



Fiche Technique

Le massif de l'Estérel 5 jours / 4 nuits

Présentation :

Plongez au cœur du massif de l'Estérel, où la terre rougeoyante rencontre le bleu infini de la Méditerranée. Ce parc naturel, sculpté par des millions d'années d'histoire géologique, offre des paysages à couper le souffle : falaises de porphyre, criques secrètes et forêts de pins parasols.

Parcourez ses sentiers, où chaque détour révèle un nouveau panorama, de la baie de Cannes aux calanques de Saint-Raphaël. Respirez les effluves du maquis, découvrez une faune et une flore préservées, et laissez-vous surprendre par les contrastes saisissants entre terre et mer.

L'Estérel promet une escapade inoubliable, entre lumière méditerranéenne et paysages sauvages. Une invitation à l'émerveillement, à seulement quelques dizaines de kilomètres de la Provence.

Lieu :

France – Provence – Côte d'Azur

Programme prévisionnel :

Attention : votre accompagnateur reste le seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant pour des raisons de sécurité (niveau physique des participants, conditions météo, ...)

Toutes activités en dehors de la randonnée et non prévues au programme sera sous la seule et unique responsabilité du pratiquant. Elle sera pratiquée à ses risques et périls.

Jour 1 : **d'Agay à St Raphaël 4h de marche / 150m de dénivelé.**

Regroupement à Agay. Mise en jambe par le sentier côtier passant par le cap Dramont puis toute une succession de plages. Installation à l'hébergement.

Jour 2 : **Pic du Cap Roux (454 m) 5h de marche / 510m de dénivelé.**

Un des sommets emblématiques de l'Estérel où la vue s'étend à 360°. Parcours dans le maquis typique, avec toute sa richesse botanique.

Jour 3 : **Sommet de Suières (558 m) 5h30 de marche / 560m de dénivelé.**

Direction l'intérieur des terres pour retrouver tous les aspects spécifiques de l'Estérel : couleurs, flore odorante et vues époustouflantes. Par beau temps, vous apprécierez la vue panoramique sur les Préalpes de Grasse, le parc national du Mercantour et les baies de Cannes et de Saint-Raphaël !

Association Provence Evasion – 14 impasse des Cèdres – 13.390 Auriol

tel. : +33 6 52 50 26 39 contact@provenceevasion.com

Association de tourisme inscrite au registre national ATOUT FRANCE affiliée à l'APRIAM IM 73 100023

Alpespace 50 Voie A. Einstein - 73.800 Francin

garantie financière : GROUPAMA 4000713451/0 - 8-10 rue d'Astorg 75008 PARIS

RCP : MMA IARD police A3.056.234 14 Bd M&A Oyon 72000 LE MANS

Siret 539 889 147 000 10 – APE 9329Z - TVA intracommunautaire FR 59 539 889 147

Jour 4 : île de Lerins - Tour de l'île Ste Marguerite (488 m) 3h de marche / 50m de dénivelé.

Transfert à Cannes (Vieux-port). Petite traversée (15 min) pour accoster sur l'île Sainte-Marguerite, faisant partie de l'archipel de Lérins. Observée depuis le premier jour du haut des sommets ou du bord de mer, ce sera l'occasion d'une magnifique promenade au milieu des eucalyptus et des pins d'Alep.

Jour 5 : de la Pointe de l'Aiguille au Rocher des Monges (300 m) 5h de marche / 480m de dénivelé.

Transfert vers Théoule-sur-Mer. Parcours en boucle avec vues époustouflantes toute la journée. Séparation en milieu d'après-midi et retour.

Groupe :

Cette prestation s'adresse à des groupes constitués de 8 à 12 personnes.

En deçà de 8 personnes, une proposition de prix vous sera proposée pour que le séjour puisse avoir lieu.

Niveau technique requis :

Le rythme de marche est tranquille avec des pauses régulières pour privilégier l'aspect découverte à l'aspect sportif. Les sorties durent au plus 5 heures 30 (de marche) avec le port d'un petit sac à dos contenant vos affaires personnelles et le repas de midi.

Même si les dénivelés restent peu importants, certaines portions de chemins sont raides. De plus les randonnées en bord de mer sont rarement à courbe de niveau mais plutôt faites de montées et de descentes successives.

