

COTE D'AZUR

SPORT

NATURE

DOSSIER DE PRESSE



SAUTEZ



VOLEZ



COUREZ



ROULEZ



VIBREZ

 **CONSEIL GÉNÉRAL**  
ALPES-MARITIMES

**VISIT**  
**CÔTE D'AZUR**  
[www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)

# Côte d'Azur Nature

---

## Sommaire

---

Page 2 :	Sommaire
Page 3 :	Un territoire à découvrir : entre mer et montagne !
Page 5 :	COTEDAZUR-Sport et Nature – <b>Les bons plans !</b> COTEDAZUR-Card/Pass Vibrez, Vésubie, Valdeblore/Pass animalier/ Guides gratuits
Page 12 :	<u>COTEDAZUR-Sport</u>
Page 13 :	Tendance – Le <b>Trail</b>
Page 15 :	Le phénomène du 3 <sup>ème</sup> millénaire – Le <b>running</b>
Page 17 :	La <b>marche nordique</b> et la <b>randonnée</b>
Page 19 :	<b>Cyclo-tourisme</b> , voyager à vélo sur la Côte d'Azur ? Ici, on combine : soleil, mer et montagne
Page 23 :	<b>VTT</b> – La Côte d'Azur, terre de sensations !
Page 28 :	<b>Outdoor – Activités de pleine nature en montagne</b>
Page 33 :	<b>Outdoor – Activités nature côté mer</b>
Page 35 :	Les <b>sports élégants</b>
Page 38 :	<b>Skier</b> sur la Côte d'Azur !
Page 41 :	Les activités <b>hors ski</b>
Page 43 :	COTEDAZUR-Sport – <b>Récupérer</b>
Page 45 :	COTEDAZUR-Sport et Nature – <b>Calendrier sportif</b>
Page 51 :	COTEDAZUR- Nouveautés 2014 - <b>Les grands équipements sportifs</b>
Page 54 :	<u>COTEDAZUR- Sport et Nature – <b>Où pratiquer ?</b></u> Un terrain de sport entre mer et montagne
Page 55 :	Coup de cœur en bord de mer
Page 59 :	Protégé – Le Parc National du Mercantour
Page 60 :	Nouveauté – Le Parc Naturel des Préalpes d'Azur
Page 61 :	Semi-urbain – Les Parcs Départementaux Hiver comme été – Stations de ski et stations de montagne
Page 62 :	Grande Itinérance
Page 63 :	COTEDAZUR-Nature : <b>Quelques rendez-vous pour s'évader</b> Ecotourisme/Rando-Bistrots/Echappées Belles/Tourisme animalier
Page 69 :	COTEDAZUR- Sport et Nature <b>Les produits – Les prestataires</b>

# Côte d'Azur Nature

---

Un territoire à découvrir : entre mer et montagne !

---



Parmi les images inattendues de la Côte d'Azur, on retient souvent en hiver, cette image des sommets enneigés du Mercantour visibles lorsque l'on arrive sur la Riviera. On le sait, ici les Alpes sont Maritimes mais cette notion reste encore une particularité à découvrir pour nombre d'entres-nous.

En effet, lorsque l'on évoque la Côte d'Azur, on imagine aisément les villes de Cannes, Nice, Antibes, Grasse ou Menton, mais l'on sait moins que 80% de sa surface est pourtant en zone montagne protégée par le Parc National du Mercantour, le Parc Naturel Régional des Préalpes d'Azur qui -collés à la Méditerranée- font de cette partie de la France, un terrain de sport à ciel ouvert et ceci du 1<sup>er</sup> janvier au 31 décembre.

Cette particularité géographique de la Côte d'Azur fait que les plus hauts sommets (les 3000 !) sont situés à moins d'une heure 30 du littoral, ce qui offre un espace de jeu naturel d'exception entre mer et montagne.

## **Un programme sportif complet...**

La plupart des sports peuvent y être pratiqués ! Pour exemple, voici un programme sportif complet réalisable tout au long de l'année sur la Côte d'Azur :

**Jogging** sur le Cap de Nice,

**Vélo** sur « la littorale »,

**Rando-nordique** le long les rochers rouges de l'Estérel,

**VTT** dans le Mercantour,

**Vélo** de route dans les vallées si différentes les unes des autres, en passant par quelques cols réputés: celui de Turini par exemple,

**Balades équestres** au coeur des plaines des pré-alpes d'azur, sur les chemins de traverse autour de Puget Théniers...,

**Sports d'eaux vives** dans l'Estéron ou dans la Roya,  
**Escalade** sur le Baou de Saint Jeannet,  
**Voile** au départ des ports typiques de la Côte d'Azur,  
**Plongées** dans les baies azuréennes,  
**Golf** sur l'un des 20 parcours de la Côte d'Azur  
**Ski** dans les stations internationales de la Côte d'Azur,  
**Rando-raquettes, construction d'igloos, chiens de traîneaux, cascades de glace...**pour les amoureux d'espaces blancs.

### **Un calendrier exceptionnel...**

Pour conforter ceci, le **calendrier des événements sportifs est tout à fait prestigieux** notamment pour ce que nous pourrions qualifier les sports élégants. La notion d'élégance s'est affichée dès la naissance du tourisme sur la Côte d'Azur et des événements remarquables ont rapidement été organisés sur la Riviera, ils sont aujourd'hui incontournables : Grand prix de Monaco, régates de vieux gréements, compétitions internationales de tennis, parcours de golfs dessinés par les noms les plus prestigieux, compétitions équestres.

De plus, cette année, l'actualité muséale est marquée par l'ouverture du **Musée National du Sport** – au cœur du Stade Allianz Riviera à Nice. Les amateurs de sport y retrouveront les objets mythiques qui ont marqués l'histoire du sport.

### **Une stratégie de fidélisation de la clientèle mais également de renouvellement d'image et de proposition de séjours...**

L'ensemble de ces disciplines sportives sont des outils susceptibles d'attirer des clients tout au long de l'année, notamment en hiver, compte tenu des conditions climatiques favorables dont bénéficie la Côte d'Azur.

En hiver -avec le ski- l'enjeu est de faire découvrir la qualité des domaines skiables notamment des stations dites internationales, mais également des Stations Villages des Alpes du Sud ou encore des stations aux pistes vue mer, qui font l'exception de cette Destination.

En associant les notions de « sport » et « nature », on donne également un éclairage à l'ensemble des engagements pris vis à vis de l'environnement : en mer avec le sanctuaire de mammifères marins du Pélagos, en montagne grâce aux actions menées par les Parcs nationaux, régionaux.

La notion d'écotourisme, ou de tourisme raisonné, est développée à travers des produits touristico-sportifs, des sensibilisations aux publics venant se ressourcer au cœur de territoires protégés -parfois urbains- qui proposent également des alternatives.

Les transports. La politique de transport en commun dans les Alpes-Maritimes est en faveur de tous, puisque l'on circule sur tout le département pour 1.5 euros le trajet (bus et tramway). Parallèlement des Rando-bus et Bus 100% Neige sont mis en place selon la saison, permettant ainsi aux personnes du littoral de monter dans le haut-pays pour pratiquer la randonnée ou le ski. Enfin, il faut conclure avec la Ville de Nice qui s'est engagée depuis quelques années dans le transport propre grâce aux voitures électriques partagées et vélib'.

A travers ce dossier de presse Côte d'Azur Sport et Nature, nous vous invitons à découvrir une Côte d'Azur protégée et un terrain de sport ouvert toute l'année

[www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)

COTEDAZUR-  
Sport et Nature  
**Les bons plans !**

# Côte d'Azur Nature

---

## Nouveauté 2014 - La COTEDAZUR-Card

---



Les vacanciers, outre la gestion de leurs dépenses, se doivent de réussir leurs vacances et nombre d'entre-eux aspirent à des « vacances dites d'expérience », des « vacances actives ». C'est ainsi qu'a été imaginée la COTEDAZUR-Card®.

Elle propose, sur une formule de 3 ou de 6 jours consécutifs, de pratiquer de multiples activités en s'appuyant sur une organisation simple et un concentré de bons plans.

La COTEDAZUR-Card®: en quelques chiffres...

115 activités incluses (+ 5 au choix) et 85 partenaires

6 sites naturels

13 activités de loisirs

19 activités nature

Répartis... sur 53 communes de la Côte d'Azur et de l'Est du Var : du littoral à l'arrière-pays jusqu'aux stations de montagne.

25 visites et excursions

29 musées et monuments

10 artisanat et dégustations

13 activités aquatiques

Ce produit touristique est un nouvel outil « anti-crise » pour répondre aux problématiques de consommation touristique au bénéfice de la Destination dans sa globalité, mais également au service spécifique des professionnels.

A partir de 5 /6 activités consommées la réduction sur le tarif plein individuel peut atteindre jusqu'à 50%.

La COTEDAZUR-Card® est matérialisée par une carte -passeport électronique pré-payé- qui donne accès à son détenteur à plus de 115 activités à pratiquer sur l'ensemble du territoire des Alpes-Maritimes et une partie du Var, du bord de mer jusqu'aux stations d'été en montagne.

Ainsi, l'idée est de proposer aux touristes d'accéder aux sites et activités qu'ils apprécient en priorité et de les inciter à diversifier leur programme avec des propositions complémentaires, incluses dans cette fameuse carte.

Où l'acheter ? Le client achète sa « COTEDAZUR-Card® »

soit via le site [www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)

soit sur l'un des points de vente, à son arrivée sur la Côte d'Azur (plus d'une centaine : offices du tourisme, hébergeurs....)

Un rapport qualité-prix inédit :

Une carte adulte correspond à une contre-valeur de près de 1000€ !

Une carte enfant correspond à une contre-valeur de près de 560€ !

Un catalogue répertoriant l'ensemble des activités, sera remis à chaque achat de carte, regroupant l'ensemble de l'offre proposée : visites guidées, accès aux parcs de loisirs et parcs à thèmes, accès aux musées, petit train, sorties en bateau, activités nautiques, cadeaux... Et les informations pratiques.

Il suffit, finalement, de composer son programme de vacances idéales du littoral au haut-pays.

Deux formules sont disponibles :

Une carte 3 jours (consécutifs)	Tarif adulte : 39€	115 activités
	Tarif enfant (4-12 ans) : 21€	115 activités
Une carte 6 jours (consécutifs)	Tarif adulte : 54€	115 activités
	Tarif enfant (4-12 ans) : 29€	115 activités

Carte valable jusqu'au 31 octobre 2014.

La validité de la carte se déclenche au moment de la première activité.

[www.cotedazur-card.com](http://www.cotedazur-card.com) ou [www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)

Activités « sport et nature » incluses dans la COTEDAZUR-Card®

---

#### Dans les Alpes-Maritimes :

Cagnes sur Mer	Hippisme	Entrée à l'hippodrome de la Côte d'Azur : courses et animations nocturnes.
Cannes	Balade/Nature	Trajet de Cannes pour l'île Saint Honorat Trajet de Cannes pour l'île Sainte Marguerite
Cap d'Ail	Sur l'eau	1 heure de kayak ou ½ heure de paddle
Mandelieu-la-Napoule	Sur l'eau	1 heure de Canoe Kayak et 1 heure de paddle
Monaco	Découvrir	Entrée au Musée Océanographique de Monaco
Saint Laurent du Var	S'amuser	Paddle
Caille (Pays Grassois)	Aventure/Nature Insolite	Faire la via souterrata (Via ferrata dans une grotte)
Puget-Théniers	Prendre l'air	Via ferrata les Demoiselles de Castagnet et location des équipements
Auron :	Faire du sport S'amuser	Remontées mécaniques (VTT et randonneurs) Accès à la piscine d'Auron
Gréolières-les-Neiges	Prendre l'air	Parcours accrobranche

La Moulière	Faire du sport	Remontée mécanique Forfait journée VTT Accès à la via souterrata
Saint-Auban	S'amuser en famille	Location de kart à pédales Pêche à la truite
Saint-Cézaire	Découvrir	Accès aux Grottes de Saint-Cézaire-sur-Siagne
Saint-Vallier de Thiey	Découvrir	Entrée de la grotte de Baume Obscure et chasse aux trésors dans la grotte
Isola	S'amuser	Accès à l'acquavallée, à la piscine et à l'espace bien-être Tir à l'arc Accès au practice de golf
La Brigue (Roya Bévéra)	Prendre de la hauteur S'amuser	Via Ferrata Balade en segway tout terrain dans le village
La Colmiane	S'amuser Prendre l'air	Accès au mini-golf Parcours accrobranche
Saint-Martin-Vésubie	Aux loups !	Entrée au Parc Alpha
Roquebilière	Prendre l'air	Accès au bassin de baignade biologique
Roubion	Prendre l'air	Accès à la via ferrata Mise à disposition d'un VTT électrique Geocaching et safari GPS
Roure	Découvrir et flâner	Entrée à l'Arboretum de Roure Randonnée dans l'arboretum
Sospel Tende	En Famille Prendre l'air	Chasse au trésor GPS Via Ferrata
Valberg	Prendre l'air En famille	Accès au Practice de golf Entrée à la piscine 3 tours de luge d'été

### **Dans le Var :**

Pour la première fois, le CRT Côte d'Azur et Estérel Côte d'Azur allient leur savoir-faire autour d'un concept touristique estival entre Var et Alpes-Maritimes. Ainsi, Estérel Côte d'Azur apporte son concours opérationnel actif à ce projet trans-départemental.

Agay	S'amuser en famille	Mini-golf de 18 trous au Village du Cap Estel
Fréjus	Activité nautique	Rando palmée accompagnée d'un moniteur biologiste
Roquebrune-sur-Argens	Activité nautique	Balade en canoé au départ de la base du Rocher
Saint Raphael	Découvrir	Balade en bateau d'1h30 le long des calanques de Saint Raphael



## **Des activités de pleine nature à tarif privilégié !**

Les prestataires d'activités de pleine nature du département des Alpes-Maritimes, labellisés « Qualité Tourisme », proposent certaines de leurs activités accompagnées à tarif préférentiel entre 10 et 15% de réduction du prix public, aux détenteurs de la COTEDAZUR-Card.

Mat et Eau	10% sur toutes les activités eaux vives
Terres des Lacs	10% sur les activités sportives sauf équitation, à partir de 4 personnes.
1001 sentiers	10% sur les stages et rando-VTT
Imagin'air	10% sur tous les baptêmes en parapente
Roya Evasion	10% sur les activités canyons découverte famille et canyons sportifs 10% sur le canoë-Rafting Roya demi-journée.
Camp 4	10% sur toutes les activités
Destination Nature	10% sur les activités descente an canyoning en ½ journée dans les Gorges du Loup.
Soleyo	15% sur toutes les activités
Montagnes Merveilles	10% sur la randonnée nordique dans les Parc Naturels des Alpes-Maritimes.
Fun Trip	12% sur les randonnées aquatiques
Taos Evasion	10% sur les sorties randonnées
Odyssée Verticale	10% sur les activités de canyon et via ferrata (journée et demi-journée)
Les Pirogues	10% sur toutes les activités
Marche ou rêve	20% sur les randonnées astronomie et naturalistes.
The Frog's House	10% sur les sorties randonnées – journée)
Mercantour Rando	10% sur les randonnées Mercantour.

Attention : le détail des prestations soumises à tarif préférentiel, sera présenté de manière complète sur le Catalogue [www.COTEDAZUR-Card.com](http://www.COTEDAZUR-Card.com)

---

## Le Pass Vibrez, Vésubie, Valdeblore

---



Le Pass Vibrez Vésubie Valdeblore est une carte multi-loisirs pratique et économique proposée par le Conseil général des Alpes-Maritimes, le Syndicat Mixte et le CRT Côte d'Azur, donnant accès à 10 activités de loisirs originales et parfois uniques dans le département, ainsi qu'une sélection d'activités sportives et culturelles avec une réduction tarifaire sur présentation du Pass auprès de « partenaires avantages ».

Au programme : Parc Alpha – Accrobranche – 2 Via Ferrata – escalade – Descente VTT – Luge d'été – Mini golf – Lac biologique – remontée télésiège.

La Colmiane – Le Boréon – Rouquebillière – Lantosque – Saint Martine Vésubie.

Adulte : Pass 3 jours : 30€ (tarif sans pass : 84.40€) Pass 6 jours : 40€

Enfants : Pass 3 jours : 19€ (Tarifs sans pass : 76€) Pass 6 jours : 24€

[www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com) [www.cg06.fr](http://www.cg06.fr)

# Nouveauté 2014 - Pass animalier

Musée Océanographique – Réserve des Monts d'Azur – Parc Alpha

Dans le cadre de la préservation de la faune sauvage, le Conseil général des Alpes-Maritimes a passé une convention de partenariat avec le Musée Océanographique de Monaco, La Réserve des Monts d'Azur et le Parc Alpha à Saint Martin Vésubie.

