Trail – Trail Hermès Estérel (10km)

Infos Pratiques

- Fréjus
- 10.25 km
- Moyen
- 00h48
- 270 D+
- Cailloux , Revêtement dur (goudron, ciment, plancher) , Gravillons

Les + de ce parcours

- Vue panoramique sur la mer
- Découverte de la végétation de l'Estérel
- Chapelle Cocteau

Le parcours

> ACCÈS
Par l’autoroute A8, prendre la sortie 38 et prendre à gauche au rond-point en direction de Cannes / Mandelieu. Continuer sur 2 km jusqu’à arriver à un rond-point, l'entrée du parc Cocteau est juste en face.

> POINT DE DÉPART
GPS : 43.4716114960258, 6.7704213
Parking de la Chapelle Cocteau à Fréjus

>ITINÉRAIRE
Depuis le parking de la Chapelle Cocteau, passer derrière le portail et prendre tout de suite le sentier qui part à droite. Le suivre à gauche pour longer les arbres jusqu’à rejoindre un sentier plus large.

Continuer à droite, passer le pylône électrique et au carrefour suivant, prendre la Voie Aurélienne qui remonte sur la gauche et rejoint la Route d’Italie. A la route, prendre à

droite et continuer tout droit pour descendre jusqu'au Pont de la Becasse. Traverser le pont en direction d'Agay / Saint-Raphaël et prendre le sentier tout de suite à gauche.

Remonter le Val des Cèdres et continuer jusqu'à atteindre la Piste du Porfait, carrefour de plusieurs intersections. Continuer tout droit pour rejoindre la Piste Castelli et continuer sur environ 1,1km dans le Vallon de Barban. Au deuxième virage en épingle à droite, un bosquet d'arbres mimosa se trouve à votre gauche. Prendre le sentier qui part dans ce bosquet entre les 2 collines. A l'intersection suivante, prendre à droite pour remonter sur le flanc de colline, puis prendre à gauche pour rejoindre 1,25km plus loin la Piste de l'Essuyadou.

A ce carrefour, prendre à gauche. Profiter de la vue sur la mer et continuer jusqu'à un virage en épingle à Gauche en fond de vallon et peu après, suivre le sentier qui part sur votre droite pour rejoindre le sommet de la colline au-dessus de vous.

Une fois en haut de la crête, à l'intersection, continuer tout droit jusqu'à rejoindre le Pas de la Louve, au croisement avec la Route d'Italie. Traverser la route et continuer toujours tout droit pour redescendre jusqu'à la zone boisée empruntée au départ. Reprendre le sentier pour retrouver votre parking. En profiter pour faire un crochet à la Chapelle Cocteau; classée Monument Historique (fermée les dimanches, lundis et jours fériés / Entrée : 3€).

> ATTENTION
Ce parcours retrace celui du Trail Hermès Estérel de Fréjus. Vous pouvez le pratiquer toute l'année, mais la participation à l'événement officiel a lieu une fois par an (en avril généralement) et nécessite une inscription payante. Plus d'infos sur www.trailhermes.fr

https://circuits.esterel-cotedazur.com/itineraire/trail-trail-hermes-esterel-10km/