bout de la route de l'Agasse, au **Pont des Tamarins**.
- S'engager sur le sentier longeant **la Brague** et poursuivre jusqu'au confluent avec le **Bruguet** (ruisseau affluent de **la Brague**).
- Au niveau de la petite cascade, traverser le **Bruguet** par la passerelle en bois, puis monter en sous-bois par des marches assez raides.
- Prendre le sentier qui s'élève sur la gauche en lacets en direction de «**la montée des Crêtes**».
- À la prochaine bifurcation, rester à droite et remonter sur le panneau «Route des Crêtes».
- Suivre alors la direction du «**Pont des Tamarins**». Pour cela, pénétrer à gauche sur un sentier où vous trouverez des pins maritimes et des chênes-rouvres (espèce introduite de chênes à larges feuilles) et de magnifiques bruyères. Le chemin remonte au milieu de cèdres et de pins. À la fin de ces plantations, prendre à droite.
- Au premier croisement, prendre à gauche, ainsi qu'au suivant.
- Descendre pendant environ 300 m puis rester à droite aux deux croisements suivants.
- Arrivé à la route D.604, traverser prudemment, et suivre la direction **Pont des Tamarins**.
- Le sentier s'amorce en contrebas de la route.
- Au premier croisement rester à gauche, puis bien plus loin, prendre le sentier supérieur à droite.
- Finalement, arrivé à l'intersection suivante prendre le sentier du milieu qui vous mène à une piste goudronnée.
- Arrivé au panneau de **la piste des Tamarins**, redescendre à gauche sur le **Pont des Tamarins**.



## LE CARTON

Longueur : **7,5 km** - temps : **2 heures**

Niveau : **MOYEN**

- L'itinéraire commence face au **chemin de Peyniblou** par une piste qui longe le lotissement «**les Hauts de Valbonne**», derrière l'arrêt de bus.
- Poursuivre après avoir atteint la barrière en bois, et descendre vers **le ruisseau du Freyourouo**.
- Franchir le ruisseau et remonter **à droite vers le centre hippique** tout en longeant un petit muret de pierre. Vous déboucherez sur une petite route goudronnée que vous suivrez et remonterez sur votre gauche jusqu'à l'embranchement **Argeville - Font de l'Orme**.
- Là, prendre la direction Font de l'Orme et remonter jusqu'au pylône EDF où vous monterez vers **la piste des Crêtes**. Vous passerez devant un chêne centenaire et une petite ruine.
- Continuer votre descente jusqu'à l'amorce d'une petite côte, où vous emprunterez un sentier à votre gauche à flanc de coteau, ce chemin vous mènera à la route D. 103.
- Remonter alors à gauche par la **piste de la plaine** qui dans ses débuts longe la route. Celle-ci revient vers le centre hippique.
- Peu avant celui-ci, au niveau d'une barrière prendre une piste sur la droite qui redescend sur **le ruisseau du Freyourouo**.
- Traverser le ruisseau et reprendre à gauche la **piste des Maures** qui vous ramènera à votre point de départ.



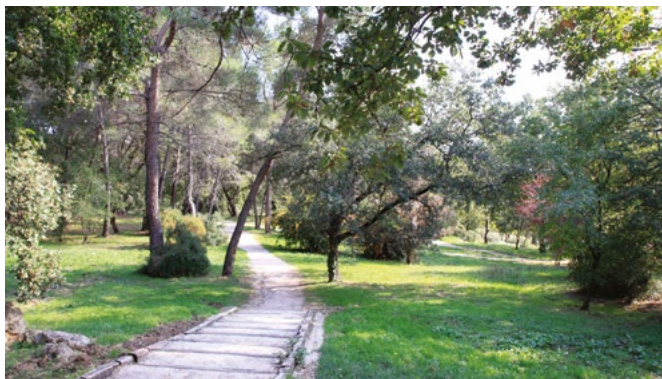


## LE VAL MARTIN

Longueur : 5,5 km - Temps : 1 heure 45

Niveau : FACILE

- Partir du parking qui se situe **chemin du Val Martin**, au niveau de **la piste de la Boyère**.
- Vous entrez alors, à droite, dans un sous-bois de chêne-liège, de bruyères par **la piste de la Boyère**. Un magnifique chêne centenaire se trouve à entrée de la piste à droite dans les sous-bois.
- Rester toujours sur la piste principale et prendre la direction du cours d'eau «**le Bruguet**».
- Rejoindre une petite route goudronnée le chemin du Jas de Pierre puis tourner à gauche.
- Suivre le chemin du Bruguet jusqu'à l'entrée du lotissement «**les Hauts de Peyniblou**».
- Prendre la route goudronnée et remonter jusqu'au chemin du **Val Martin** que vous emprunterez sur la droite.
- Arrivé au **chemin de Peyniblou**, prendre à gauche et redescendre jusqu'à l'oratoire **de Saint Jean Baptiste**.
- Vous trouverez en face, **le chemin du Clos de Brasset** passant non loin de propriétés privées possédant de magnifiques oliveraies.
- Remonter ensuite à gauche **le chemin du Val Martin** jusqu'à la piste de la Boyère.