Cette coopération affiche une aspiration durable, celle d'abriter les plus belles et les plus rares espèces d'animaux sauvages des Alpes-Maritimes et de les faire découvrir au public dans un environnement protégé et adapté à leurs cycles et modes de vie.

Ainsi, les visiteurs respectifs de ces 3 sites pourront bénéficier d'avantages tarifaires.



@Parc Alpha Saint Martin Vésubie – La Réserve des Monts d'Azur à Thorenc – Musée Océanographique de Monaco

**Voir plus loin dans le dossier : Tourisme animalier.**

## Les tarifs :

Jardin exotique : Tarifs préférentiels proposés sur présentation du ticket d'entrée de l'un ou l'autre établissement :  
Sur présentation du ticket du Parc Alpha :  
Entrée du Jardin Exotique Adulte : 5,50 € (au lieu de 7,20 €)  
Entrée du Jardin Exotique Enfant : 2,70 € (au lieu de 3,80 €)  
Sur présentation du ticket du jardin Exotique :  
Entrée par Alpha Adulte : 10 € (au lieu de 12 €)  
Entrée parc Alpha Enfant : 8 € (au lieu de 10 €)

Musée océanographique : Tarifs préférentiels proposés sur présentation du ticket d'entrée de l'un ou l'autre établissement :  
Musée océanographique :  
Tarif entrée ind. Adulte : 11,50 € au lieu de 14 €  
Tarif entrée ind. Jeune (13 à 18 ans) : 7,50 € au lieu de 10 €  
Tarif entrée ind. Enfant (4 à 12 ans) : 5,50 € au lieu de 7 €  
Gratuité pour les moins de 4 ans.  
Parc Alpha :  
Tarif entrée ind. Adulte : 10 € au lieu de 12 €  
Tarif entrée ind. Enfant : 8 € au lieu de 10 €  
Gratuité pour les moins de 4 ans.

Réserve des Monts d'Azur : Tarifs préférentiels proposés sur présentation du ticket d'entrée de l'un ou l'autre établissement :  
Réserve des Monts d'Azur :  
Safari en calèche. Adulte : 16,50€ au lieu de 18€  
Safari en calèche. Ado : 12,50€ au lieu de 14€  
Safari en calèche. Enfant : 8€ au lieu de 9,50€  
Parc Alpha :  
Tarif entrée ind. Adulte : 10 € au lieu de 12 €  
Tarif entrée ind. Enfant : 8 € au lieu de 10€  
Gratuité pour les moins de 4 ans

# Les guides gratuits

## La collection des **Randoxygènes** et les **Alpes-Maritimes à vélo**

Le Conseil général des Alpes-Maritimes et le CRT Côte d'Azur mettent à disposition GRATUITEMENT, une série de guides pratiques pour découvrir les Alpes-Maritimes à travers différentes disciplines. Randonnées, Trails, VTT, équitation, canyoning... ou à travers des sites aménagés : Via Ferrata...

Ces guides sont à disposition dans les offices du Tourisme.



# COTEDAZUR-Sport

# Côte d'Azur Sport & Nature

---

## Tendance - Le trail

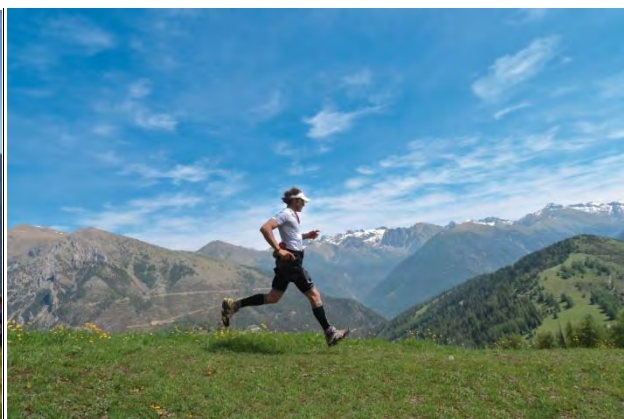
---

Voici une discipline basée sur le dépassement de soi qui combine résolument sport et nature : le Trail. Cette discipline connaît un succès grandissant et le nombre croissant de participants aux événements Trails traduit un engouement pour ce type de challenge. De plus, la médiatisation de certains trails mythiques renforce l'image de ce sport.

Les Alpes-Maritimes ne sont pas en reste. En effet, doté depuis 3 ans d'une « Station Trail » à Saint Martin Vésubie, des parcours et un calendrier d'entraînement y sont proposés.



@Conseil général des Alpes-Maritimes – Challenge Trail 06



@Le Kilomètre Vertical – Conseil général 06

---

## Saint Martin Vésubie : 1<sup>ère</sup> station Trail des Alpes du Sud !

---

Premier territoire labellisé par la Fédération Française d'Athlétisme et 1<sup>ère</sup> station de Trail des Alpes du Sud.



Equipement de la Station Trail de Saint Martin Vésubie :

13 parcours de rando Trail                      270 km de pistes 100 % nature

5 ateliers Trail (Km Vertical, piste en herbe, boucles seuils court et long, côte)

[www.stationdetrail-vesubie.com](http://www.stationdetrail-vesubie.com)

La Station de Trail® est un lieu 100% dédié au Trail, qui propose des parcours et des outils à la fois aux débutants désireux d'apprendre et d'être encadrés, et aux passionnés qui recherchent en un seul lieu de quoi organiser stages ou week-end complets.

---

## Nouveauté été 2014 – Trail à Valberg

---

Les sentiers de trail permanents seront en place pour l'été 2014 avec 3 niveaux balisés. Les parcours seront en libre accès avec un départ matérialisé avec les plans des circuits au niveau du Parc des Sports.

### Le Challenge Trail Nature 06 – De février à novembre.

Challenge Trail Nature 06 propose à travers plusieurs dates tout au long de l'année, un éventail d'épreuves ouvertes à différents publics en permettant de découvrir les trésors cachés du haut-pays azuréen.

En 2013, 4 200 coureurs y ont participé, rassemblés sous la même bannière du goût de l'effort et du respect de l'environnement.

**Nouveauté 2014 :** la mise en œuvre de deux nouveaux parcours Handi Trail à Blausasc et Gorbio, l'intégration du trail de l'Escouissier à Saint-Auban, ou encore le retour de la « Grande Coursasse » à Cipières, et du trail des Monts d'Azur à Séranon.

Les épreuves :  
Un Challenge Trail + 42 km : 6 courses, 5 courses réalisables.  
Un Challenge Nature 21-41 km : 7 courses.  
Un Challenge Découverte 10-20 km : 7 courses.

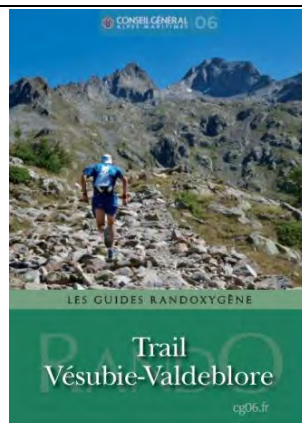
3 épreuves Handitrail :  
Handi Trail des Limaces : 9,6 km pour 380 m de dénivelé ;  
Handi Trail des Alpes-Maritimes : 10 km pour 500 m de dénivelé ;  
Handi Trail de Gorbio : 9,5 km pour 580 m de dénivelé.

Cette épreuve reste une option supplémentaire dans le cadre du Challenge Trail Nature 06.

Épreuve bonus du **Kilomètre vertical** (4,4km pour 1150m D+) le samedi 21 juin 2014 lors du week-end du Trail de la Vésubie les 21 et 22 juin 2014

Un kilomètre vertical est une course au cours de laquelle les concurrents doivent gravir au moins 1 000 m de dénivelé positif, sur la plus petite distance possible. Celui de Saint Martin Vésubie est l'unique épreuve du genre dans les Alpes-Maritimes. En dehors de la compétition qui s'y déroule, ce tracé fait également partie de la Station de Trail® de la commune, dont il est l'un des ateliers d'entraînement. En 2013, la manifestation a accueilli les premiers championnats de France de kilomètre vertical. La course se déroule sur un parcours ascensionnel tracé entre le cœur du village et le sommet de la cime de la Palu (2 250 m). Il traverse des forêts et paysages rocaillieux, avant de se terminer dans une jolie prairie en pente, d'où le saisissant panorama s'étend du littoral jusqu'à la cime du mont Argentera, en Italie, qui culmine à 3 297 m d'altitude.

Le **Trail de la Vésubie** - 21 - 22 juin 2014 : 1er championnat régional de Trail avec 2 événements sportifs durant le week-end dans la Vésubie : Le Kilomètre Vertical suivi le lendemain de 2 courses Trail.



Guide Randoxygène

# Côte d'Azur Sport & Nature

## Le phénomène du 3<sup>ème</sup> millénaire - Le **running**

Selon une enquête récente menée par la Fédération Française d'Athlétisme, la France compte 8,5 millions de pratiquants de la course à pieds soit 18% de la population et 77% courent en solitaire.

Les motivations principales sont notamment l'amélioration de sa condition physique et être en bonne santé. Selon son Président, Bernard Amsallem, il s'agit du « phénomène dominant du 3<sup>ème</sup> millénaire ».

Et il faut bien reconnaître que la Côte d'Azur peut s'afficher comme un territoire propice à la pratique de ce sport. Tout au long de l'année, côté mer ou côté montagne, la pratique de la course à pieds connaît des conditions agréables du fait notamment d'une météo souvent favorable de janvier à décembre.



@CRT Côte d'Azur - La Course du Trophée – La Turbie

Du simple jogging en bord de mer ou véritable lieu de compétition, la Côte d'Azur offre de multiples paysages pour combiner sport et loisirs au cœur d'une nature préservée de la montagne à la mer et inversement...

## En milieu urbain et semi-urbain - Des événements phares !

---

Ces rendez-vous sportifs s'inscrivent dans les calendriers internationaux et accueillent les personnes qui souhaitent pousser leurs performances, et le dépassement de soi à des moments particulièrement agréables de l'année sur la Côte d'Azur.

### **Marathon et semi-marathon**

La Côte d'Azur affiche deux événementiels importants sur son calendrier : le semi-marathon international de Nice en avril et le marathon Nice-Cannes en novembre.

Nice – Monaco : la course du soleil. Un semi-marathon qui existe depuis 1905 et qui longe la Méditerranée chaque mois de février.... Soleil d'hiver sur la Côte d'Azur.

### **Thiathlon**

Le Thiathlon de Nice est un événement incontournable de la rentrée en septembre : Baie des Anges, Col d'Eze à vélo et Promenade des Anglais, cette compétition d'endurance est un rendez-vous sportif majeur pour Nice.

**L'IronMan** de Nice se déroule chaque année en juin. On célébrera son 10<sup>ème</sup> anniversaire en 2014 !

Cet événement sportif s'adresse à des sportifs confirmés et fait partie des deux IronMan français.

226 km à parcourir à la nage, en vélo sur 17 communes de l'arrière Pays niçois et grassois puis retour running sur la Promenade des Anglais.

Près de 2400 inscrits.

Actu cinéma : Niels Tavernier sortait en mars 2014 son film « De toutes nos forces » tourné en 2013 durant L'IronMan de Nice.

Bande-annonce : <http://www.youtube.com/watch?v=P3cqWKqP498>



# Côte d'Azur Sport & Nature

## La **marche nordique** et la randonnée

La **marche nordique**, est l'une des déclinaisons les plus sportives de la randonnée. Elle est inscrite sous les activités santé et loisirs développées par la FF d'Athlétisme.

La Côte d'Azur est un site idéal pour la pratique de la marche nordique particulièrement sur la saison automne hiver puisque le bord de mer bénéficie d'une belle météo. Site d'entrainement pour se concocter des parcours de Théoule-sur-mer à Menton :

**SCÈNE D'ACTION  
EN CONTRE-PLONGÉE**

**SÉJOUR MARCHÉ  
NORDIQUE  
CÔTE D'AZUR**

**À partir de 575 €  
par personne.\***

\*Forfait 5 jours / 4 nuits  
en hôtel pension complète.

**Découvrez la Côte d'Azur en version originale**

Photo: F. Gillet

Agence  
Alpes  
Côte d'Azur

\* Séjour «Marche nordique sur la Côte d'Azur» comprenant : 4 nuits en NMI, en chambre de 2 personnes, tous les repas (du dîner du J1 au petit-déjeuner du J5) (renseignement par un accompagnateur en montagne diplômé d'état pour 4 jours, le prix des billets pour la marche nordique, les transferts des participants privés au programme)  
Séjour proposé par Albert Thieling - Organisation Merveilles

 **CONSEIL GÉNÉRAL  
ALPES-MARITIMES**

**VISIT  
CÔTE D'AZUR**  
[www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)

**La randonnée** est le moyen le plus simple de partir à la rencontre d'un paysage ou d'un territoire, solo-accompagné en famille, avec ou sans niveau physique.

Un instant de communion avec la nature, la faune et la flore, avec le patrimoine naturel.

Des Alpes à la mer, la Côte d'Azur regorge que plus de 6000km de sentiers entretenus et balisés. La plupart son répertoriés dans les guides « randoxygène », disponibles gratuitement dans les offices du tourisme des Alpes-Maritimes.

La Randonnée dans les Alpes-Maritimes - Autour des caps et des îles, en passant par les villages perchés du moyen pays aux cimes des montagnes préalpines, les Alpes-Maritimes offrent une belle diversité de paysages qui permet aux amateurs de randonnées d'accéder à un panel incroyable de circuits pour le plaisir des yeux et du sport.

Quelques chiffres

300	Nombre de jours de soleil par an	6000Km	de sentiers et d'itinéraires de randonnées
120 km	de côtes dont 40 de plages	4300 km <sup>2</sup>	de contrastes...
175 000	hectares de forêts	1000 km	de rivières et torrents
7GR		120	villages perchés

### Les guides randoxygène



### Le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Alpes Maritimes

Il représente la Fédération Française de la Randonnée Pédestre au niveau local et regroupe plus de 75 associations de randonnée présentes sur une trentaine de villes et villages des Alpes Maritimes avec plus de 4000 randonneurs licenciés qui peuvent profiter d'un stade naturel d'environ 6500 km de sentiers.

Sa mission est de développer l'activité randonnée pédestre sur le territoire tant pour sa pratique sportive que pour la découverte et la sauvegarde de l'environnement, le tourisme et les loisirs.

# Côte d'Azur Sport & Nature

## Cyclo-tourisme, voyager à vélo sur la Côte d'Azur ? Ici on combine : soleil, mer et montagne

Les Alpes-Maritimes à vélo

Les Alpes-Maritimes souhaitent se positionner comme une destination phare du tourisme cycliste. A cet effet, les collectivités locales et les acteurs du tourisme azuréen, travaillent à la matérialisation de produits vélo de manière homogène sur l'ensemble du Département.

La spécificité des Alpes-Maritimes réside dans le fait que les amateurs de cyclo-tourisme peuvent combiner durant leur séjours des parcours en moyen montagne, monter les cols parfois mythiques et terminer leur périple au bord de la Méditerranée.

Les propositions sont inouïes : visites de villages pittoresques ou des stations de montagne, découvertes de paysages si différents selon les vallées parcourues, arrivées sur le littoral azuréen... Telle est la promesse de la Côte d'Azur.

Les accompagnements coachés peuvent être envisagés, des formules vélo-gastronomie, des entraînements... Un panel proposé par les agences spécialisées.

**ROAD MOVIE EN DÉCOR NATUREL**

**SÉJOUR CYCLO CÔTE D'AZUR**

**À partir de 195 € par personne.\***

\*Forfait 5 jours / 2 nuits en gîte 1/2 pension

Découvrez la Côte d'Azur en version **originale**

Photo: C. GONZALEZ / GONZALEZ PHOTOGRAPHY

\*Forfait "Côte d'Azur" comprend : du vélo de route + casque à vis de la marque Shimano, dans le cadre du déplacement normal du programme, les permissions nécessaires, la demi-pension en gîte (cette option n'est pas disponible en tout-terrain complet), un forfait des bagages les jours 1 et 2, un "bonnet de pluie" Shimano de Shimano, l'œil de boyaube pour un groupe de 4 personnes et les assurances obligatoires.

**CONSEIL GÉNÉRAL ALPES-MARITIMES**

**VISIT CÔTE D'AZUR**  
[www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)

## Les boucles à vélo : Les Alpes-Maritimes à vélo



Avec plus de 20 itinéraires cyclables aménagés sur l'ensemble du Département des Alpes-Maritimes, les circuits permettent de se dépenser tout en visitant les villages et paysages de la Côte d'Azur. Ce sont près de 1400km d'itinéraires cyclables qui répondent à des pratiques sportives et touristiques adaptées à tous les publics : familles; sportifs ou encore touristes.

