

Gilette / Bouyon

Grand Tour des Préalpes d'Azur à vélo

□

Départ	Arrivée
Gilette	Bouyon
Durée	Distance
2 h 43 min	40,83 Km
Niveau	Thématique
Ça grimpe	Montagnes

Étape haute en couleurs du Grand Tour des Préalpes d'Azur, ce parcours révèle un camaïeu naturel saisissant : le vert profond des frondaisons, le bleu cyan de l'Estéron, et l'azur limpide du ciel. En rive nord, au fil de la route, les reflets cristallins de la rivière laissent percevoir sa pente douce et ses bassins naturels qui font la joie des baigneurs, et accompagnent le voyageur à vélo jusqu'aux villages hospitaliers de Roquestéron et Roque-en-Provence. En rive sud, vient la montée vers Bouyon, où chaque virage dévoile une palette changeante, mêlant tons sylvestres et bleus célestes, dans un tableau vivant et apaisant marquée par le bruit apaisant de l'écoulement de l'eau.

L'itinéraire

De **Gilette**, le parcours alterne montées et descentes avec de faibles pourcentages et suit vers l'ouest en rive nord de l'Estéron la M17/D17. On bifurque vers l'est en rive sud sur la D1 après **La Roque-en-Provence**. On monte durant 14 km jusqu'au col des Ferres.

- Après un passage initial à 4%, la montée s'adoucit jusqu'au pont de la Bouisse.
- Mais après les gorges de la Bouisse, on s'attaque à **des pentes entre 4,5 et 6,5 %** jusqu'à Conségudes
- De Conségudes aux Ferres, l'itinéraire est en léger faux-plat montant, **l'accès au village de Les Ferres possède le plus fort pourcentage !**
- De Les Ferres à Bouyon, c'est une alternance de faux-plats montants et descendants sans grande difficulté.

Entre Roquestéron et Coursegoules, **le Grand Tour des Préalpes d'Azur** partage son cheminement avec la **Route des Grandes Alpes**.

