



16

PONT DES TUVES OU DES GABRES

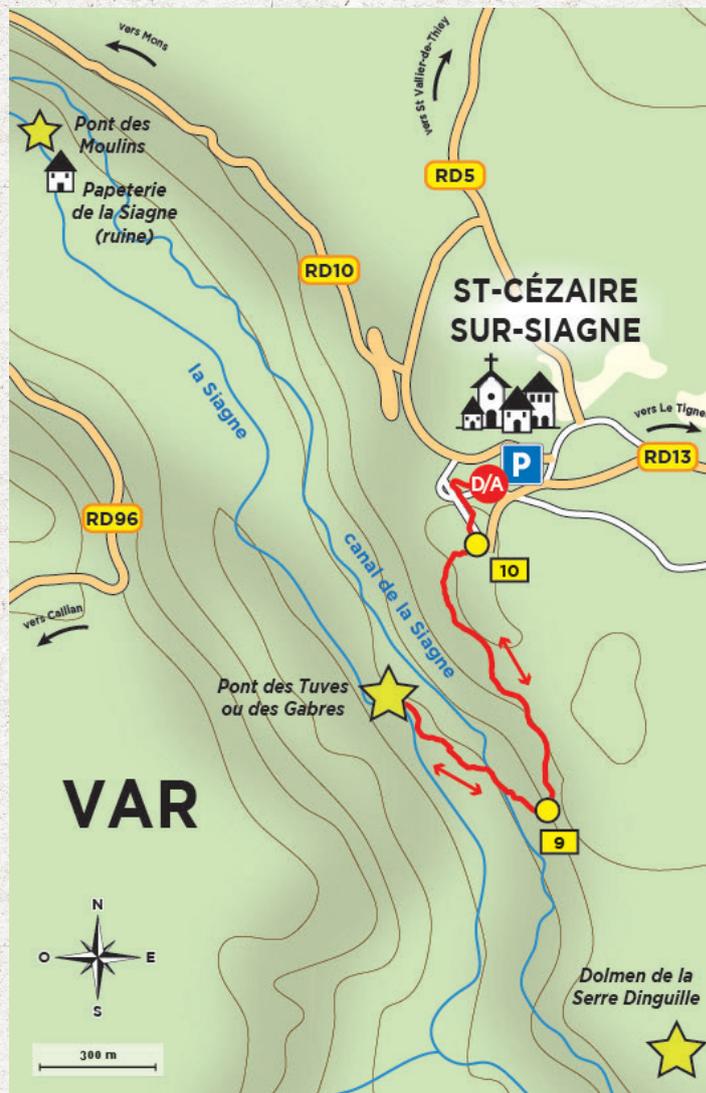
Au départ de Saint-Cézaire-sur-Siagne, parking du village (480 m)



Doublet intéressant avec ces toponymes « du Pont des Gabres » et « du Pont des Tuves » qui désignent un seul et même ouvrage, baptisé ainsi suivant que l'on descend côté St-Cézaire-sur-Siagne ou côté Montauroux. Outre la découverte de ce fabuleux ouvrage de pierres, reconstruit en 1802 sur les vestiges de l'ancien pont romain, ce circuit donnera l'occasion d'observer les dépôts de calcaire (tuf) des sources qui bordent sa rive gauche. Le pont qui enjambe la Siagne, frontière naturelle et actuelle entre les Alpes-Maritimes et le Var, fut longtemps le seul lien entre les deux rives. En forme de dos d'âne avec une seule arche de 20 mètres de long, une hauteur sous voûte de 7 mètres et une largeur de voie caladée de 1,7 mètres, il reste un témoin de l'histoire quand déjà à l'époque romaine les caravanes d'hommes et de mulets l'empruntaient pour approvisionner Fréjus en blé, huile et farine de St-Cézaire. De nos jours, sa singularité, son environnement particulier et ses eaux turquoise attirent les amoureux de la nature et les familles qui tentent d'échapper à la chaleur estivale.