L'ensemble de ces 20 parcours sont répertoriés sur deux toutes nouvelles cartes baptisées « Les Alpes-Maritimes à vélo ».



**La carte des boucles cyclo-touristiques** reprend les parcours suivants :

- Les « boucles touristiques » :
  - Entre Var et Estéron
  - La Route des Clues
  - Le circuit des haut-plateaux
  - Les balcons de l'Estéron
  - Les boucles de Levens : de sculpture en sculpture
  
- Les « boucles sportives » :
  - Via sportiva de mer en forts
  - A l'assaut des lacets du Turini
  - Grand huit en Roya Bévéra
  - Variations autour de Guillaume
  - A la découverte des Gorges rouges
  - Le défi de la Madone
  
- Itinérance
  - Le Grand Tour Alpi Maritimes- Mercantour : La route des grands cols, un itinéraire d'exception au cœur des Alpes du Sud pour les sportifs. (360Km en 5 jours)
  - Le Grand Tour des Préalpes d'Azur : un parcours touristique de 6 jours à travers le Parc Naturel Régional des Préalpes d'Azur, pour un circuit à travers les hauts-plateaux calcaires de Provence alpine et en balcon de la Méditerranée. (265Km en 6 jours).

Coup de cœur !

Les Boucles d'Azur Pugétoises, au départ de Puget Théniers : 25 circuits/boucles, offrant des dénivelés de 0 à 20% de difficultés. Plus d'information : Maison de Pays Provence Val d'Azur – Tel : 04 93 05 05 05

La **Carte Balades Famille** regroupe 7 itinéraires au dénivelé faible pour rouler en famille :

- . Dans les plaines de l'Ouest (1h30 dans la plaine de Caille).
- . La Villeneuvoise : à la découverte de la plus verte des communes bleues (2heures pour découvrir les différentes facettes de Villeneuve-Loubet).
- . Au fil du Var, autour du Lac du Broc (1h30 circuits pour les plus jeunes !)
- . La balade Brigasque, à la découverte du patrimoine de la Brigue, aux portes du Mercantour à 800m d'altitude. ( 1h30 entre histoire et panoramas)
- . La balade des Marmottes, un itinéraire au départ de Valberg ( 2h pour découvrir la station de montagne labélisée Famille plus.
- . La Littorale, le long de la grande bleue (1h30 du port Lympia à Marina Baie de Anges).
- . La Valmasque, un lieu propice à la détente, entre Valbonne et Mougins dans le Parc Départemental de la Valmasque ( 2h).

**Coup de cœur ! 2 itinéraires pour profiter du bord de mer.**

**"La littorale"**. Au départ de Nice ou de Villeneuve Loubet, cette piste cyclable longe sur plus de 15 km la Méditerranée et ses rivages. Cette littorale fait partie de "L'Eurovélo 8" ou " Route de la Méditerranée". Cet itinéraire cyclable européen -de 5 388 km- vise à relier à terme, le Sud de l'Espagne et Chypre, en traversant la France, Monaco, l'Italie, la Slovénie, la Croatie, la Bosnie, le Monténégro, l'Albanie et la Grèce.

**"La Villeneuvoise"**. Au départ du bord de mer, ce circuit accessible à tous, permet de découvrir les différentes facettes de Villeneuve Loubet et notamment le Loup pour accéder au Parc Naturel Départemental des Rives du Loup.

Le Conseil général des Alpes-Maritimes a d'ores et déjà conçu une vingtaine de boucles et itinéraires à vélo, de différents niveaux de difficultés, adaptés à chaque public (familles, cyclotouristes ou sportifs).

Ces 20 itinéraires représentent plus de 1 400 km de boucles et d'itinéraires cyclistes répartis sur une centaine de communes des Alpes-Maritimes.

---

## Grande itinérance – La Route des Grandes Alpes

---

La Route des Grandes Alpes est l'une des plus belles itinérances proposées en Europe.  
700km de route de montagne ponctués de 17 cols parmi les plus beaux des Alpes Françaises.

Dans les Alpes-Maritimes, plusieurs itinéraires parmi lesquels une boucle au départ de Nice sur 2 jours baptisée « Entre mer et fortifications dans les Alpes-Maritimes »

Une belle évasion de 2 jours dans l'arrière pays niçois avec des panoramas qui oscillent entre mer et montagne.

Tout le programme des produits Grande Traversée des Alpes sur :

<http://www.moveyouralps.com/fr/idees-sejours>

---

## Actu événementielle Côte d'Azur - Tour de France 2014

---

Troisième événement sportif au monde, le Tour de France créé en 1903, est une course de 3 semaines se déroulant au mois de juillet et regroupant les meilleurs coureurs cyclistes du moment.

Entre 20 et 22 équipes de 9 coureurs sillonnent les routes de France et parfois des pays limitrophes au cours de la vingtaine d'étapes que compte l'épreuve dont la distance totale avoisine les 3500 km.

12 millions de spectateurs de tous âges se massent au bord des routes pour applaudir les coureurs et faire la fête au son de la célèbre Caravane Publicitaire.

3,5 milliards de téléspectateurs suivent les exploits des coureurs dans 190 pays.

### La Côte d'Azur : Official Training Camp of the Etape du Tour



Grâce au Partenariat entre le CRT Côte d'Azur et A.S.O. / Amaury Sport Organisation, la Côte d'Azur s'est positionnée comme terre d'entraînement officielle de l'Étape du Tour jusqu'en 2015. Ainsi, un stand Côte d'Azur sera-t-il la porte d'entrée du Village d'accueil des quelques 10 000 coureurs attendus les 18 et 19 juillet 2014.

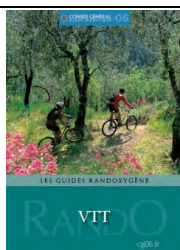
# Côte d'Azur Sport & Nature

---

## VTT - La Côte d'Azur, terre de sensations !

---

C'est sur ce territoire de montagne et de moyenne montagne qu'un réseau de 2000Km de circuits a été balisé. De la compétition de descente aux simples promenades familiales, la pratique du VTT décline toutes les sensations cultive tous les styles et rassemble les générations.



**Guide Randoxygène**

30 circuits sont ainsi proposés pour offrir aux amateurs de VTT des parcours dans les différents massifs des Alpes-Maritimes. Ces itinérances sont élaborées sur la base de critères techniques compatibles avec une pratique "tout public". La plupart des itinéraires empruntent des routes secondaires, pistes forestières ou agricoles et chemins muletiers.



## Calendrier

---

### L'événement – La Transvésubienne - Du 31 mai au 1<sup>er</sup> juin 2014

La Transvésubienne, créée en 1988, est inscrite au calendrier de la Fédération Française de Cyclisme. Cette année marque la 21<sup>ème</sup> édition de la plus légendaire des courses de VTT d'Europe.

Son parcours est de 85 km avec un dénivelé de + 3 000 m et – 4 000 m.

Les participants devront fournir plus de 9 heures d'efforts pour voir la ligne d'arrivée. 1000 concurrents sont attendus, en majorité français.

Cette année, le week-end de la **Fête du Vélo** s'annonce particulièrement riche dans notre département, plus précisément dans la Vallée de la Vésubie. Si dimanche 1er juin, 700 athlètes se lanceront une fois de plus dans l'aventure humaine que représente la Transvésubienne, le samedi 31 mai offrira à un demi millier d'amateurs de sports de pleine nature une nouvelle épreuve grand public baptisée la Rando-Vésubienne VTT.

Convivialité, découverte de la nature, respect de l'environnement, plaisir de randonner en famille, entre amis, sur des tracés sélectionnés et adaptés à tous les niveaux sont autant d'arguments qui rassembleront de nombreux adeptes du VTT loisirs. Cette épreuve sera aussi une belle mise en jambes pour les riders de la Transvésubienne et leur assistance.

La Rando-Vésubienne sera accessible à partir de 12 ans à condition d'être équipé d'un casque et de gants. Tous les VTT, suspendus ou non, pourront prendre le départ.



@CRT Côte d'Azur / Roubion VAE/En famille



## Pratiquer dans un espace VTT-FFC

---

Les sites de VTT ayant reçu le label fédéral "site VTT-FFC" sont là pour rouler sans contraintes, en toute tranquillité et découvrir des territoires d'exception !

Quelques chiffres repères :

- 100 km de sentiers balisés et entretenus et classés selon 4 niveaux de difficultés
- Un point d'accueil
- Un panoramique des circuits
- Des panneaux de départ des circuits
- Une carte d'itinéraire
- Un point de lavage des VTT
- Un outillage pour les petites réparations

5 espaces VTT-FFC sont labellisés dans le moyen et le haut-pays azuréen :

**Tende/La Brigue** : 20 itinéraires de tous niveaux, 382 km de sentiers balisés ; Location de VTT. Entre France et Italie, sur les bords du Parc National du Mercantour et de la Vallée des Merveilles, des chemins, les pistes, single trac vous conduiront des cimes aux panoramas incomparables, aux forêts et vallons humides. Au détour des chemins vous croiserez sûrement, chamois, marmottes et une multitude d'oiseaux de toutes sortes.

[www.vtt-haute-roya.com](http://www.vtt-haute-roya.com)

**Sospel/Peille** : 19 circuits-itinéraires de tous niveaux, 332 km de sentiers balisés, L'espace VTT Sospel / Peille est un territoire labellisé par la fédération française de cyclisme (FFC), entièrement dédié à la pratique du vélo tout terrain. Site montagnard à deux pas de la mer, vous êtes ici sur les terres des champions du monde de descente, Nicolas VOUILLOZ et Fabien BAREL, mais aussi de cross-country, Nicolas FILIPPI (champion du monde junior). Cartographie disponible reprenant tous les itinéraires, à l'office du tourisme de Sospel ou à la Mairie de Peille. Point d'accueil : office du tourisme de Sospel

[www.sospelvtt.com](http://www.sospelvtt.com)

**La Colmiane** : 19 pistes, 217 km de circuits balisés, dans le Valdebllore et Mollières dans le parc national du Mercantour. Pour les amoureux de sensations fortes : la piste de descente Nicolas Vouilloz et piste de descente pour les débutants desservies par le télésiège.

[www.colmiane.com](http://www.colmiane.com)

**Levens** : La commune de Levens avec la communauté urbaine Nice Côte d'Azur vous proposent cinq itinéraires VTT. Les deux premiers itinéraires : "Le Sargier" et "L'Arpasse" se trouvent sur le secteur du Mont Arpasse, les départs se situant au lieu dit la Cumba. Les trois itinéraires suivants : "Le Col du Dragon", "Le Férion" et "Le tour du Férion" se trouvent sur le secteur du Mont Férion, les départs se situant sur le Grand Pré de Levens. Ces circuits sont pour des Vététistes confirmés. Carte reprenant les itinéraires disponible.

[www.levenstourisme.com](http://www.levenstourisme.com)

**Peille** : A seulement 20 minutes de Nice, venez découvrir l'Espace VTT du Pays des Paillons ! Vous pourrez débiter votre aventure seul ou en famille et choisir une promenade détente ou une randonnée plus technique avec un réseau de 20 parcours pour près de 265 km. Grandeur des paysages, diversité des panoramas, richesse des patrimoines naturels et bâtis, ruraux et montagnards sont autant d'atouts pour s'émerveiller, se détendre et s'oxygéner.

## VTT à profil descendant – Les grands spots de VTT dans les Alpes-Maritimes :

**Auron/St-Etienne-de-Tinée** : Avec ses 1 120 m de dénivelé, Auron/St-Étienne de Tinée offre plus de 60 km de pistes de descente avec 18 circuits tous niveaux. Le domaine VTT est desservi par 3 remontées mécaniques dont un télésiège débrayable.

[www.auron.com](http://www.auron.com)

Été 2014 :

Nouveauté Isola 2000 : Nouvelle piste de VTT -couleur bleu- soit 10 kms de pistes balisées.

Nouveauté à Auron - Location de VTT électriques

Pack VTT – Auron :

1 nuit B&B en hôtel 3\*

2 jours de forfaits remontées mécaniques à partir de 74€ par personne

[www.auron.com](http://www.auron.com)

**Roubion** : La station offre 12 pistes de descente et modules de bike park. Une "version soft". De nombreux sentiers de randonnée balisés depuis le village, le col de la Couillole ou grâce au télésiège à la station des Buissons s'offrent aux amateurs ou habitués du VTT. Pistes vertes et bleues. "Version hard" : sur les traces des champions. Avec un VTT de descente, Roubion propose de s'adonner à la pratique de la descente, de l'enduro, du cross country ou de la randonnée sportive. Les pistes de tous niveaux (bleu, rouge et noir) sont desservies par un télésiège.



@OT de Roubion - VTT Juliana – Modèle Roubion

**VTT à assistance électrique** : La Station de Roubion met en place la mise à disposition de VTT à assistance électrique pour découvrir curiosités et paysages préservés du Mercantour en empruntant chemins et Routes forestières.

Roubion offre 14 pistes de descente complétées par de nouvelles pistes de promenade pour toute la famille.

Une "version soft". De nombreux sentiers de randonnée balisés depuis le village, le col de la Couillole ou grâce au télésiège à la station des Buissons s'offrent aux amateurs ou habitués du VTT. Pistes vertes et bleues

Une dizaine de circuits de randonnées longs de 3 à 24 km.

[www.roubion.com](http://www.roubion.com)

**L'Audibergue** : 12 pistes de descente de tous niveaux desservies par un télésiège. Un très beau domaine, très technique.

[www.ville-caille.net](http://www.ville-caille.net)

### **Des Alpes de la mer en vélo**

Un réseau d'itinéraires de plus de 2 000 km pour satisfaire les exigences de chacun: depuis les simples chemins de terre battue aux voies uniques difficiles s'adressant aux sportifs les plus chevronnés. Des tracés tous recensés par une signalétique internationale qui permet de passer d'Italie en France et vice-versa sans perdre son chemin.

Pour profiter pleinement des potentialités et découvrir les panoramas les plus inédits du territoire, des services d'accompagnement qualifiés sont mis à disposition des touristes ainsi que des moyens de transport spécifiques pour l'accueil le plus adapté dans des structures d'hébergement offrant toutes les prestations appropriées. Mais, avant d'affronter une excursion, il est toujours préférable de prendre connaissance des caractéristiques du parcours et de la signalétique afin de posséder toutes les informations utiles en cas de besoin éventuel de secours et sans oublier de consulter les prévisions météorologiques. [www.alpidelmareinbici.it](http://www.alpidelmareinbici.it)

### **Les Chemins du Soleil**

Les Chemins du Soleil traversent les Préalpes de Thonon-les-Bains pour finir sa course en beauté dans les Alpes-Maritimes. Du Lac Léman à Nice à vélo, près de 800 km de sentiers balisés et labellisés.

Deux itinéraires en pleine nature sont proposés :

- de la vallée du Rhône aux Alpes du Sud (Valence - Gap - Sisteron - Digne-les-Bains - Nice).
- du Vercors à la Provence (Grenoble - Sisteron - Digne-les-Bains - Nice).

Au total, plus de 1000 km de chemins parfaitement balisés, à la rencontre des richesses naturelles et culturelles du massif.

Les itinéraires sont très ludique, jalonnés par des hébergements et détaillés sur le site internet ou topo guides. Le transport de bagages et la réservation des hébergements sont également possibles.

Labellisée par la Fédération Française de Cyclisme (FFC), cette belle et grande randonnée à VTT se fait habituellement en deux fois 5 à 7 jours. Mais son caractère sportif ne doit pas rebuter les adeptes de la randonnée plus douce car les nombreux hébergements qui jalonnent l'itinéraire permettent de multiplier les étapes et ainsi, de prendre le temps de découvrir, à un rythme plus abordable, un territoire, ses habitants, des paysages et des patrimoines surprenants.

Contact : Grande Traversée des Alpes – [www.grande-traversee-des-alpes.com](http://www.grande-traversee-des-alpes.com)

# Côte d'Azur Sport & Nature

## Outdoor - Activités de pleine nature en montagne



@Fun trip / CRT Côte d'Azur/CG06

Au coeur de ses Vallées, au départ de villages pittoresques, on peut s'amuser dans des paysages magnifiques. Sommets, rivières, sentiers, grottes, lacs... La Côte d'Azur recèle de trésors cachés que notamment des prestataires professionnels peuvent faire découvrir à travers des activités comme le canyoning, les via ferrata, des randonnées thématiques diverses et variées.

### Les guides Randoxygène



## Eaux vives

Raft, canoë-raft, Kayak-raft, hot-dog, mini-raft, airboat, hydrospeed... Sans oublier... la nage en eau vive !

## Canyoning

Sauts, descentes en rappel et toboggans... Le canyoning propose un maximum de sensations dans un environnement exceptionnel, entre vasques limpides et cascades bouillonnantes. Dans le moyen et le haut-pays des Alpes-Maritimes, vous trouverez 30 sites, parmi les 70 inventoriés, qui se singularisent par leur intérêt technique et leur environnement spectaculaire.