## LES BOUILLIDES

Longueur : **12,5 km** - Temps : **4 heures**  
Niveau : **DIFFICILE**

- De **la place J. Bermond (Haut-Sartoux)**, longer la halle couverte et descendre vers le parking en contrebas pour le contourner.
- Prendre l'escalier à votre gauche puis une petite allée goudronnée à droite. Vous passerez successivement devant l'école Sartoux, le gymnase du Centre International de Valbonne (CIV) et vous contournez les terrains de tennis.
- Suivre la direction «**Pont des Tamarins**». Franchir un pont enjambant **l'étang des Bouillides**, puis longer la rive droite de la Bouillide par un agréable sentier.
- Rejoindre la rive gauche, grâce à une passerelle et remonter vers une petite piste cyclable goudronnée.
- Après l'avoir parcouru sur 50 m, contourner **le collège de l'Eganaude** par une piste que vous trouverez à droite.
- Traverser **la route des Dolines** au niveau du rond-point et emprunter **la route du Pin Montard** qui grimpe à votre droite.
- Après avoir parcouru environ 100 m prendre **la piste du Pin Montard**, à gauche. Une cinquantaine de mètres plus loin, s'engager à droite sur un sentier en sous-bois et rejoindre une large piste qui redescend à droite vers **le pont des Tamarins**.
- En vue de celui-ci, remonter à gauche vers **Valbonne village** par le magnifique **sentier de la Brague** (rivière traversant la commune de Valbonne Sophia Antipolis), en rive droite.
- Poursuivre jusqu'au confluent avec **le Bruguet** (petit ruisseau affluent de la Brague).
- Un sentier permet d'explorer **le Val du Bruguet** en passant successivement d'une rive à l'autre. Finalement, sur la rive droite, au niveau du gué en pierre, suivre un muret de pierres sèches.
- Arrivé à la piste goudronnée du **Jas de Pierre**, tourner à gauche puis, environ 50 mètres plus loin, remonter à droite **la piste des Moulins** qui domine **le golf du Val Martin**.
- Au pylône EDF, laisser à droite **la piste de la Canétane** et **le chemin des Moulins** et remonter sur 50 mètres à gauche avant de s'engager à droite sur un petit sentier à travers bois.
- Arrivé à **la route des Crêtes**, face à un parking, traverser prudemment et longer celui-ci.
- Vous remonterez finalement vers **la gare routière des Messugues** d'où vous redescendrez à droite vers **la place Bermond**.





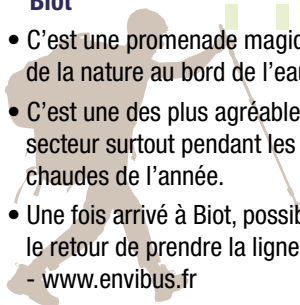
# LA BRAGUE

Longueur : **9 km** - Temps : **3 heures 20** (ALLER)  
Niveau : **MOYEN**

- Longer la rue de la Paroisse, dépasser l'église et continuer sur 100m après le parking sur l'avenue de Pierrefeu
- En face du cimetière de Valbonne vous trouverez le départ de la randonnée grâce à la balise en bois du Conseil Départemental, sur la piste de la Calanque.
- Passer le gué piétonnier constitué de plots face à **la Maison Nature Environnement**.
- Une partie des rives est fermée, continuer en suivant la balise qui indique de monter à droite sur le chemin de la Calanque.

Au croisement avec la piste du Moulin de l'Ange, redescendre à gauche pour rejoindre et traverser la Brague sur un petit pont avant de continuer à la longer la rive gauche de la Brague.

- Le sentier longe le petit fleuve côtier de **la Brague de Valbonne à Biot**
- C'est une promenade magique qui vous emmène au cœur de la nature au bord de l'eau entre forêt et lisière.
- C'est une des plus agréables promenades du secteur surtout pendant les périodes les plus chaudes de l'année.
- Une fois arrivé à Biot, possibilité pour le retour de prendre la ligne de bus n°10  
- [www.envibus.fr](http://www.envibus.fr)