Itinéraire

Depuis le parking, gagner la fontaine aux Mulets au centre du village ; contourner l'église et suivre la rue du docteur Aubin vers le sud-est pour rejoindre le GR®510 (balise 10). Descendre par le sentier caladé qui serpente au milieu des oliviers pour rejoindre un carrefour (b.9). Quitter le GR®510 et poursuivre sur la droite pour amorcer la descente sur un large chemin muletier balisé en jaune en direction de la Siagne. Atteindre la berge et traverser avec vigilance aux abords du pont le passage à proximité de la cascade qui peut se révéler glissant. Traverser le pont des Gabres et revenir par le pont des Tuves pour rentrer par l'itinéraire emprunté à l'aller.



Caractéristiques de la randonnée

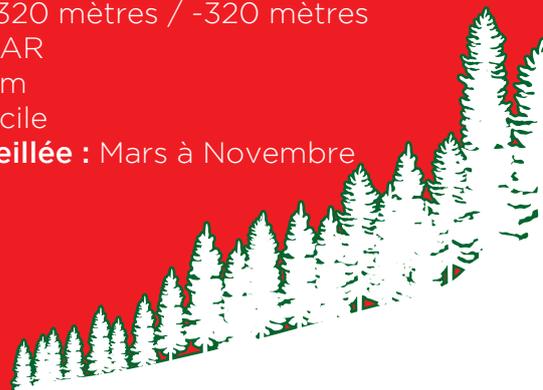
Dénivelée : +320 mètres / -320 mètres

Durée : 2h30 AR

Distance : 5 km

Difficulté : Facile

Période conseillée : Mars à Novembre





INFORMATIONS & AVERTISSEMENTS

Signalétique, cartographie et balisage

Présente aux départs des itinéraires, aux bifurcations et aux cols, la signalétique départementale en bois gravé, facilement



reconnaissable, équipé l'ensemble des itinéraires pédestres inscrits au PDIPR. Chaque poteau porte un numéro de référence que l'on pourra aisément retrouver sur la carte IGN TOP 25 du secteur, complément indispensable du descriptif de chaque itinéraire, qui permet une orientation de terrain précise, l'analyse des principaux paramètres du circuit (pente, dénivelée, abris...) et en cas de

problème, de trouver le chemin ou la route à emprunter pour gagner le village le plus proche.

Les rectangles de peinture jaune (chemin de petite randonnée) ou blanche et rouge (chemin de grande randonnée) balisent les itinéraires entre les poteaux indicateurs.



Pastoralisme

Pour protéger leurs troupeaux contre les attaques de prédateurs, les éleveurs et bergers sont amenés à utiliser des chiens de protection pour dissuader tout intrus de s'approcher du troupeau.

Vous pouvez être amené à rencontrer un ou plusieurs chiens de protection : contournez largement le troupeau, évitez de le traverser, face au chien arrêtez-vous, restez calme, ne le menacez pas, ne le caressez pas, et si vous avez votre chien de compagnie, ne le prenez jamais dans les bras.

Dans tous les cas, quand vous voyez un troupeau, gardez vos distances !



Le PNR des Préalpes d'Azur

Le Parc naturel régional des Préalpes d'Azur s'étend sur 47 communes à l'Ouest du département des Alpes-Maritimes entre mer et montagne. Il a pour objectif de concilier à la fois la préservation, la protection des patrimoines naturel et culturel, et le développement économique et social du territoire préalpin. Profitez et respectez ces espaces de proximité, riches en biodiversité et préservés.

Consignes de sécurité

Les randonnées qui vous sont proposées se déroulent dans un milieu naturel de moyenne montagne soumis aux aléas climatiques. Chaque usager évolue dans cet environnement en fonction de ses capacités, sous sa propre responsabilité, en connaissance des risques encourus liés au milieu ou à l'activité et doit prendre les précautions nécessaires pour une pratique en toute sécurité. Les descriptifs donnés à titre d'information et ne dispensent pas de faire preuve de vigilance et de bon sens et d'adapter votre comportement aux circonstances effectivement rencontrées sur le terrain.

Encadrement : n'hésitez pas à faire appel à un professionnel qui saura vous guider, vous former et vous faire découvrir les joies de la rando en toute sécurité. Accédez aux coordonnées des professionnels de l'activité en vous adressant à la mairie ou à l'Office de Tourisme le plus proche.

Recommandations de pratique : un équipement adapté au parcours, des conditions météorologiques vérifiées avant le départ, constituent des facteurs importants de confort et de sécurité.

Pour alerter les secours, composez le 112.

Attention ! En fonction de la couverture GSM, le recours au téléphone portable ne peut être systématique.