Au programme de vos vacances : une eau couleur émeraude, une nature sauvage, un moniteur confirmé...

Coup de Cœur en famille - Roquebilière : Le Bassin de baignade biologique ouvert durant l'été au cœur de la montagne.

Ouvert tous les jours de 10h à 20h jusqu'au 15 septembre 2014. Les tarifs : 5 €, enfants de moins de 12 ans à 1 €, tarif réduit à 2€.



@OT de Roquebilière



## Via Ferrata

Pour amateurs de sensations fortes ! Il s'agit de voies d'escalade équipées d'échelons scellés, de rampes, de passerelles permettant d'effectuer un parcours exceptionnel au cœur des parois et falaises rocheuses avec un maximum de sécurité.

Parfaitement arimé, au cœur de paysages vertigineux, vous aurez la sensation d'effectuer une ascension tel un vaillant alpiniste.

Prendre de la hauteur grâce aux 7 via ferrata du Département des Alpes-Maritimes pour conjuguer découverte, nature et adrénaline.

A l'instar des célèbres "voies ferrées" implantées dans les Dolomites italiennes, ces parcours athlétiques équipés de câbles, rampes, échelles, passerelles et échelons scellés proposent des "randonnées de vertige" avec baudriers, longes et casques pour la découverte aérienne des sites de La Colmiane, Tende, Auron, Peille, La Brigue, Puget-Théniers, Lantosque et Roubion. Ces ascensions d'envergure au cœur de parois formant un bastion rocheux s'effectuent en franchissant de vertigineux à pics.

- Via Ferrata de la Brigue [www.la-brigue-tourisme.org](http://www.la-brigue-tourisme.org)
- Via Ferrata « Escalade à Peille » [www.peille.free.fr](http://www.peille.free.fr)
- Via Ferrata à Tende\* [www.tendemerveilles.com](http://www.tendemerveilles.com)
- Via Ferrata du Baus de la Frema à La Colmiane [www.colmiane.com](http://www.colmiane.com)
- Via Ferrata « Les Demoiselles du Castagnet » à Puget-Théniers\* [www.provence-val-dazur.com](http://www.provence-val-dazur.com)
- Via Ferrata « Les Canyons de Lantosque » [www.via-lantosque.fr](http://www.via-lantosque.fr)
- Via Ferrata à Roubion\* [www.roubion.com](http://www.roubion.com)

\*Inclus dans la



## Escalade et Alpinisme

De la petite falaise surchauffée par le soleil du midi aux sombres parois des montagnes du massif du Mercantour, vous trouverez dans le département des Alpes-Maritimes une grande variété d'itinéraires. La diversité des massifs vous permettront de profiter de courses de tous niveaux à choisir en fonction de la saison. Sensations fortes garanties !

Voici quelques sites "incontournables"...

Les beaux sites d'alpinisme et terrain d'aventure situés dans le Parc National du Mercantour (à découvrir en été) : la Cougourde (2912 m), les Caires de la Madone des Fenestre (2413 m), la cime du Gélas (3143 m).

Le large éventail de voies propices à l'initiation et à l'entraînement et à la performance dans les Préalpes calcaires de Grasse et de l'Estéron et notamment le Baou de Saint-Jeannet.

### Coup de Cœur - Saint Martin Vésubie – Le Boréon : Mur d'escalade

Un équipement unique dans les Alpes du Sud, le deuxième en France !

Ouverte au public depuis février 2012, cette structure artificielle d'escalade de 15 mètres de haut est praticable sur ses 6 faces et est transformable au gré des saisons pour offrir la plus grande richesse possible d'utilisation autant en escalade classique qu'en escalade sur glace.

Un terrain de jeu sécurisé pour une pratique ludique ou sportive

La structure est accessible au plus grand nombre pour une pratique encadrée.

Tarifs :

2 montées encadrées : 4 €\*

Séance 30 mn encadrée : 8 €\*

2h pratique autonome : 8 €

Forfait saison pratique autonome : 50 €

Séance 30 mn encadrée groupe à partir de 10 : 7 €\*

2h pratique autonome groupe à partir de 10 : 5 €

Forfait saison pratique autonome clubs FFME : 40 €

(\*):matériel fourni sauf chaussons d'escalade



## Spéléologie

Les Alpes-Maritimes sont riches en montagnes calcaires et cavités souterraines : plateau de Caussols, montagne de l'Audibergue, le Cheiron et les plateaux de Saint-Cézaire (Préalpes de Grasse).

En Roya Bévéra, les gouffres du massif du Marguareis - qui doivent leur renommée aux expériences de Michel Siffre - sont très connus en spéléologie sportive. Massif très sauvage, gouffres techniques, débutants s'abstenir...

### **Coup de cœur Insolite : Via Souterrata de Caille**

Premier itinéraire de via ferrata sous terre, ce parcours permet d'aborder l'univers de la spéléologie à travers deux avens aménagés du Parc de la Moulière. Situé au pied de la montagne de l'Audibergue, bastion calcaire méridional des Préalpes, le site recèle un groupe important de cavités et présente un relief typique du karst – [www.lou-pais.com](http://www.lou-pais.com)



@Lou Pais



## Dans les airs

Les Alpes-Maritimes constituent le paradis des activités aériennes (parapente, deltaplane, speed riding, speed flying, kite, snowkite) toute l'année. Quelques uns des plus beaux sites de vol libre sont situés dans le département. Les conditions exceptionnelles entre mer et montagne en font un terrain de jeu incontournable tels que Roquebrune-Cap Martin l'hiver reconnu mondialement et les sites autour du Parc National du Mercantour toute l'année.

## La pêche

Le moyen et le haut-pays des Alpes-Maritimes, avec 97 % des 1200 km de cours d'eau classés en 1ère catégorie, constituent un domaine de prédilection pour les amateurs d'une pêche sportive et technique. A découvrir également les nombreux plans d'eau et lacs de montagne.

Les périodes de pêche dans les Alpes-Maritimes sont strictement définies :

pour les rivières de montagne : du 10 mars au 16 septembre 2012

pour les lacs de montagne (altitude supérieure à 1800 m) : du 7 juillet au 16 septembre 2012

La période d'ouverture de la pêche sur le parcours du Boréon, le lac de Breil-sur-Roya, le lac des Mesches et le lac de Thorenc est prolongée de 3 semaines (7 octobre 2012).

Dans le Parc national du Mercantour, la presque totalité des lacs sont régulièrement alevinés (lacs de Vens, de Millefonds, des Merveilles etc.), ainsi que les lacs de Breil-sur-Roya, le lac des neiges à Isola et le lac de Thorenc. Le lac du Boréon à St-Martin-Vésubie propose un parcours de pêche sportive réglementé de 5 km et des initiations à la pêche à la mouche et toutes techniques.

Le lac du Clos de Maty à Valberg accueille des concours de pêche à la truite

La vallée de la Roya-Bévéra est le royaume de la truite Fario, de l'anguille et de l'écrevisse (consulter l'arrêté préfectoral pour la période d'ouverture).

## Coups de Cœur !

### Balade en segway à la Brigue.

Une version « roots » du segway, que l'on retrouve également sur la Promenade des Anglais. Ici c'est une découverte du village de la Brigue qui est proposée sur un segway tout terrain.



@Le Mirval



### Multi-activités à Saint Auban : Terres des Lacs



@Terres des Lacs

Terre des Lacs, c'est le parc éco-touristique de la commune de Saint-Auban. Au pied du village de Saint-Auban, dans le haut pays grassois,

On aime :

- les activités : descente des canyons de l'Esteron, parcours dans les arbres, escalade, équitation, pêche à la truite, VTT, randonnées, raquette...

- Un hébergement adapté à chaque demande : en solitaire, en couple, en famille ou en groupe, en demi pension ou en pension complète.

- Un restaurant - La Source - dans le parc, avec vue sur les 2 jolis lacs et sur la vallée, réputée pour ses magnifiques couchés de soleil.

. Sa proximité avec la Réserve des Monts d'Azur.

[www.terredeslacs.com](http://www.terredeslacs.com)





# Côte d'Azur Sport & Nature

## Outdoor - Activités nature coté mer



**La Méditerranée, inspiratrice et généreuse, des rochers rouges de l'Estérel aux caps prestigieux de la Riviera, les paysages sont somptueux et uniques. Le long des plages, nombre d'activités sont accessibles.**

**Les activités nautiques :** Elles sont nombreuses au départ des plages azuréennes et de leurs centres et bases nautiques, et ce tout au long de l'année : Voile, plongée sous-marine, golf, vélo, scooter des mers, pêche en mer, apnée... les idées d'activités sont multiples.

Il suffit de choisir parmi une fabuleuse panoplie d'activités pour vivre toutes les sensations.

**Activités sur l'eau :** voile, planche à voile, kite-surf ; aviron, kayak ; pêche en mer ; ski nautique, motonautisme... mais également : flyfish, banane, canapé, donuts, parachute ascensionnel (Antibes, Nice, Cannes, etc) , bouée tractée (Cap d'Ail, Cannes, Mandelieu, Nice, etc) , ski nautique (Nice, Mandelieu, Villeneuve loubet, etc), jet ski (Nice, Cannes, Antibes, Cap d'Ail, etc) , Stand-up paddle (Villeneuve Loubet, Cannes, Théoule sur Mer), et sur toute la Côte d'Azur : Parachute ascensionnel, Jet ski, Stand-up paddle, Flyboard, wakeboard (Menton)...

**Plongées :** de nombreux centres de plongée basés sur le littoral permettent de découvrir les fonds méditerranéens.

### **Nouveauté 2014 – Saint Jean Cap Ferrat – Sentier sous-marin**

Accessibilité dès le début de la saison estivale 2014. Une superbe façon de découvrir la flore et faune de la Méditerranée dans un des lieux les plus préservés de la Côte d'Azur. Les sentiers sous-marins sont désormais des outils d'éducation à l'environnement très utilisés. la notion de sentier sous-marin provient de l'activité de « sea watching », qui consiste à contempler et observer le milieu sous-marin, sans le moindre comportement de prédation. le Parc National de Port Cros a réalisé le premier sentier sous-marin en 1979.

Le sentier prend son départ sur la plage des Fossettes et peut être pratiqué en surface par toute personne sachant nager, munie d'un masque et d'un tuba ! 5 stations d'observation (bouées numérotées de 1 à 5) ont été aménagées sur un parcours de 200 mètres et sont équipées de panneaux explicatifs immergés.

Les randonneurs aquatiques peuvent ainsi découvrir plusieurs biotopes entre 0 et 3 mètres de profondeurs : fonds sableux, herbier de posidonie, petits fonds rocheux où évoluent saupes, sars, rougets, girelles étoiles de mer, oursins, etc. : un véritable aquarium à ciel ouvert !

Plage des Fossettes

NB : le sentier sous-marin est accessible en été et s'inscrit dans une zone réservée uniquement à la baignade où toute forme de pêche est interdite. La pratique du sentier se fait durant les heures de baignade.

Renseignements - OT de Saint Jean Cap Ferrat – Tel : 04 93 76 08 90

## Balades en mer

La Mer Méditerranée nous rafraîchit, nous amuse, mais en retour elle doit être « respectée ». De nombreuses activités en mer existent sur la Côte d'Azur, et permettent à tous de découvrir sous un nouvel angle la Grande Bleue et la vie cachée de ses discrets habitants.

Grande campagne de sensibilisation par le biais d'animations ...

Parmi les plus prisées, l'observation des cétacés. Il semblerait que près de 50 000 cétacés vivent au large des côtes Méditerranéennes : dauphins, globicéphales, cachalots, le rorqual ou encore les petites baleines. La rencontre avec ces animaux en site naturel, restent des moments magiques et de grand privilège.

### **Saint Jean Cap Ferrat - SOS Grand Bleu**



@SOS Grand Bleu/Le Santo Sospir

L'Association SOS Grand Bleu propose de naviguer à l'ancienne, à bord du bateau-école le « Santo Sospir » pour aller observer les baleines et les dauphins.

Proposées d'avril à début novembre, ces promenades en mer se font à la journée ou à la demi-journée. Il peut aussi être privaté pour des événements privés.

Association SOS Grand Bleu - Saint Jean Cap Ferrat - Tél. : 04 93 76 17 61 - gb@sosgrandbleu.asso.fr

### **Villefranche sur Mer - A la découverte des dauphins et des baleines**

Au départ de Villefranche-sur-Mer différents prestataires proposent une balade en mer pour rencontrer les mammifères marins. Les dauphins, très nombreux en Méditerranée, feront certainement une démonstration de leur hospitalité en offrant un joyeux ballet aquatique...

[www.dauphin-mediterranee.com](http://www.dauphin-mediterranee.com)

[www.amv-sirenes.com](http://www.amv-sirenes.com)

### **L'Affrètement maritime villefranchois**

Promenades à 40 kms des côtes « à la recherche des mammifères marins en méditerranée (sanctuaire du Pélago) : sorties en mer commentées par un scientifique diplômé.

Tél : 04 93 76 65 65 - [www.amv-sirenes.com](http://www.amv-sirenes.com)

# Côte d'Azur Sport & Nature

## Les sports élégants

Les sports élégants sont l'adn de la Côte d'Azur. Tout au long de l'année, ces sports sont praticables et les compétitions les plus prestigieuses sont accueillies sur la Côte d'Azur.



@Mandellieu/Antibes/Cannes

### Voile

La Méditerranée porte depuis toujours les plus beaux voiliers à ses quais au cœur de ports parfois historiques de la Côte d'Azur. Aujourd'hui encore quelques unes des plus belles manifestations nautiques se déroulent le long des rivages de la Côte d'Azur.

Mai	Mandelieu - Fête du Nautisme
Juin	Monaco - Grande plaisance – « The rendez-vous in Monaco » Antibes - Les Voiles d'Antibes
Juillet	Monaco - La Solar Monte Carlo Cup – Des bateaux propulsés par l'énergie solaire s'affronteront pendant 2 jours lors du 1 <sup>er</sup> Championnat de bateaux résolument écologiques.
Septembre	Cannes - Le Festival International de la Plaisance accoste sur les quais cannois. Cannes - Les Régates Royales – Panerai Trophy avec plus de 150 voiliers parmi les plus beaux du monde. Nice - Les Régates de Nice – Trophée Pasqui Monaco - Le Monaco yacht Show

#### Le saviez-vous ?

Le "Chantier Naval Pasqui", situé sur le port de la Darse à Villefranche sur Mer est spécialisé dans la restauration de vieux gréements et la construction de voiliers en bois, intervient sur des bateaux d'exception : Tuiga, Zaca,... On y travaille aussi bien sur les coques que sur les mâts (jusqu'à 46 mètres) et les boiseries intérieures. Une dizaine d'entreprises en Europe seulement sont capables de réaliser ce type de chantiers.

L'autre spécialité du Chantier Naval Pasqui concerne la restauration de "Riva", ces célèbres bateaux à moteur italiens des années 1950 réalisés en acajou. L'entreprise a d'ailleurs obtenu le trophée Carlo Riva en 2000 pour l'une de ses restaurations. C'est la seule fois qu'un chantier français a remporté cette distinction, habituellement remportée par les chantiers italiens.

## L'équitation

Les événements phares :

Le Jumping International de Cannes (Juin)

Championnat du Pur Sang Arabe de la Méditerranée et des Pays arabes à Menton (juillet)

Jumping International de Monte Carlo (juin)

Monte Carlo Polo Word Cup de Monaco

Le Salon du cheval Equita 06 à Cagnes sur mer



Meeting hippique d'été à Cagnes sur Mer



@CRT Côte d'Azur – Hippodrome de Cannes – SEMEC – Conseil général

## Golf

Selon la Fédération Française de Golf, on compte 65 millions de joueurs dans le monde.

La France compte près de 414 000 licenciés et environ 2 millions de pratiquants.

Le retour du Golf aux Jeux Olympiques 2016 donnera un coup de projecteur important sur cette discipline dont le rajeunissement des pratiquants est en évolution croissante depuis 2008 selon la Fédération Française de Golf. La Côte d'Azur est historiquement la destination golf incontestable. L'un des plus beaux golfs, le Old Course de Mandelieu créé en 1891, fut le point de départ d'une histoire qui s'écrit encore aujourd'hui.

L'offre azurée se décline comme suit :

20 golfs pour 20 parcours différents dont	10 parcours 18 trous	6 parcours 9 trous
	3 parcours 9 trous compacts	1 parcours 6 trous rustique
	3 practices seuls	

Et des golfs de montagne à Valberg, Auron.

Des architectes de renommée pour certains 18 trous : Donald Harradine, Robert Trent Jones Junior et Senior, Robert Van Hagge, garantie de qualité aux yeux des golfeurs du monde entier.