Infos pratiques

Offices de tourisme

- Bureaux des offices de tourisme dans les mairies des villages

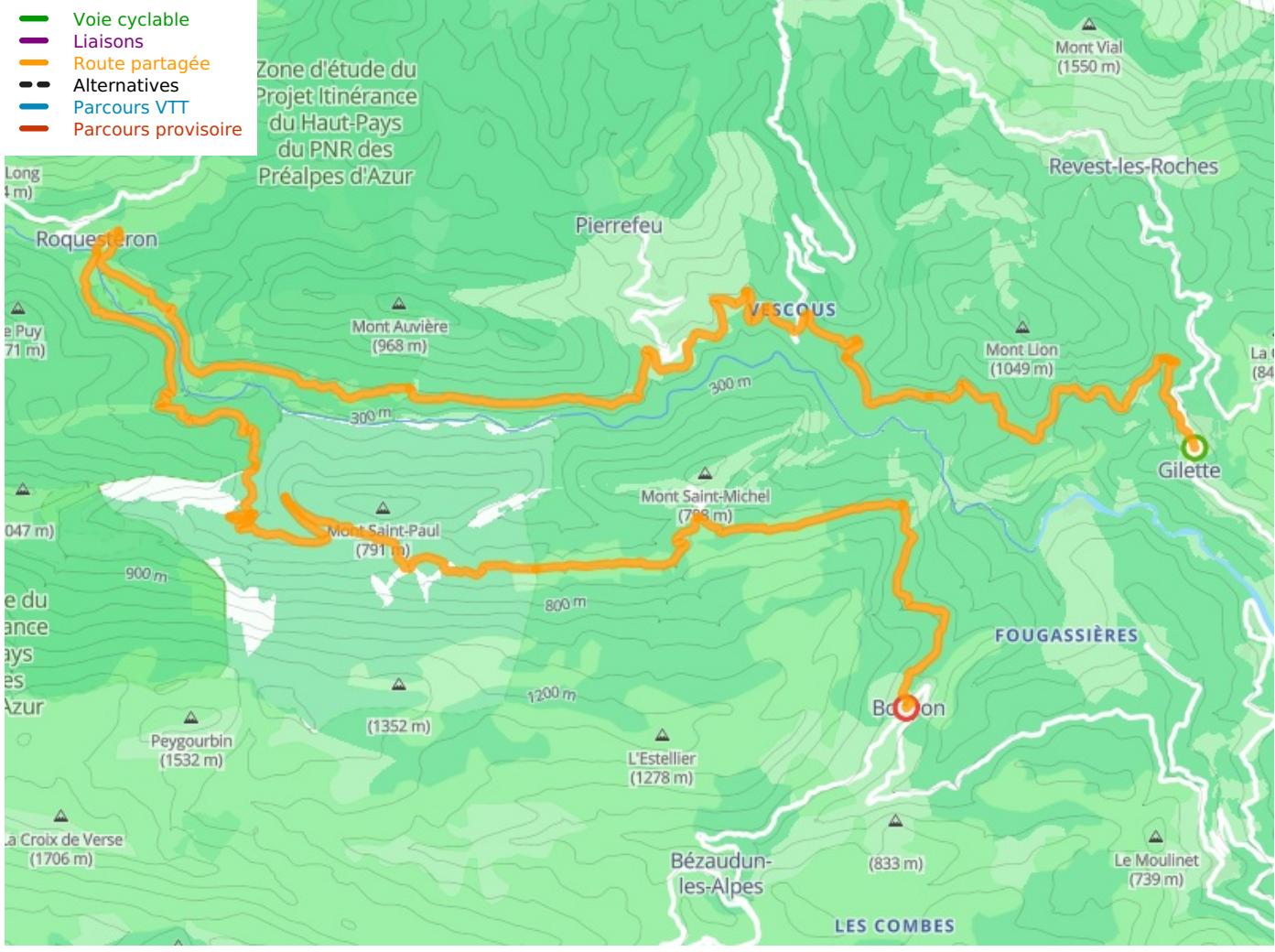
SNCF

- Aucune gare ferroviaire sur cette étape

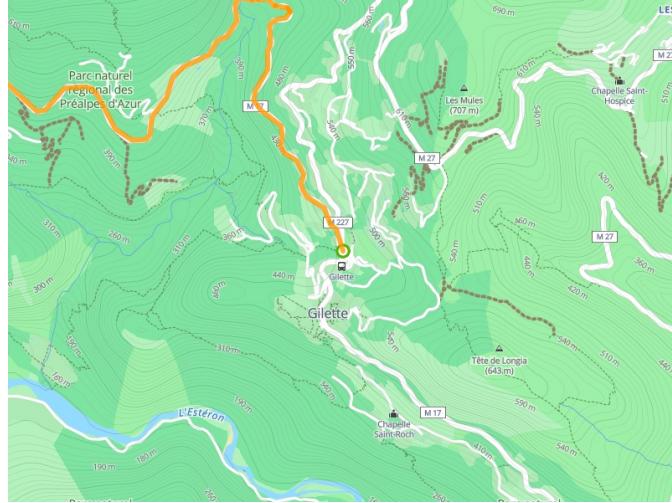
À ne pas manquer

- **Gilette** : le vieux village et sa plateforme avec un panorama sur la confluence Var, Estéron, le musée Lou Férouil 3250 route de Gilette, tous commerces | à proximité : pont de la Cerise (parcours aquatique - pédestre)
- **Roquestéron** : tous services, anciennement rattachée à la Roque-en-Provence
- **La Roque-en-Provence** : lavoir, maison du Prieur, chapelle Sainte-Pétronille et son panorama sur la vallée de l'Estéron, pont de France (ancienne frontière Comté de Provence et Duché de Savoie), passerelle au-dessus de l'Estéron

- **Conségudes** : église romane, chapelles St-Paul et Ste-Marguerite, ancien lavoir, four à pain communal, oratoires, lavoir ancien (aux sources de la Bouisse)
- **Les Ferres** : village perché niché dans son écrin de verdure sur le flanc sud du Mont Saint-Michel, avec son labyrinthe de venelles et un restaurant à la vue imprenable
- **Bouyon** : chapelles des Pénitents, Saint-Pons, Saint-Roch, oratoire Saint-Etienne, église paroissiale de Saint-Trophime, vestiges du château médiéval, four à pain communal, tous commerces



Départ
Gilette



Arrivée
Bouyon

