# Randonnée : Du Grand Défens au Dramont

## Infos Pratiques

- Saint-Raphaël
- 8.7 km
- Moyen
- 02h30
- 290 D+
- Rocher , Terre

## Les + de ce parcours

- Magnifiques panoramas sur la baie de Saint-Raphaël Fréjus et sur le Dramont
- Difficulté moyenne

## Le parcours

> ACCÈS
En voiture, stationnement sur l’avenue Léo Lagrange
En bus, ligne 10 ou 12, arrêt « Athéna »

> POINT DE DÉPART
Coordonnées GPS : 43.433582, 6.809197
Piste du Grand Défens

> ITINÉRAIRE
Empruntez la piste H465 « Grands Défens » qui monte en direction de l’antenne TDF que vous atteignez au bout de 600m, puis continuez encore sur 500m jusqu’au prochain croisement.
Prenez à gauche pour monter sur la crête, et rejoignez le poste d’observation DFCI (défense contre les incendies).
Après le poste, continuez sur un sentier plus étroit qui descend nettement vers les abords de la carrière.
Vous rejoignez la piste principale (ne pas la prendre), restez quelques dizaines de mètres

sur la gauche, le long de la carrière, puis emprunter le sentier bien visible traversant les bruyères, d’abord en surplomb, puis continue sur votre gauche en descente bien prononcée, pendant 300m.
En bas, prenez à gauche dans le vallon, passez le gué et vous rejoignez alors la piste du Vallon d’Aiguebonne .

Prendre à gauche sur la piste (H462 "Petits Caous"), qui monte doucement jusqu’au carrefour suivant. Continuez tout droit pendant 600m, puis prendre à droite pour franchir un nouveau gué. Continuez la piste qui monte, bifurque à droite , puis à gauche au niveau du surplomb.
Vous atteignez un nouveau carrefour de pistes, prenez celle en face de vous. La piste monte sur 500m alors en direction du château d’eau. Continuez sur quelques centaines pour rejoindre le belvédère.
Faites demi-tour pour revenir au gué du Vallon d'Aiguebonne.
Ne pas reprendre le sentier en montée, continuez sur le chemin du bas. Vous arrivez à proximité d’une petite route macadamisée.
Prendre à droite le joli sentier qui longe la route pendant 700m.
Vous atteignez le site de promenade du Crapa (Circuit Rustique d'Activités Physique Aménagé), passez à côté de son petit étang. Vous pouvez ensuite rester sur la piste principale ou prendre le sentier à droite, qui suit le même itinéraire, juste au-dessus.
Au bout, à l’épingle à cheveux, prendre à droite le petit raccourci qui vous ramène au point de départ.

> Soyez prévoyant : l’été, par forte chaleur et mistral, le Massif peut être fermé pour cause de risques incendies. Se reporter à la rubrique "informations pratiques" pour connaître la situation journalière.

https://circuits.esterel-cotedazur.com/itineraire/randonnee-du-grand-defens-au-dramont/