Toute l'année, ces parcours accueillent les golfeurs dans des sites remarquables, souvent marqués d'une Histoire intimement reliée à celle de la Côte d'Azur.

Les parcours sont ouverts aux débutants et aux plus grands compétiteurs.

Dossier de presse : [Les golfs sur la Côte d'Azur](#)

### Coup de cœur – Initiation au Golf au Cœur de Grasse – Golf en ville

Plus besoin d'aller sur les greens pour apprendre les bases du golf !

L'association Les Amoureux du Vieux Grasse avec la collaboration de la ville de Grasse et de la ligue PACA de la Fédération Française de Golf, vous offrent la possibilité de jouer gratuitement au golf en plein centre-ville de Grasse.

VENDREDI 25 JUILLET ET LUNDI 18 AOUT DE 20H A 22H – Grasse - COURS HONORE CRESP

Entrée libre - RDV directement sur place sans inscription préalable - Renseignements au 06 63 71 54 62

## Tennis

Sur la Côte d'Azur, la saison touristique est marquée – en avril- par les Monte-Carlo Rolex Masters. Ils marquent le début d'un calendrier d'événements prestigieux sur la Riviera. Ce tournoi international créé en 1906 bénéficie depuis 2009 du statut ATP World Tour Master 1000 et fait parti des 9 tournois les plus réputés de la saison derrière les 4 grands Chelem.

La Ville de Nice organise quelques semaines plus tard L'Open de Tennis Nice Côte d'Azur (5<sup>ème</sup> édition en mai 2014) également sur terre battue.

## Sports automobiles

Parmi les plus prestigieux événements sur la Côte d'Azur, on compte le Grand Prix de Formule 1 de Monaco qui se déroule en mai.

L'hiver (janvier) connaît également une course phare : Le Rallye de Monte Carlo qui passe par le mythique Col de Turini ou le Trophée Andros dont l'une des étapes s'arrête sur le circuit de glace d'Isola 2000.

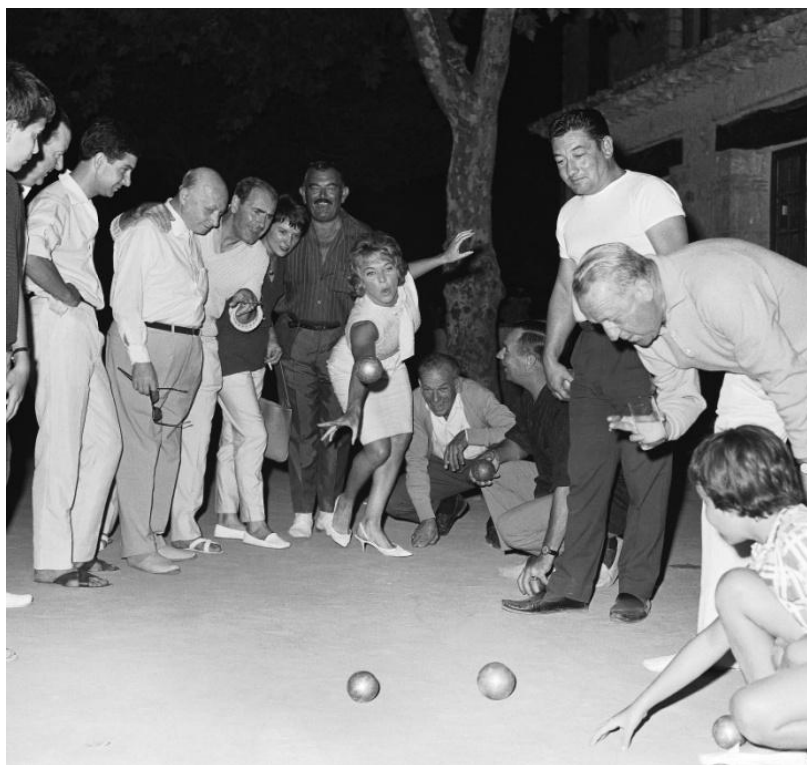
## Pétanque

La Côte d'azur est parsemée de petits ou grands terrains de pétanque.

Lieu de partage entre anciens et plus jeunes, entre locaux et touristes, il s'agit parfois de l'image d'épinal que l'on aime à évoquer : Yves Montand et ses amis sur la Place aux boules de Saint Paul de Vence ou Henri Salvadore à la Place de l'Etang à Cannes... tout de blanc vêtus, entre sport populaire et after chic !

La Côte d'Azur accueille chaque année, en juillet, l'Europétanque-Conseil général 06 qui se déroule à Nice et attire des prodiges internationaux de la pétanque devant quelques 50 000 spectateurs.

Le Championnat du Monde de boules carrées se déroule quant à lui dans les ruelles du Haut de Cagnes sur Mer, chaque été.



Line Renaud à Saint-Paul de Vence – Office de Tourisme de Saint-Paul de Vence – Photo : Jacques Gomot

# Côte d'Azur Neige

## Skier sur la Côte d'Azur !

Skier sur la Côte d'Azur est définitivement l'aspect le plus inattendu et peut-être le plus chic de cette Destination mythique que l'on appelle la Côte d'Azur. En effet, c'est à moins d'une heure 30 du littoral que l'on accède aux 3 stations de ski internationales que sont : Isola 2000, Auron et Valberg sans oublier les 13 autres plus petites stations (dont 6 Stations Villages des Alpes du Sud) et ultime récompense apercevoir la Méditerranée des pistes !



@OT de Valberg

Trois stations de ski dites « internationales » :

- Valberg** Au pays des enfants rois ! *Domaine relié à Beuil-Les-Launes.*  
**Isola 2000** La station branchée vue mer.  
**Auron** Technique et authentique.

Six stations villages labellisées stations villages dans le 06 (sur un total de 29 sur l'ensemble du territoire des Hautes-Alpes, Alpes de Haute Provence et Alpes-Maritimes) :

- |                                |  |                                      |
|--------------------------------|--|--------------------------------------|
| <b>Caille- L'Audibergue</b>    | Station Vue mer                          | (En pays grassois)                   |
| <b>Castérino</b>               | Ambiance Grand Nord                      | (Vallée Roya Bévéra–Pays Mentonnais) |
| <b>La Colmiane–Valdeblore</b>  | Intime et familiale                      | (Entre Vésubie et Tinée)             |
| <b>Roubion</b>                 | Des panoramas inoubliables               | (Vallée de la Tinée)                 |
| <b>Saint Dalmas le Sauvage</b> | Le plus haut village des Alpes-Maritimes | (Vallée de la Tinée)                 |
| <b>Saint Martin Vésubie</b>    | La station nordique du Boréon            | (Vallée de la Vésubie)               |

Les autres stations de la Côte d'Azur :

En pays grassois et vue mer :

- Gréolières-Les-Neiges** Station vue mer 45 mn du cœur de Grasse.

En pays niçois :

- |  |                         |
|--|-------------------------|
| <b>Val Pelens Saint-Martin-d'Entraunes</b> | <b>Estenc-Entraunes</b> |
| <b>Turini-Camp d'Argent</b>                | <b>Peïra-Cava</b>       |

### **Le contraste mer-neige ? L'exception de la Côte d'Azur**

Ceci est la proposition la plus « exotique » du territoire français. Une proposition exclusive qui permet d'associer à un séjour urbain ou balnéaire dans l'une des grandes villes de la Côte d'Azur, à une journée neige, skis aux pieds !

### **Skier 5 mois de l'année sur la Côte d'Azur.**

Sur la Côte d'Azur, on skie plus de 5 mois par an, de fin novembre à mi-avril !

Toutes les clientèles y trouvent une proposition à leur budget :

Les clientèles élégantes ont à leur disposition au départ de Cannes, la plus prestigieuse des marques d'équipementier de ski (Moncler) qui a ouvert une boutique située 14, La Croisette.

Des transferts sont mis en œuvre pour permettre d'être en moins de 30 minutes sur les pistes enneigées des stations de ski des Alpes-Maritimes. Tous peuvent retrouver le soir même les hôtels les plus prestigieux du littoral, qui font la réputation de la Côte d'Azur.

Les clientèles familiales trouveront à travers les propositions des 15 stations de ski et espaces nordiques, des formules où les enfants sont au cœur des apprentissages et des animations.

Les « aventuriers » pourront s'adonner à des activités plus extrêmes au cœur du Parc National du Mercantour ou de Parc Naturel Régional des Pré-Alpes d'Azur : constructions d'igloo, cascades de glace, parapente...

### **Côte d'Azur Montagne : ski aperçu mer, comme nulle par ailleurs !**

L'exception des paysages des stations des Alpes-Maritimes réside dans le fait que les skieurs - par temps dégagé - peuvent apercevoir la mer de certaines de nos stations : Valberg, Isola 2000, le Col de Turini (Turini Camp d'argent), Roubion, Gréolières-Les-Neiges et L'Audibergue !

### **Côte d'Azur Montagne : Soleil et ciel bleu**

Un niveau d'ensoleillement exceptionnel : plus de 300 jours (au-dessus de 1500m d'altitude).

### **Côte d'Azur Montagne : de « vrais » stations de ski dans les Alpes-Maritimes !**

15 stations de ski et espaces nordiques ayant chacune sa spécificité dont 3 stations dites Internationales.

. Ouverture des stations : de fin novembre à mi-avril.

.Au total : 700 kilomètres de pistes.

.Ski alpin : plus de 230 pistes pour près de 500 km.

.Ski de fond : 35 pistes pour près de 200 km.

.Près de 100 remontées mécaniques.

.Plus de 100 pistes bleues et vertes pour les débutants

.Près de 650 000 m<sup>3</sup> de retenues collinaires (production de neige bio : eau, froid et air, aucun additif) pour garantir une neige de décembre à avril.

- Les remontées mécaniques améliorent chaque année les télésièges -débrayables jusqu'à 6 places- et télécabines.

- Profiter de la qualité des pistes (aux normes FIS) et des remontées mécaniques performantes haut débit et confortables pour optimiser sa journée de ski (télésièges débrayables ultra rapides, forfaits mains libres...).

## Côte d'Azur Montagne ? Neige garantie !

Grâce aux investissements réalisés depuis de nombreuses années par les Collectivités locales, au bénéfice des stations de ski des Alpes-Maritimes, celles-ci bénéficient désormais d'un enneigement de qualité sur la quasi totalité de leurs domaines skiables.

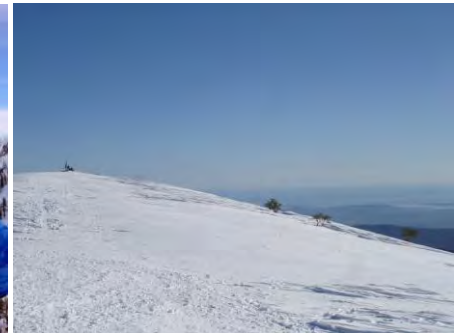
.80% sur l'ensemble du domaine skiable d'Isola 2000 – Isola 2000 : la station la plus enneigée de 2009 et 2010

.85% sur le domaine skiable de Valberg

.40% sur Auron



@SEMEC – La montagne de la mer



@OT de Gréolières Vue mer



# Côte d'Azur Neige

## Les activités hors ski

Igloos, cascades de glace, chiens de traîneaux, ski joering, rando-raquettes sur la Côte d'Azur !  
Pour le moins inattendu et pour une expérience personnelle au coeur d'un territoire protégé en pleine nature, il est possible à moins d'une heure de distance des grandes villes du littoral de s'évader pour quelques heures ou une nuit dans des conditions exceptionnelles pour la Côte d'Azur !



@Cascade de glace artificielle du Boréon –Saint Martin Vésubie/Isola 2000 /Saint Dalmas le Selvage  
Conseil général des Alpes-Maritimes – CRT Côte d'Azur

Voici les propositions les plus originales :

Parapente à ski

Construire un igloo sur la Côte d'Azur !

Gravir une cascade de glace dans le Mercantour

Chiens de traîneaux sur la Côte d'Azur

Ski Joering sur la Côte d'Azur

A pratiquer également en station :

- Speed flying
- Initiation au biathlon laser
- Snowscoot
- Vélo Ski
- Parapente à ski
- AirBoard Luge
- Snakegliss
- Yooners

Sans oublier les sports motorisés : randonnées en scooter des neiges, circuit de glace, quad sur neige...

Rando-raquettes, en immersion dans les paysages blancs immaculés de la Côte d'Azur : des paysages à couper le souffle au milieu de la forêt et de son silence, dans des décors immaculés et d'apercevoir chamois, mouflons et cerfs ou encore d'entendre les loups... Les amoureux des espaces préservés tomberont sous le charme des paysages composés à 80% de la surface totale du Département des Alpes-Maritimes par la zone montagne.



@OT de Valberg

Le saviez-vous ? 6 sommets s'élevant à plus de 3000m composent entre-autres le paysage de la Côte d'Azur côté montagne.

Le Gélas et Le Clapier dans la Vallée de la Vésubie

Le Ténibe dans la Haute Vallée du Var

Le Cimet et le Pelat dans le Haut Var

Le Corborant dans la Haute Tinée

Les plus belles randonnées sont balisées grâce aux aménagements des Services du Conseil général des Alpes-Maritimes. Nombres d'eux sont répertoriés dans le guide Randoxygène : Raquette à neige.



Guide Randoxygène

# COTEDAZUR- Sport

## Récupérer

# Côte d'Azur Sport & Nature

## Sport - Récupérer



@Thalazur Antibes et 1835 Radisson Blu Cannes

### **Nouveauté 2014 – Antibes**

#### **Hôtel Baie des Anges Thalazur (4 étoiles) -**

L'hôtel à réouvert ses portes au public depuis moins d'un an. Après 10 mois de rénovation, l'établissement propose 164 chambres, un restaurant, un bar lounge ainsi qu'un institut de thalassothérapie et SPA marin. Un savoir-faire reconnu pour accueillir des sportifs en préparation avec une offre aux soins spécifiques. Thalazur Antibes est Partenaires des Sharks de l'Olympique d'Antibes Basket. <http://antibes.thalazur.fr/>

### **Nouveauté 2014 - Caille (Pays de Grasse)**

#### **Spa des Délices à La Moulière**

Ouvert depuis quelques mois au cœur du Parc Naturel des Pré Alpes d'Azur, ce SPA a intégré une très jolie chambre d'hôtes pour trouver détente, silence et air pur dans un territoire protégé à 45 minutes du centre de Grasse. [www.spa-des-delices.com](http://www.spa-des-delices.com)

### **Menton**

#### **PRANA SPA-HOTEL RIVA**

Elu en 2014 (parmi 100 autres établissements) : meilleur spa hôtelier de France lors du «Salon Mondial Beauté & Spa 2014 ». [www.rivahotel.com](http://www.rivahotel.com)

### **Cannes**

#### **Radisson Blu 1835 Hôtel & Thalasso.**

L'hôtel situé face au Vieux port de Cannes propose un point de vue unique sur Cannes.

Les Thermes Marins de Cannes & SPA qui viennent d'être labellisés Spa-A complète l'offre de cet hôtel. Ses installations haute performance offrent 2 700 m<sup>2</sup> de technologies de pointe en matière de remise en forme et d'environnement. [www.radissonblu.fr/hotel-cannes](http://www.radissonblu.fr/hotel-cannes)

### **Monaco**

#### **Les Thermes Marins Monte-Carlo**

Complexe de 6600 m<sup>2</sup> sur 4 niveaux, les Thermes Marins Monte-Carlo sont idéalement situés face à la mer et directement reliés à l'Hôtel Hermitage et à l'Hôtel de Paris. Le centre se positionne comme un spécialiste du bien-être et de la santé préventive, avec des thérapies marines et manuelles uniques en Europe, alliant techniques ancestrales et méthodes de pointe. [fr.thermesmarinsmontecarlo.com](http://fr.thermesmarinsmontecarlo.com)

### **Isola Village**

#### **Aquavallée**

Aquavallée est un havre de douceur et de remise en forme avant ou après ski : piscine, sauna, hammam, jacuzzi, salle de musculation, squash. [www.isola2000.com](http://www.isola2000.com)

COTEDAZUR-  
Sport et Nature  
**Calendrier sportif**

# Côte d'Azur Sport & Nature

---

## Calendrier des événements sportifs récurrents

---

Janvier

Monaco - **Rallye automobile de Monte Carlo**

Isola 2000 - Rallye automobile - Etape du **Trophée Andros**

Valberg – Trail du 1<sup>er</sup> janvier

Nice – 10km – La Prom'Classic

De février à novembre Alpes-Maritimes - **Challenge Trail Nature 06**

A travers plusieurs dates tout au long de l'année, un éventail d'épreuves de prestige sont ouvertes à tous les publics en permettant de découvrir les trésors cachés du haut-pays azuréen. L'idée est le dépassement de soi au cœur d'une nature préservée à quelques kilomètres à vol d'oiseau de la Mer Méditerranée.