## LE BRUGUET

Longueur : 9 km - Temps : 3 heures 20

Niveau : MOYEN

- Le départ commence devant l'église du village, à droite de la galerie d'art et suivant la balise en bois du Conseil Départemental.
- Traverser **la Brague** et prendre l'escalier en face qui monte et vous mène au chemin du Baou.
- Continuer tout droit sur 500 m puis à l'intersection prendre à gauche chemin de la Colle de Devinson (non indiqué). Ce chemin goudronné monte très rapidement au début. Puis il passe par des maquis composés de chêne-liège, bruyères, chênes verts, arbousiers.
- Au bout d'environ 1 km, vous arriverez sur une barrière, laisser alors **la piste de la Béguine** sur votre droite et emprunter 100 m après **le chemin des Moulins** qui descend à droite vers le Bruguet, petit **affluent de la Brague**.
- Vous passerez devant un magnifique chêne pluri centenaire.
- Arrivé sur **la piste du Moulin de l'Ange**, prendre le sentier en face qui redescend directement sur **le Bruguet** au niveau d'un gué.
- Rester sur la même rive et redescendre le long du **vallon du Bruguet** par la rive gauche puis droite.
- Arrivé à la confluence du Bruguet et de la Brague prendre le sentier, à gauche, qui remonte vers **Valbonne**.
- Après avoir traversé le petit pont, la partie le long de la rive étant fermée pour des questions de sécurité, monter tout droit la piste du Moulin de l'Ange sur 400m environ jusqu'au croisement.
- Prendre à droite le piste de la Calanque, qui après moins d'un 1km rejoint le fleuve et la direction du village.
- Passer le gué piétonnier constitué de plots face à **la Maison Nature Environnement** et emprunter la piste à gauche qui vous conduira au cimetière.
- Suivre ensuite la route sur la gauche afin de regagner **l'Hôtel de Ville**.





## LE FONT MARTINE

Longueur : 10 km - Temps : 3 heures 30

Niveau : **DIFFICILE**

- Le départ s'effectue route D. 604, depuis le parking sous le pont de la Verrière
- S'engager sur l'agréable sentier ombragé qui longe **la Brague**, à côté du centre équestre, en direction du Village
- Continuer sur la même rive, vous apercevrez bientôt sur la berge opposée une magnifique demeure (le moulin des Gabres, ancien moulin à huile).
- Passer le gué piétonnier. Après avoir longé les vestiges d'un canal, vous arriverez au **pont des Moulins**.
- Quitter alors le sentier et remonter par **le chemin des Moulins** sur votre droite pour regagner la D. 4.
- Traverser prudemment pour rejoindre **le chemin de Villebruc**, petite route peu fréquentée.
- Puis emprunter **le chemin de Font Martine** au bout de 800 m sur votre gauche. Il devient une large piste 200 m après. Cette dernière s'élève sur la petite colline du Darbousson puis redescend sur **le vallon de Font Martine**.
- Arrivé en bas, emprunter **le chemin de Darbousson** sur votre droite. Puis une fois sur le lieu du nouveau cimetière de Valbonne, continuer tout droit et passer devant le **collège de Valbonne**.
- Remonter jusqu'au **domaine du Collet de Darbousson** et redescendre sur le rond-point en empruntant la route de droite.
- Prendre à droite en direction du deuxième rond-point. Puis traverser au niveau du passage piéton face à l'abribus.
- Emprunter le petit sentier qui redescend vers la piste de bi-cross.
- Longer ensuite le vallon qui vous ramènera au **pont de la Verrière**.
- Passer sous le pont et rejoindre l'ancien pont muletier, qui vous permettra de traverser **la Brague** et de rejoindre le parking de départ.



## L'AQUEDUC

Longueur : **10 km** - Temps : **3 heures 30**

Niveau : **DIFFICILE**

- Le départ se situe sur la route D. 103 peu après **les Clausonnes** dans le sens Antibes vers Sophia Antipolis, après l'aire d'informations.
- Après avoir suivi la piste la plus large le long du petit ruisseau, emprunter **la piste de l'Hôpital** qui remonte à droite.
- Arrivé à un replat, sous la ligne à haute tension, prendre à droite le sentier qui descend à travers bois.
- Puis prendre **la piste du Serpent** après la barrière verte, à gauche.
- Vous arriverez à un petit cours d'eau, **la Valmasque**, que vous traverserez.
- Remonter la piste sur votre droite jusqu'à **l'aqueduc romain**, le contourner et emprunter le petit sentier à gauche.
- Puis redescendre vers **la piste des Cistes**.
- Dans un virage, prendre à droite une piste qui vous mènera au **pont des Harkis**.
- Au panneau de **la Valmasque** (ruisseau) qui permet un retour sur **Biot**, emprunter à gauche un chemin en épingle à cheveux vous conduit, après une passerelle, sur la rive droite du petit **ruisseau du Fugueiret**.
- Vous déboucherez ensuite sur **la piste Saint-Philippe**.
- Prendre à gauche pour retomber sur votre point de départ.



# QUELQUES RECOMMANDATIONS



Les itinéraires décrits sont **balisés en jaune** sur le terrain



Les chiens doivent être **tenus en laisse**



Ne **jetez** pas vos **déchets dans la nature**



**Emportez de l'eau** surtout si des enfants vous accompagnent



**Soyez équipés** si le temps est incertain



**interdit de faire du feu**



**Ne prélever** aucune fleur, aucune plante, ni aucun animal



**Rester vigilant** en période de chasse



Les véhicules à moteur sont **interdits**.



Pompier 18  
Urgences 112  
Office National des Forêt :  
04 93 65 25 72

Les temps indiqués sont des estimations, pour randonneurs de niveau moyen.

## BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE

14 rue de la Fontaine - 06560 Valbonne  
04 89 87 73 30 • [tourisme.vsa@agglo-casa.fr](mailto:tourisme.vsa@agglo-casa.fr)  
[www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr](http://www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr) • [www.ville-valbonne.fr](http://www.ville-valbonne.fr)