Encadrement :

Par un accompagnateur en montagne, diplômé d'état, connaissant très bien la région. Il sera à même de s'adapter à vos demandes.

Dates / Période :

Durée : 5 jours / 4 nuits – 4,5 journées de marche

Dates : du lundi 6 au vendredi 10 avril 2026

Transports :

Votre accompagnateur dispose d'une voiture 5 places qu'il met à disposition pour 3 personnes durant les 5 jours. Les places seront **réservées sur demande** et dans **l'ordre d'arrivée des inscriptions**.

Au delà de 3 inscrits, le reste du groupe suivra avec un véhicule individuel. L'hôtel dispose d'un parking privé, fermé la nuit.

Pour la préservation de notre environnement, penser au covoiturage. Cependant vérifiez que vous êtes bien assurés pour ce type de déplacement.

Rendez-vous et dispersion :

Le rendez-vous est prévu à Agay pour 11h du jour 1.

La dispersion s'effectuera vers 16h après la randonnée du jour 5.

Un dossier de départ vous sera envoyé 1 mois avant le départ avec toutes les

Association Provence Evasion – 14 impasse des Cèdres – 13.390 Auriol

tel. : +33 6 52 50 26 39 contact@provenceevasion.com

Association de tourisme inscrite au registre national ATOUT FRANCE affiliée à l'APRIAM IM 73 100023

Alpespace 50 Voie A. Einstein - 73.800 Francin

garantie financière : GROUPAMA 4000713451/0 - 8-10 rue d'Astorg 75008 PARIS

RCP : MMA IARD police A3.056.234 14 Bd M&A Oyon 72000 LE MANS

Siret 539 889 147 000 10 – APE 9329Z - TVA intracommunautaire FR 59 539 889 147

précisions nécessaires pour vous rendre au lieu du rendez-vous du jour 1.

Hébergement :

Nous serons hébergés à Agay, dans un hôtel 3 étoiles, à partir duquel nous rayonnerons. On trouve pour la nuit des chambres de 2 à 3 personnes avec lits individuels. Possibilité de chambre individuelle. La demi-pension comprend la nuitée, le petit déjeuner et le repas du soir.

Restauration :

La restauration est de qualité. À proximité de l'hôtel vous pourrez trouver une petite supérette, un vendeur de fruits et légumes et une boulangerie pour vos pique nique. Nous dînerons dans des restaurants proches de l'hôtel (2 plats à la carte). La cuisine locale est copieuse, équilibrée et adaptée au programme du séjour.

Prix :

du séjour 5 jours / 4 nuits :

de 8 à 12 personnes : 780 € / pers sur la base d'une chambre de 2 pers.

Ce prix comprend :

l'encadrement des 5 jours par un accompagnateur en montagne,
la demi-pension (sur la base d'une chambre double),
les taxes de séjour.

Ce prix ne comprend pas :

les pique nique du midi
les assurances éventuelles,
les consommations et achats personnels.

Prestations complémentaires :

- chambre individuelle : 180€ / pers (4 nuits)

Interlocuteur du séjour :

Lionel Marchese (lionel.marchese@provenceevasion.com – +33 6.759.774.06)

Une convocation vous sera envoyée à la confirmation du séjour, avec toutes les informations nécessaires pour le bon déroulement du séjour.

N'hésitez pas à nous contacter pour toute demande particulière. Nous nous efforcerons d'y répondre au mieux, dans la mesure du possible.

Association Provence Evasion – 14 impasse des Cèdres – 13.390 Auriol

tel. : +33 6 52 50 26 39 contact@provenceevasion.com

Association de tourisme inscrite au registre national ATOUT FRANCE affiliée à l'APRIAM IM 73 100023

Alpespace 50 Voie A. Einstein - 73.800 Francin

garantie financière : GROUPAMA 4000713451/0 - 8-10 rue d'Astorg 75008 PARIS

RCP : MMA IARD police A3.056.234 14 Bd M&A Oyon 72000 LE MANS

Siret 539 889 147 000 10 – **APE** 9329Z - **TVA intracommunautaire** FR 59 539 889 147