Avril

Nice - **Semi-Marathon International de Nice**

[www.nicesemimarathon.com](http://www.nicesemimarathon.com)

Mai

Côte d'Azur - **Fête de la nature**

Nice - **Open de Tennis Nice Côte d'Azur**

[www.opennicecotedazur.com](http://www.opennicecotedazur.com)

Cagnes sur Mer – **Tennis : Open GDF Suez**

[www.abr-organisation.com](http://www.abr-organisation.com)

Vence – Course pédestre

**Ascension du Col de Vence**

[www.ascensioncoldevence.com](http://www.ascensioncoldevence.com)

Menton – La rondes plages

Course pédestre de 10 kms le long de la Méditerranée

[www.ronde-des-plages.com](http://www.ronde-des-plages.com)

Antibes Juan les Pins – Course automobile

**Rallye Antibes-Côte d'Azur**

Pinède Gould et routes de l'arrière-pays

6 champions du monde (parmi lesquels les Français Didier Auriol et Sébastien Loeb), 10 champions d'Europe, tous les champions de France, tous les grands noms du rallye français, des dizaines de pilotes étrangers, se sont illustrés au Rallye Antibes Côte d'Azur. Pour fêter les 130 ans de la création de Juan-les-Pins, les départs d'un rallye de qualité et d'une épreuve historique seront donnés depuis la très célèbre pinède Gould, perpétuant en cela la tradition manifestée par l'ASA d'associer les amateurs, les passionnés et les collectionneurs.

[www.asa-antibes.com](http://www.asa-antibes.com)

VTT – Vallée de la Vésubie

**La Transvésubienne**, créée en 1988, est inscrite au calendrier de la Fédération Française de Cyclisme. Cette année marque la 21<sup>ème</sup> édition de la plus légendaire des courses de VTT d'Europe.

Son parcours est de 85 km avec un dénivelé de + 3 000 m et – 4 000 m.

Les participants devront fournir plus de 9 heures d'efforts pour voir la ligne d'arrivée.

1000 concurrents sont attendus, en majorité français.

Mougins – **Le Raid Multisport de Mougins**

Juin

Côte d'Azur - **Fête du Vélo**

Mougins

**La Déboussolée**

Côte d'Azur – Cyclo-tourisme

**Le Grand Tour Alpi Maritime Mercantour 2014 :**

Ce tour itinérant transfrontalier à vélo de 5 jours accueillera 150 participants au départ et à l'arrivée de Guillaumes avec un passage dans les Alpes-de-Haute-Provence et en Italie.

Nice - **IRONMAN**

[www.ironman.com](http://www.ironman.com)

Cap d'Ail - **Raid Cro magnon**

Raid de plus de 110km entre Limone et Cap d'Ail, classé parmi les plus ultra trails mondiaux

Cannes - **Jumping International de Cannes**

La Colmiane Valdeblore - **Les Journées Verticales**

Manifestation sport nature organisée par le Comité départemental de la Montagne et d'Escalade destinée à mettre en lumière les activités présentes dans le moyen et haut pays sur le site de la Colmiane-Valdeblore.

Valberg - **Cyclo-Valberg**

Deux parcours montagneux sont proposés, un de 135km et un de 64km, afin que tout un chacun puisse prendre du plaisir en fonction de son niveau.

Du verdoyant col des Champs (2080m) aux somptueuses Gorges rouges de Daluis, venez-vous faire mal aux jambes... mais surtout en prendre plein les yeux!

[www.cyclovalberg.com](http://www.cyclovalberg.com) - <http://cyclovalberg.com/index.php?saison=h>

Saint Laurent du Var - **Supagasc**

Une manifestation autour du Stand Up Paddle, avec un village Expo, des courses Découverte et Kids, et une Course 10km en point d'orgue.

(Funagasc en octobre)

Antibes – Nautisme

**Les Voiles d'Antibes / Panerai Classic Yachts Challenge**

En ouverture de la saison méditerranéenne, une soixantaine des plus beaux voiliers du monde, qui ont façonné depuis la fin du 19e siècle la grande histoire du Yachting International ont une nouvelle fois rendez-vous à Antibes, où ces véritables cathédrales de voiles (certaines unités déployant plus de 1000 m<sup>2</sup> de voile) vont combler les amateurs de grand spectacle en régatant tout au long des 24 km de côtes.

[www.voilesdantibes.com](http://www.voilesdantibes.com)

Menton – Sport équestre

**Championnat du Pur Sang arabe de la Méditerranée et des Pays arabes**

[www.mentonarabianhorseshow.com](http://www.mentonarabianhorseshow.com)

Menton – Grand Prix de Karting

Des noms prestigieux participent à cet événement comme Olivier BERETTA, Olivier PANIS, Pierre-Henri RAPHANAEL et bien d'autres qui continueront leur carrière en Formule 1.

Saint Martin Vésubie – Trail

Un **kilomètre vertical** est une course au cours de laquelle les concurrents doivent gravir au moins 1 000 m de dénivelé positif, sur la plus petite distance possible. Celui de Saint Martin Vésubie est l'unique épreuve du genre dans les Alpes-Maritimes.

Monaco - **Jumping International de Monte Carlo**

**Actu : La Colmiane – Dimanche 22 juin  
Championnat de France de Moto Trial**

Juillet :

**Actu : Auron – Du 4 au 5 juillet  
1<sup>er</sup> Salon du VTT à assistance électrique – ElectroBike - Professionnel et grand public.  
[www.electrobikefestival.com](http://www.electrobikefestival.com)**

Monaco

**Meeting International d'Athlétisme Herculis – Samsung Diamond League**

Cagnes Sur Mer – Hippodrome de la côte d'Azur

**Meeting d'été**

Monaco

**Monte Carlo Polo World Cup**

Nice – **Europétanque Conseil général 06**

En 2013, la compétition a connu un franc succès en attirant environ 50 000 spectateurs. Près de 2 000 joueurs venus du monde entier, France, Europe, États-Unis, Afrique.... s'y sont affrontés.

Nice - **Arrivée du Tour de France à la Voile**

Nice - **Régates finales du Tour de France à la Voile**

La Moulrière ( Pays de Grasse)

**Festival Rock & Roots** avec 2 compétitions VTT (1 en journée et 1 en nocturne)



Séranon ( Pays de Grasse)

**Rail des Monts d'Azur**

4ème édition du **Trail de Valberg**

Cette année trois courses sont proposées:

Le 5 juillet: 20km (D+1200m) et le 6 juillet: 46km (D+2600m)

Nouveauté : le Raid sur 2 jours avec 66km

[www.valbergtrail.com](http://www.valbergtrail.com)

Saint Etienne de Tinée – Course à pieds

**Course de la Bonette** – 27 kms et 1700m de dénivelée

Août

Cagnes Sur Mer – Hippodrome de la côte d'Azur

**Meeting d'été**

Cagnes sur Mer – **Championnat du Monde de Boules carrées**

**Le 31 août – Isola 2000**

**Championnat de France de moto trial Outdoor**

Septembre

Nice - **Les Régates de Nice – Trophée Pasqui**

Cannes - **Régates Royales – Peneral Trophy**

Nice - **Triathlon de Nice**

[www.triathlondenice.fr](http://www.triathlondenice.fr)

Valberg - **Enduro VTT** - Coupe de France

[www.tribe-events.com](http://www.tribe-events.com) - <http://www.tribe-events.com/>

La Turbie - **La Course pédestre du Trophée**

Cette course pédestre ouverte à tous propose un parcours rapide sur une distance de 14,5 kilomètres et 360 mètres de dénivelé cumulé positif. 35% sur piste, 65% sur route. <http://course.turbie.free.fr>

Cannes – Natation

La traversée Cannes- Ile Sainte Marguerite

Octobre :

Nice - Coupe Internationale de la Ville de Nice de patinage et de danse sur glace

Antibes – Course à pieds

Courir pour une fleur - Plus de 3000 coureurs participent à cette grande classique pédestre, qui emprunte assurément l'un des plus beaux circuits du monde.

Cagnes sur Mer

Equita'06 – Salon du cheval

**Actu – Nice – Du 7 au 13 octobre**

**Semaine de la randonnée urbaine à Nice**

[www.cdrp06.org](http://www.cdrp06.org)

Novembre :

Nice-Cannes - Marathon des Alpes-Maritimes  
[www.marathon06.com](http://www.marathon06.com)

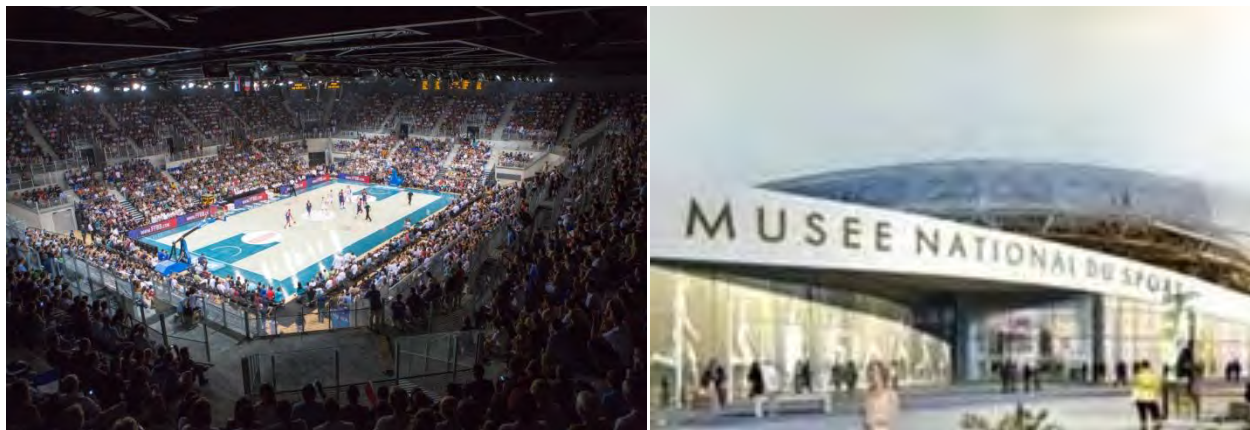
Calendrier non exhaustif – mis à jour le 16 juin 2014

# COTEDAZUR- Nouveautés 2014

## **Les grands équipements sportifs**

# Côte d'Azur Sport

## Nouveautés-Les grands équipements sportifs azuréens



@Azuraréna Antibes – Musée du Sport Nice

### **2014 – Antibes - Azur Arena Antibes, une salle omnisports pour le haut niveau :**

Ce nouveau bâtiment abrite un dojo, une fosse à trampoline et un gymnase capable d'accueillir 5.000 spectateurs. Le palais des sports est habilité à recevoir toute discipline (handball, tennis, boxe...) mais il est avant tout voué à l'équipe de basket d'Antibes, les Sharks.

### **2014 - Nice - Le Musée National du Sport – Ouverture fin juin 2014**

[www.museedusport.fr](http://www.museedusport.fr)

Plus de 45 000 objets et 400 000 documents (matériel, habillements, trophées, mascottes, affiches, peintures, films...), formant l'une des plus grandes collections au monde, prendront place au cœur de l'écrin conçu par Jean-Michel Wilmotte.

Draisienne et cycles de légendes, ballons et raquettes, ski vintage, survet' et costumes des plus célèbres athlètes... raconteront l'histoire sportive de l'Antiquité à nos jours. Grâce à une muséographie immersive, le Musée National du Sport fera vivre et revivre, au plus près des champions, les grands instants d'émotions qui ont marqué nos mémoires.

50 ans après le début de la constitution des collections en 1963, le Musée National du Sport s'installe au cœur d'un lieu à sa juste mesure. Labellisé Musée de France, le Musée National du Sport est l'unique équipement dédié à ce sujet reflet de notre société actuelle. Grâce à sa collection exceptionnelle et au concours des plus grands spécialistes, il révélera le sport sous son angle culturel et scientifique témoignant de ses enjeux sociaux, économiques, techniques, artistiques... Le Musée National du Sport sera ainsi le centre de ressources majeur en France sur cette thématique.

La notion de « défi », clé de voûte de l'exploit sportif, constituera l'essence et le fil conducteur d'un parcours muséographique en 4 temps : Défi sur soi // Défi d'homme à homme // Défi collectif // Défi au-delà des limites.

## 2016 - Saint Martin Vésubie - Le Pôle Sport Montagne



@Conseil général des Alpes-Maritimes

Ce nouveau complexe sportif de la « montagne verte » des Alpes-Maritimes sera installé dans un cadre naturel d'exception, à la hauteur de la piscine, ce nouveau complexe proposera de faire découvrir des activités de montagne de manière ludique et accessible, dans un objectif d'apprentissage, de perfectionnement et de professionnalisation.

Il s'adressera à tous les types de public : les sportifs, les professionnels de la montagne mais aussi les familles, les touristes, les visiteurs du Parc naturel national du Mercantour, ainsi que les scolaires.

La pose de la première pierre a été effectuée le 22 février dernier.

La livraison du pôle sport montagne interviendra en mai 2016.

Sa superficie sera de 3 000 m<sup>2</sup> et comprendra :

- une zone d'accueil du public où seront installés la maison de la montagne et le bureau des guides de montagne,
- Un pôle aquatique où il sera possible de se baigner en intérieur comme en extérieur,
- une zone de bien-être et une salle de remise en forme et de préparation physique,
- Un pôle indoor d'activités de montagne avec : des murs d'escalade, un espace escalade ludique, un espace canyoning et spéléologie.
- Des lieux spécialement aménagés pour les enfants.

# COTEDAZUR- SPORT ET NATURE

## **Où pratiquer ?**

Un terrain de sport  
entre mer et montagne

# Côte d'Azur Nature

## Coup de cœur en bord de mer

De caps en caps



@OT de Saint Jean Cap Ferrat/ Cap d'Antibes

En partant de Théoule sur Mer et de ses rochers rouges, il est quasiment possible de suivre un chemin qui longe la mer et découvrir ainsi les magnifiques paysages et endroits protégés le long de la méditerranée. Théoule sur Mer – Cap d'Antibes – Cap de Nice - Cap Martin – Cap Ferrat... des endroits qui évoquent la Riviera des villas majestueuses, l'histoire des Rois, des Princes et des personnalités, mais également le chemin des douaniers.

**Le Cap Martin (3 km)** - 45 minutes d'une végétation typiquement, tel se présente le sentier du bord de mer. Il invite à partir sur les pas de Nietzsche et surtout du Corbusier, dont on découvre en chemin son concept architectural de "Cabanon".

[www.roquebrune-cap-martin.com](http://www.roquebrune-cap-martin.com)

**Le Cap d'Ail (3.6 KM)** - Un magnifique sentier d'interprétation relie la plage de la Mala à la plage Marquet. Cette promenade côtière d'1 h environ permet de découvrir les richesses de la flore, la géologie, et de l'architecture des villas "Belle Epoque".

[www.cap-dail.com](http://www.cap-dail.com)

**Le Cap Ferrat (11 KM)** - 2h30 environ pour le tour de la presqu'île des millionnaires, véritable havre de tranquillité aux villas somptueuses. A ne pas manquer la promenade de la Sainte Hospice (45 mn) bordée de pins d'alep. Un autre sentier (1h environ) relie l'anse Lilong à la plage de Passable. Criques et falaises calcaires jalonnent cette promenade côtière à la végétation luxuriante.

[www.saintjeancapferrat.fr](http://www.saintjeancapferrat.fr)

**Le Cap de Nice** – Il fait lien entre Nice et Villefranche sur Mer. Surplombant la Méditerranée, la vue est tout aussi splendide sur Nice qu'à l'arrivée sur Villefranche. Son parcours d'environ 1.5 km est qualifié d'assez sportif et relie Coco Beach au Port de la Darse.

**Le Cap d'Antibes (2.7 KM)** - Une promenade côtière exceptionnelle (1h30 environ) le long d'une côte sauvage battue par les flots. Bordé de pins d'alep, ce sentier permet de découvrir la pointe sud de la presqu'île entre Antibes et Juan-les-pins et son sanctuaire Notre-Dame de la Garoupe, dévoilant ainsi quelques-uns des plus beaux panoramas azuréens.

[www.antibesjuanlespins.com](http://www.antibesjuanlespins.com)

### **Ile Sainte-Marguerite**

Quadrillée par 22 km de sentiers, elle s'étend sur 3 km, de l'étang du Batégurier et sa réserve ornithologique à la pointe de la Convention. Riche d'histoire, l'île compte également des vestiges archéologiques et le fort Royal, ancienne prison du Masque de fer, qui abrite le musée de la Mer.

Patrimoine Historique datant du XVIIème siècle, le fort de l'île fût agrandi et renforcé par les espagnols et le célèbre architecte Vauban.



@Abbaye de Lérins

### **Ile Saint-Honorat**

L'île, Saint Honorat, siège de l'Abbaye de Lérins, fut fondée par Saint Honorat au Ve siècle. Riche de spiritualité et de vestiges du passé (monastère, fortifications, chapelles), l'île est la propriété d'une communauté de moines cisterciens qui y cultive notamment la vigne et produit un vin réputé. L'abbaye propose des visites guidées sur divers thèmes et une restauration ouverte à l'année dans le restaurant La Tonnelle. C'est une destination propice à la méditation.

A découvrir : les croisières œnologiques durant l'été 2014. Tel : 04 92 99 54 24 –  
Excursions et croisières : [www.lerins-sainthonorat.com](http://www.lerins-sainthonorat.com)  
[www.cannes-ilesdelerins.com](http://www.cannes-ilesdelerins.com)



## La Croix des gardes

---

Ses 80 hectares de forêt, majoritairement propriété du Conservatoire du littoral, sont gérés par un éco garde de la Ville de Cannes, laquelle a aménagé 20 km de sentiers, un parcours santé et six belvédères offrant un panorama à 360 degrés.

Au fil des 20 kilomètres de sentiers, et plus particulièrement du chemin des Belvédères, des paysages naturels formés par une végétation variée :

- des pinèdes de pins parasols ;
- des maquis à lavandes, cistes, arbousiers et filaires plus ou moins élevés ;
- des chênaies en mélange (chênes lièges, verts ou pubescents) ;
- des fonds de vallons plus frais composés de lauriers saucés, frênes... ;
- d'anciennes cultures d'eucalyptus, des prairies...

### **Nouveauté 2014 – Coup de Coeur**

Cannes - Le Camp des Trappeurs pour les aventuriers en herbe.

Ce nouveau parc de loisirs, tendance écolo accueille les petits explorateurs en pleine forêt à 15 mn de la Croisette. Le "Camp trappeur" proposera, mi-juin, un parcours mi-terrestre, mi-aérien, accessible sans équipement technique. Rassurés par d'immenses filets de protection, les enfants rejoignent en toute sécurité les plateformes perchées et évoluent d'arbre en arbre librement. Des tipis et une aire de jeux avec tour d'escalade complètent cet univers ludique et sportif. Les adultes, eux, peuvent se détendre et se restaurer dans un espace lounge. Groupes et séminaires sont les bienvenus.

<http://www.okwide.fr/>

## Au fil de l'eau - Canal de la Siagne

---

Le canal de la Siagne est une des deux principales adductions assurant l'alimentation en eau potable de la ville de Cannes. Construit à l'initiative de Lord Brougham, ancien ministre de la justice dans le gouvernement anglais, et inauguré en 1868, parsemé d'ouvrages hydrauliques de cette époque, il est devenu un lieu de promenade historique pour les populations des communes qu'il traverse le long de ses 43 kilomètres de cours.

## Antibes – Le Sentier du littoral de la Garoupe à Eilenroc

---

C'est une excellente nouvelle pour tous les amoureux de la nature et du patrimoine. L'État et la commune ont réalisé l'aménagement du Sentier du littoral – Départ des plages de la Garoupe jusqu'à l'anse de l'Argent Faux en passant par la villa Eilenroc. Le sentier de Tirepoil c'est une balade exceptionnelle de 3,7km, Après la création d'une roseraie, d'un écomusée et d'un jardin de senteurs, c'est la villa et son parc qui ont fait l'objet d'importantes rénovations.

Tel. +33 (0)4 93 67 74 33

<http://www.antibes-juanlespins.com/les-autres-lieux-culturels/la-villa-eilenroc>

## Eze - Le Sentier de Nietzsche

---

Lorsqu'il arrive sur la Côte que l'on n'appelait pas encore d'Azur, le moral de Nietzsche est au plus bas. Ses livres se vendent mal, il vient de se brouiller avec Wagner et de se faire éconduire par Lou Andréas Salomé. Sur la Côte d'Azur, Nietzsche va retrouver l'émotion créatrice nécessaire pour écrire, "Ici je crois au soleil, comme la plante y croît" écrit-il. Et, dans une lettre à Peter Gast il ajoute : "...Cette magnifique plénitude de lumière a sur moi, mortel très supplicié (et souvent si désireux de mourir) une action quasi miraculeuse."

A Eze, le philosophe très sensible à l'influence du climat et des paysages, se régénère. Comme de nombreux écrivains, il a besoin de marcher pour créer.

Là, au milieu des oliviers, des lentisques, des euphorbes et des chênes verts, au milieu de cette nature sauvage où les senteurs marines s'effacent devant l'odeur de la terre, avec la Méditerranée en fond et la silhouette du village au-dessus de la tête, Nietzsche composera des pages d'Ainsi parlait Zarathoustra qu'il qualifie lui-même de "décisives".

"L'hiver suivant, sous le ciel alcyonien de Nice qui, pour la première fois rayonna alors dans ma vie, j'ai trouvé le troisième Zarathoustra - et j'avais ainsi terminé", écrit-il avant d'ajouter : "Cette partie décisive qui porte le titre : "Des vieilles et des nouvelles Tables" fut composée pendant une montée des plus pénibles de la gare au merveilleux village maure Eza, bâti au milieu des rochers".

De fait, lorsque l'on marche sur les traces de Nietzsche sur le chemin qui porte désormais son nom, on comprend mieux l'émotion qui s'est emparée de lui, notamment lorsqu'il parle d'ascension vers le sommet.

"C'est du soleil que j'ai appris cela, quand il se couche, du soleil trop riche : il répand alors dans la mer, l'or la richesse inépuisable" confiera-t-il plus tard. Aujourd'hui encore, l'homme s'y retrouve en pleine nature face à l'infini de l'horizon pour assister au même spectacle. (Claudine Francini)

Randonnée d'1h30 et 400m de dénivelé

## Roquebrune Cap Martin - Sur les traces du Corbusier

---

L'ancien sentier des Douaniers porte désormais son nom. L'architecte vécut ici des heures paisibles faites d'amitié et de travail. Il y a laissé sa trace. Son Cabanon est un but de visite recherché qui s'inscrit dans un site et une histoire plus larges qu'il convient de découvrir.

Un château de 16m<sup>2</sup> - En 1949, Thomas Rebutato, ancien plombier à Nice installe son restaurant l'Etoile de Mer au-dessus de la villa de Badovici. Les architectes y prennent désormais leurs repas sur une petite terrasse qui domine la Méditerranée dans un décor simple, loin des folies architecturales qu'ils laissent aux acteurs de cinéma et à Coco Chanel. Entre les Rebutato et Le Corbusier naît une amitié indéfectible. Ici, il troque son chapeau et son nœud papillon pour un slip de bain, mange deux douzaines d'oursins par jour et décide de construire pour l'anniversaire de son épouse Yvonne, un château en bois de 16 m<sup>2</sup>. Le projet du Cabanon naît en décembre 1951 et aboutit en 1952. « Il le conçoit en 45 minutes, grâce au Modulor. Cet instrument de mesure a pour base un corps humain d'1m83 à partir duquel il va déterminer les dimensions d'un habitat », précise la guide interprète auprès de l'Office de Tourisme de Roquebrune Cap Martin.

Vacances pour tous - Les cinq Unités De Camping, que Le Corbusier conçoit pour Thomas Rebutato en 1957, en échange du terrain du Cabanon, sont destinées à être louées. Ces cellules aux couleurs primaires de 8m<sup>27</sup> optimisent l'espace de sommeil tandis que les cuisines et les toilettes se trouvent à l'extérieur. Ce projet ne vit pas le jour mais ceux qui le souhaitent peuvent aujourd'hui visiter le site comprenant le Cabanon, inscrit au Patrimoine mondial de l'Humanité, le restaurant de l'Etoile de Mer et les Unités de Camping.

(Claudine Francini)

# Côte d'Azur Nature

## Protégé - Le Parc National du Mercantour



@Parc National du Mercantour – Le Sorcier dans la Vallée des Merveilles/ Estenc/La Roya Bévéra

**Actu - Classement au Patrimoine Mondial de l'Humanité de l'UNESCO :** Le Parc naturel européen "Alpi Marittime - Mercantour", constitué du Parc national du Mercantour (Fr) et du Parco naturale Alpi Marittime (It), est engagé dans un processus de classement de son territoire au Patrimoine Mondial de l'Humanité de l'UNESCO. **Les Alpes de la Mer :** Ce projet intègre d'autres espaces protégés : le Parco del Marguareis (It), le Parco Alpi Liguri (It), les aires protégées de la Provincia Imperia (It) et l'aire maritime du Jardin biologique Villa Hanbury (It). Ensemble, ils vont présenter une candidature transfrontalière unique, "Les Alpes de la Mer". Cette candidature fait suite au classement sur les "listes indicatives" de la France et de l'Italie, première étape indispensable dans le processus de classement.

Le socle de ce projet repose sur l'originalité géologique de ce territoire, véritable témoin d'une époque ancienne dont les témoignages sont visibles en peu de lieux sur terre, dont l'espace "Marittime - Mercantour". Cet état de fait, qui résulte de mouvements tectoniques complexes, explique plus simplement à nos yeux la grande diversité paysagère de ce site, mais aussi la multiplicité d'espèces animales et végétales qui en font l'un des 34 "points chauds" de biodiversité la planète.

### Les fondamentaux

Création du parc : 18 août 1979

Coeur de parc : 68 500 ha - Altitude minimale : 490 m - Altitude maximale : 3 143 m (La Cime du Gélas)

Parc National du Mercantour 161 500 ha - Altitude minimale : 250 m - Altitude maximale : 3 143 m

Habitants permanents : 17 700 dans l'AOA

Espaces protégés : Natura 2000 : 14 sites

Flore : la plus forte diversité au niveau national avec 2 000 espèces de plantes, dont 200 rares et 30 endémiques.

Faune : 58 espèces de mammifères - dont les 7 ongulés sauvages que l'on trouve en France et le loup - et 153 espèces d'oiseaux, avec des rencontres uniques au monde comme la chouette de Tengmalm de Sibérie ou le hibou petit duc d'Afrique du Nord.

### L'accueil

Le Parc national du Mercantour propose de découvrir son territoire grâce à des animations tout public: le programme des animations est consultable sur l'agenda du site web: [www.mercantour.eu](http://www.mercantour.eu).

De plus, grâce à ces 5 Maisons du Parc installées dans les vallées, le Parc national du Mercantour offre aux visiteurs des lieux d'accueil et d'information.

# Côte d'Azur Nature

## Nouveauté - Le Parc Naturel Régional des Préalpes d'Azur



© PNRPA- Les Bories de CALERN/ La Rivière de l'Estéron /Plaine de Valderoure

Le 48ème Parc naturel régional de France est situé dans les Préalpes d'Azur, sur les premiers contreforts montagneux de l'ouest des Alpes-Maritimes, entre Côte d'Azur et haute montagne.

Les Préalpes d'Azur s'inscrivent dans un ensemble quasi continu d'espaces naturels protégés, de la Camargue vers l'Italie. Ce territoire relie ainsi des espaces patrimoniaux reconnus nationalement et internationalement.

Quelques caractéristiques :

31 270 habitants sur 88 940 hectares 48ème PNR de France et 6ème PNR de PACA.

Plus de 2000 espèces végétales, soit environ 1/3 de la flore française

1952 cavités, 137 km de galeries souterraines

Une des plus grandes zones pastorales des AM

Le « château d'eau » de la côte d'Azur

45 villages de caractère

Les 45 communes adhérentes : Aiglun, Andon, Ascros, Bézaudun-les-Alpes, Bonson, Bouyon, Briançonnet, Cabris, Caille, Carros, Caussols, Cipières, Collongues, Coursegoules, Cuébris, Escragnolles, Gars, Gattières, Gillette, Gourdon, Grasse, Gréolières, Le Broc, La Penne, Le Bar-sur-Loup, Les Ferres, Les Mujouls, Pierrefeu, Revest-les-Roches, Roquesteron, Roquestéron-Grasse, Saint-Antonin, Saint-Auban, Saint-Cézaire-sur-Siagne, Saint-Jeannet, Saint-Vallier-de-Thiery, Sallagriffon, Séranon, Sigale, Spéracèdes, Toudon, Tourette-du-Château, Tourrettes-sur-Loup, Valderoure, Vence.

Le label Parc naturel régional n'est attribué qu'à quelques territoires exceptionnels, 14% du territoire français, et, de ce côté-là, les Préalpes d'Azur ont largement rempli les critères. En effet, la biodiversité y est remarquable, les espèces végétales à elles seules représentant plus de 2000 espèces, soit 2/3 de la flore française. La diversité des paysages y est également prodigieuse, entre plateaux karstiques, gorges, cluses, paysages de terrasses et villages perchés dominant les vallées. Enfin, le patrimoine culturel y est riche et révèle toute l'histoire des relations homme-nature.

Le saviez-vous ? La plus petite commune des Alpes-Maritimes se situe dans la zone du Parc Naturel Régional des Pré-Alpes d'Azur. Il s'agit du village Les Mujouls (30 habitants), proche de Saint Auban perché sur un piton de 750 mètres d'altitude avec un panorama sublime sur les cluses.

# Côte d'Azur Nature

---

## Semi-urbain - Les Parcs Départementaux

---

**La Nature en milieu semi-urbain – Les Parcs Départementaux, 4000 hectares des sites aménagés !**



@Conseil général des Alpes-Maritimes

Les 15 parcs départementaux sont une balade entre sites pittoresques, paysages remarquables et forêts à perte de vue. Ils sont une invitation pour tous à la détente, à la découverte de la nature, aux loisirs et aux activités de pleine nature.

Pour des activités sportives, l'escalade, la spéléologie et la pêche sont également au rendez-vous sur certains sites.

[www.cg06.fr](http://www.cg06.fr)

---

## Hiver comme été

### Stations de ski et stations de montagne

---

Les Alpes-Maritimes sont dotées de 15 stations de ski dont 3 internationales (Isola 2000, Auron et Valberg) lesquelles deviennent, en été, stations de montagne à part entière, en proposant un panel d'activités sportives. Les remontées mécaniques permettent aux randonneurs et vététistes d'accéder au plus haut des pistes. Les golfs et practices ont aménagés, les luges d'été sont installées, les animations organisées. Ainsi les amoureux des grands espaces peuvent également quitter le bord de mer azuréen pour un bol d'air frais le temps d'une journée ou plus.

Voir en fin de dossier : Ski et Activités hors ski

[www.cotedazur-neige.com](http://www.cotedazur-neige.com)

# Côte d'Azur Sport & Nature

---

## Grande Itinérance

Les GR qui traversent les Alpes-Maritimes

---

### **Le GR4** – La Haute Provence... De Grasse à Pont Saint Esprit

Cet itinéraire emprunte les Préalpes du Sud jusqu'aux Gorges du Verdon. Il vous conduira sur de hauts plateaux calcaires et vous emmènera le long de rivières (Loup et Estéron) qui ont découpé les montagnes formant ainsi des clues pittoresques et des gorges sauvages. Cet itinéraire est réalisable en 3-4 jours suivant la longueur des étapes. Topo-guide de la Ffrandonnée : Ref 401 "La Haute Provence par les Gorges du Verdon".

### **Le GR5** – De Larche à Nice

Le GR 5 ou sentier européen de Grande Randonnée E2 relie la mer du Nord à la Mer Méditerranée. D'une longueur de plus de 1500 km, il débute à Rotterdam aux Pays Bas pour terminer à Nice en France en passant par la Belgique, le Luxembourg et la Suisse. Parcourir ce sentier dans les Alpes Maritimes, c'est passer en quelques jours des célèbres cimes du Parc national du Mercantour, terrain de prédilection des bouquetins et chamois, aux oliveraies des collines niçoises sur fond de méditerranée. C'est aussi découvrir comment la diversité des paysages et des modes de vie est à l'origine de l'identité d'un pays, celle de l'ancien Comté de Nice. Cet itinéraire est réalisable en 10-11 jours suivant la longueur des étapes. Topo-guide de la Ffrandonnée : Ref 507 "Le Mercantour – Vallée des Merveilles"

### **Le GR 52** – De Valdeblore à Menton

Le GR 52 traverse du Nord au Sud le Parc national du Mercantour pour rejoindre la Méditerranée à Menton. Cet itinéraire est le plus alpin des Alpes Maritimes avec le passage de célèbres cols tels que le Pas des Ladres, Le Pas du Mont Colomb et la traversée de nombreux lacs et refuges d'altitude pour retrouver le fond bleu de la Méditerranée à Menton. C'est aussi marcher sur les traces des anciens dans la Vallée des Merveilles où 6000 ans plus tôt ils ont immortalisé leurs croyances sur la pierre. Cet itinéraire est réalisable en 10-11 jours suivant la longueur des étapes. Topo-guide de la Ffrandonnée : Ref 507 "Le Mercantour – Vallée des Merveilles"

### **LE GR 52 A** – Panoramique du Mercantour... De Colmars au Col de Tende

Ce GR au nom évocateur traverse le Parc National du Mercantour et ses villages à travers des massifs montagneux de moyenne altitude. Cet itinéraire conduit à la découverte du Haut Pays à travers six vallées différentes : Colmars et ses fortifications, le Val d'Entraunes et son pastoralisme, Roure et ses pierres rouges, Saorge surplombant la vallée de la Roya et Tende et La Brigue, fiefs de la famille Lascaris. Cet itinéraire est réalisable en 15 jours suivant la longueur des étapes. Topo-guide de la Ffrandonnée : Ref 507 "Le Mercantour – La Vallée des Merveilles ».

### **Le GR653 A** – Chemin de Compostelle de Menton à Arles

Dernier né des itinéraires de Grande Randonnée, le GR653A, voie Aurélienne, de Menton à Théoule sur Mer dans les Alpes Maritimes. Commun avec le GR51 de Menton à Gattières, il évite de monter sur le bord des plateaux pour gagner Théoule-sur-Mer en passant par Vence, Roquefort-les-Pins et Mouans-Sartoux. Il se prolonge naturellement à partir d'Arles par le GR653 et ses variantes pour rejoindre Saint-Jacques-de-Compostelle par le Col du Somport. Au delà de Menton, il permet de rejoindre Rome par la voie ligure puis l'ancienne via Francigena.

# COTEDAZUR- Nature

## **Quelques rendez-vous pour s'évader**

# Côte d'Azur Ecotourisme

---

Les rendez-vous de l'été 2014, dans le Parc National du Mercantour

---

Pratique : [www.mercantour.eu](http://www.mercantour.eu)

## **Dimanche 22 juin - Vallées de la Roya et de la Bévéra (Alpes-Maritimes)**

### **La vallée des merveilles autrement -**

Accompagné d'un ethnologue qui travaille depuis plus de 30 ans sur le site de la vallée des Merveilles, Il s'agit de partir à la découverte de la vallée des Merveilles. Ce professionnel apportera un regard scientifique et culturel sur la fréquentation de ce lieu depuis le néolithique jusqu'à nos jours à travers les différentes gravures.

Un accompagnateur en montagne enrichira la visite de notions variées d'environnement : géologie, géomorphologie, faune, flore, pastoralisme...

Les + écotouristiques :

- Découverte de la Vallée des merveilles autrement avec le regard d'un ethnologue
- Sensibilisation à l'environnement
- Mobilité douce

## **Dimanche 20 juillet - A la découverte des plantes médicinales de la région**

Apprendre à reconnaître et à utiliser les plantes médicinales de la région : la lavande officinale, la sarriette, le myrte vert et autres. Présentation et découverte des huiles essentielles, des macérations solaires, des eaux florales, des alcoolats. Une approche sensible sera proposée par l'olfaction et par l'éveil des sens dans notre atelier.

Dégustation d'un pique-nique bio au beau milieu d'une oliveraie située sur un domaine oléicole.

Les + écotouristiques :

- Repas bio
- Sensibilisation à la flore locale et ses vertus
- Stage qui se déroule en pleine nature (domaine agricole de 8 hectares et 800 oliviers centenaires cultivés en agriculture biodynamique)

## **Mardi 8 juillet - Vallée de la Vésubie (Alpes-Maritimes) - Le loup dans le Mercantour : entre science et contes -**

Petite randonnée contée à la découverte d'un animal emblématique du Mercantour : le loup.

Entre science et mythe, le visiteur apprendra à connaître sa vie et son comportement, le tout agrémenté d'un florilège de contes et légendes.

Le + écotouristique :

- Sensibilisation à une espèce emblématique du Mercantour dans un cadre grandiose et dans l'esprit d'un échange avec les participants
- Journée découverte du terroir Saint-Martinois - Dimanche 8 juin



## **Dimanche 8 juin – Journée découverte du terroir Saint Martinois**

**Rencontre avec les producteurs et les artisans locaux** (fromage de chèvre, bières artisanales, artisan glacier et confitures fermières)

Dégustation de produits du terroir, démonstration, atelier et visite de site. Repas champêtre dans le verger.

Les + écotouristiques :

- Rencontre avec les acteurs de la vallée
- Découverte des produits locaux et de la cuisine locale

## **Vallées du Cians et du Var (Alpes-Maritimes)**

• **Randonnée découverte des Gorges de Daluis et rencontre d'un apiculteur** - sur réservation

Découverte des gorges de pelites rouges, classées en Réserve naturelle (géologie, patrimoine minier, faune et flore) suivie d'une rencontre avec un apiculteur et de la visite de la miellerie avec dégustation de différents miels.

Les + écotouristiques :

- Randonnée dans un site protégé (les gorges)
- Sensibilisation au territoire et à son patrimoine
- Découverte de la flore et de la géologie
- Rencontre avec des acteurs locaux engagés

• Du 1er juin au 30 septembre sur demande- **Journée découverte du terroir en Haut-Var, la vie agricole d'hier et d'aujourd'hui** -

Découverte de la vie agricole d'hier et d'aujourd'hui à l'initiative de la coopérative agricole de Guillaumes, acteur fédérateur de la vallée.

Un plongeon dans le riche patrimoine agricole de la vallée avec à la clé la découverte de ses acteurs, ses productions et ses évolutions.

A midi : repas à base de produits locaux dans un restaurant gastronomique tenu par un chef

Visite d'une ferme fromagère et dégustation des produits de la ferme l'après-midi

Les + écotouristiques :

- Découverte du monde agricole local
- Rencontre avec des acteurs locaux
- Dégustations des produits du terroir

---

## Les Rando-Bistrots (Printemps et Automne)

---

[www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)



**Les Rando-Bistrots** se déclinent sur 2 sessions dans l'année, autour d'une dizaine de dates, au printemps et à l'automne.

Mise en place par le Conseil général des Alpes-Maritimes, en partenariat avec la Fédération des « Bistrots de Pays » détentrice de la marque, l'opération « Rando Bistrot » est l'association de trois prestations :

- une randonnée ou une balade, accompagnée par un accompagnateur professionnel diplômé ;
- une rencontre avec les producteurs locaux autour d'un produit du terroir et la découverte de nos villages ;
- un repas dans un « Bistrot de Pays » avec la dégustation de produits et recettes typiques du territoire.

Un tourisme plus responsable

Les Rando Bistrot correspondent aux principes et critères du tourisme durable et font partie des produits expérimentés dans le cadre du projet transfrontalier ALCOTRA intitulé « Les Parcs naturels des Alpes méridionales s'engagent pour l'écotourisme ». A la fois respectueux des ressources environnementales et socioculturelles, ils respectent les critères de la Charte Européenne du Tourisme Durable des Parcs Naturels des Alpes-Maritimes.

Programme sur [www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)

---

## Les Echappées Belles (été)

---

[www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)

**Les échappées belles** – Durant l'été, les itinéraires baptisés « Les échappées belles » proposent des idées séjours pour découvrir une autre Côte d'Azur, au cœur des territoires préservés.

Dans le haut-pays des Alpes-Maritimes, une soixantaine d'établissements sont aujourd'hui qualifiés grâce au programme « Tourval Café » porté par le Conseil général des Alpes-Maritimes. Ils ont obtenu un ou plusieurs labels de renommée nationale : Qualité Tourisme, Tourisme & Handicap, Ecolabel Clef verte. Certains établissements bénéficient également de l'identité des Bistrots de Pays.

Les propositions de séjours à partager, en famille, entre amis... sur : [www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)

# Côte d'Azur Sport & Nature

## Tourisme animalier



@Parc Alpha Saint Martin Vésubie – La Réserve des Monts d'Azur à Thorenc

### **Le Musée Océanographique de Monaco**

Le Musée océanographique de Monaco est un véritable palais dédié à la mer. Sur une surface de 6500 m<sup>2</sup>, 9 sous-sols et une terrasse de 1 000 m<sup>2</sup> surplombant la mer, il propose au public une plongée unique au sein des richesses du milieu marin. L'Aquarium du Musée présente plus de 6000 spécimens dans 90 bassins. Par la diversité de ses activités et son ambition, tant artistique que scientifique, le Musée Océanographique constitue un magnifique espace pour promouvoir à la fois un patrimoine exceptionnel et la nécessaire défense des fonds marins.

[www.oceano.org](http://www.oceano.org)

**La Réserve des Monts d'Azur à Thorenc**, une terre de liberté située sur la commune de Thorenc, à 30 minutes de Grasse, la Réserve des Monts d'Azur est une réserve unique en Europe, sans barrière, ni grillage, entièrement dédiée à l'animal sauvage. Une expérience inédite est proposée aux visiteurs, qui peuvent y découvrir et approcher, à pied ou en calèche, bisons d'Europe, cerfs, chevaux de Przewalski, chevreuils, chamois et bien d'autres espèces encore, dont de nombreuses sont rares et protégées.

[www.haut-thorenc.com](http://www.haut-thorenc.com)

### **Le Parc Alpha, à Saint Martin Vésubie**

Située à 1500 m d'altitude, le Parc Alpha permet aux visiteurs d'observer les loups d'origine d'Europe de l'Est (Danemark et République Tchèque) et de faire la connaissance des louves du Canada, arrivées en mars dernier. Depuis le samedi 12 avril, le Parc Alpha est ouvert au public 7j/7.

La rencontre entre deux territoires naturels d'exception.

[www.alpha-loup.com](http://www.alpha-loup.com)

**Tarifs : Bon plan : Voir en début de dossier – Pass animalier**

### **Col de Turini – Les Lamas du Mercantour**

Installée depuis quelques années sur le Col de Turini (compter 1h15 de Nice), l'exploitation compte une dizaine de lamas sur 2 hectares, autour d'un site baptisé le Miradou à plus de 15 000 m d'altitude aux portes du Parc du Mercantour.

[www.leslamasdumiradou.com](http://www.leslamasdumiradou.com) (Hébergement possible : les Logis de la Source)

### **Rando équestre**

Partir sur les traces des anciennes caravanes muletières ou des chemins de transhumance, découvrir l'incroyable succession de paysages et de curiosités architecturales du moyen et du haut pays azuréen, la randonnée équestre offre de fantastiques chevauchées et des vrais moments de partage dans des sites naturels protégés.

<http://www.cg06.fr/fr/decouvrir-les-am/decouverte-sportive/les-randonnees-guides-randoxygene/catalogues-interactifs/les-catalogues-interactifs-randoxygene/>

### **Balade avec âne**

Au départ de Saint-Dalmas Valdeblore

Promenade dans le Bois Noir. Une promenade à proximité du village et à l'ombre du Bois Noir pour découvrir la randonnée avec un âne. Pour débutants.

Les Randonailles - De Saint-Dalmas Valdeblore à Rimplas

Randonnées gourmandes avec un âne, en partenariat avec le Pous' Café de Rimplas. Sur 2 jours.

Randonnée Molliéroise - 4 jours dans le Parc national du Mercantour avec des torrents, des lacs et un tour dans le Vallon de Mollières où est revenu le loup en France en 92, des chamois, des bouquetins, des marmottes...

[www.anesdebllore.fr](http://www.anesdebllore.fr)

### **La cani-rando à Castérino**

La cani rando consiste à marcher, guidé par un chien nordique, tout en le menant par la voix et des gestes précis. Muni d'un harnais, le chien est relié à l'homme par une longe amortie, accrochée à une large ceinture.

Aidé par la puissance de traction du husky, on pourra ainsi parcourir de plus longues distances sans fatigue...enfin presque !

C'est une activité qui permet de vivre un vrai moment de partage entre le chien et le randonneur. Vous découvrirez aussi les subtiles relations entre les huskys au sein de la meute. Une journée de découverte des plaisirs de la randonnée et du rapport affectif qui naît entre le chien et l'homme.

Alain Simon - [www.sherpamerveilles.com](http://www.sherpamerveilles.com) - Tel : 04 93 04 65 32

Paul Serval - [www.4x4merveilles.com/accompagnateurs--membres-du-slam/paul-serval.html](http://www.4x4merveilles.com/accompagnateurs--membres-du-slam/paul-serval.html)

Tel : 04 93 04 65 93

COTEDAZUR-

Sport et nature

Les **produits**- Les **prestataires**

# Côte d'Azur Sport et Nature

---

## Les produits sur [www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)

---

Afin concrétiser un séjour sport et nature sur la Côte d'Azur, plusieurs options sont possibles :  
Le site [www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com) reprend une série de proposition de séjours sportifs : randonnée, trails, cyclo-tourisme, VTT, canyoning, golf... mais également bien-être ou encore en famille.  
Certains tour-opérateurs « spécialisés » programment la destination :  
Vélorizons, Allibert Trekking...

---

## Les prestataires Qualité Tourisme du 06

---



La Côte d'Azur est impliquée dans la labellisation **Qualité Tourisme** pour les **Activités de Pleine Nature** afin répondre encore mieux aux demandes des clients amateurs de montagne. Le Département des Alpes-Maritimes est en effet en tête du nombre des prestataires APN engagés dans le Plan Qualité Tourisme à l'échelle nationale. De nombreuses activités sont concernées sur l'ensemble du Département : les sports aériens, l'eau vive, la randonnée-escalade et le vélo & VTT.

### Activités neige

Voici la liste des prestataires azuréens ayant été labellisés Qualité Tourisme :

.Vol	Gabriel GUIRAO	Imagin'air	<a href="http://www.imagin-air.com">www.imagin-air.com</a>
.Randonnées Marc BERIMI	François FALOCI Montagne Merveille Azur	Roya Evasion	<a href="http://www.royaevasion.com">www.royaevasion.com</a>
	Jean-Maurice OLLIVIER Benoit COUVREUR	Marche ou Rêve Auberge des Baous	<a href="http://www.montagnesmerveillesazur.com">www.montagnesmerveillesazur.com</a> <a href="http://www.aubergedesbaous.com">www.aubergedesbaous.com</a>
.Air Luge Board	Richard MARTINEZ	Destination Nature	<a href="http://destination-nature.vpweb.fr">http://destination-nature.vpweb.fr</a>
.Randonnées et Igloo	Fabrice MOREL François CHOLLET	Taos Evasion Terres des Lacs	<a href="http://www.taos-evasion.com">www.taos-evasion.com</a> <a href="http://www.gitetonic.com">www.gitetonic.com</a>
.Cascades de glace, Igloo - Rando Raquettes	Pascal CLEMENTI	Odyssée Verticale	<a href="http://www.odysseeverticale.com">www.odysseeverticale.com</a>
.Randonnées et marche nordique	Patrick SCAGLIA	Destination Merveilles	<a href="http://www.destination-merveilles.com">www.destination-merveilles.com</a>

## **Activités hors neige**

---

Prestataires sur les sites *hors neige* du Département :

Laurent BOUDIER	Soleyo	<a href="http://www.soleyo.fr">www.soleyo.fr</a>
Mathieu BRESSON	Nice Rafting	<a href="http://www.nicerafting.com">www.nicerafting.com</a>
Greg GERMAIN	G2Vision	<a href="http://www.1001sentiers.fr">www.1001sentiers.fr</a>
Pascal RICHOUX	Camp 4	<a href="http://www.camp4.fr">www.camp4.fr</a>
Yannick OBRADOVIC	Fun Trip	<a href="http://www.funtrip.fr">www.funtrip.fr</a>
Robin ZAVALA	Les Pirogues	<a href="http://www.lespirogues.com">www.lespirogues.com</a>

Par ailleurs, près d'une trentaine de guides ou accompagnateurs qualifiés, titulaires d'un Brevet d'Etat proposent des activités en hiver sur le département des Alpes-Maritimes. Le public peut retrouver leurs prestations sur le site : [www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)

COMITÉ RÉGIONAL DU **TOURISME**  
**CÔTE D'AZUR**

COMITÉ RÉGIONAL DU TOURISME  
RIVIERA CÔTE D'AZUR  
455, Promenade des Anglais  
Bâtiment Horizon - CS 53126  
06203 NICE cedex 3  
Tél. +33 (0)4 93 37 78 78  
Fax +33 (0)4 93 86 01 06  
E-mail: info@cotedazur-tourisme.com



**Contacts :**

**Sophie BRUGEROLLES,**  
Chargée de Presse Nationale  
s.brugerolles@cotedazur-tourisme.com

**Florence LECOINTRE,**  
Chargée de Presse Internationale  
f.lecointre@cotedazur-tourisme.com



[www.facebook.com/cotedazurtourisme](http://www.facebook.com/cotedazurtourisme)  
[www.cotedazur-tourisme.com](http://www.cotedazur-tourisme.com)

© CRT Côte d'Azur - R. Plancha, G. Germain - © DGDR - G. Virem - © GantWells.fr - Juillet 2014.

