

# MOUSTIERS-SAINTE-MARIE - Jusqu'aux plages du lac de Sainte-Croix à VTT

Moustiers-Sainte-Marie



Sous les galets... la plage (Velo Loisir Provence)

*De Moustiers-Sainte-Marie à la plage de Saint-Saturnin ... une sortie qui se termine les pieds dans l'eau !*

Le lac de Sainte-Croix nous attire et s'apprécie quelle que soit la saison. Atteindre ses rives est d'autant plus appréciable quand on y accède en restant à l'écart des routes goudronnées... le VTT est alors le moyen privilégié pour s'évader par les chemins ombragés.

## Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 1 h 30

Longueur : 8.7 km

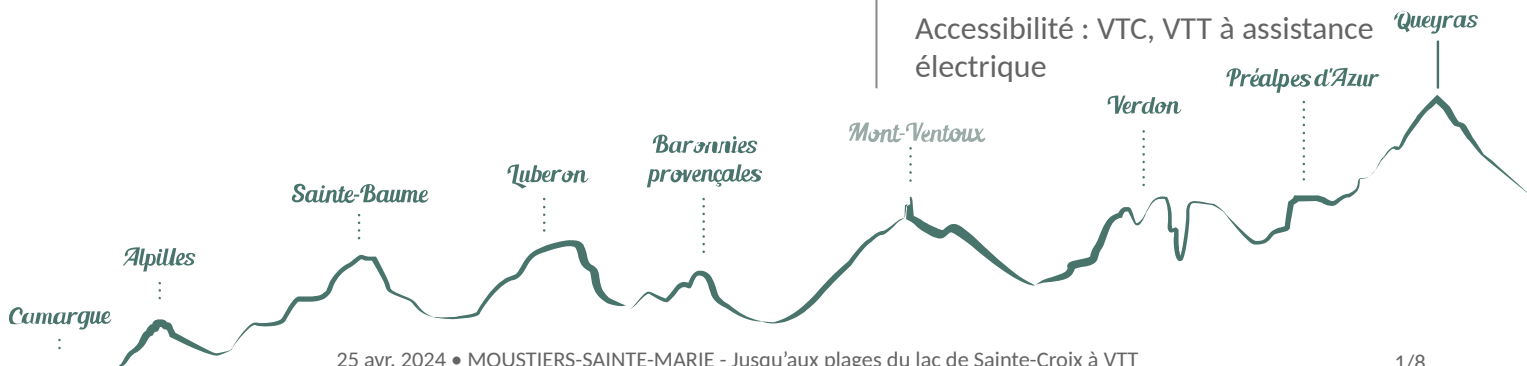
Dénivelé positif : 121 m

Difficulté : Facile

Type : Aller-retour

Thèmes : Eaux et rivières, Patrimoine et histoire

Accessibilité : VTC, VTT à assistance électrique



# Itinéraire

Départ : Moustier Sainte Marie

Arrivée : Moustier Sainte Marie

Balisage : ▶ VTT

Du parking, s'engager à gauche et emprunter le chemin qui longe la route. À la fin du chemin, traverser la D952 par le passage clouté et continuer sur le chemin de Quinson. La route se transforme en piste avant d'atteindre le cours d'eau de la Maïre. Un passage à Gué permet de franchir ce cours d'eau. Une passerelle permet également le franchissement du ruisseau sans se tremper les pieds (descendre du vélo pour le passage sur la passerelle).




**1** - Poursuivre votre chemin sur votre gauche, chemin de Peyregue. Après 200m, au carrefour « Peyregue », quitter la route et s'orienter sur le chemin à droite traversant une grande prairie enherbée. À la fin du chemin, se diriger vers l'entrée du Camping de Peyregues et tourner à gauche tel que l'indique le balisage VTT et randonnée (GR4). La route empruntée se transforme en piste. Après une courte descente, suivre le sentier balisé sur votre gauche (ne pas s'engager tout droit, propriété privé). Longer le lac jusqu'à l'entrée du camping.




**2** - Continuer sur le chemin bordant le cours d'eau (prudence, quelques racines à franchir). Le sentier devient plus étroit mais aussi plus ludique, slalomant entre les arbres et serpentant le long du ruisseau. Au lieu-dit « Marzols », poursuivre tout droit en direction du lac. Atteindre un parking et le traverser pour rejoindre une route semi-goudronnée, qui mène jusqu'à la plage de Saint-Saturnin.

**3** - Le retour s'effectue par le même cheminement qu'emprunté à l'aller (fortement conseillé de privilégier cette option plutôt que la route D952, très fréquentée en saison touristique). Un chemin balisé « GRP » permet de prolonger jusqu'à la base nautique en longeant la plage et la ferme de St-Saturnin.

## Sur votre chemin...



-  Moustiers Sainte Marie (A)
-  Saute qui peut (C)
-  Le pont D'aguines (E)

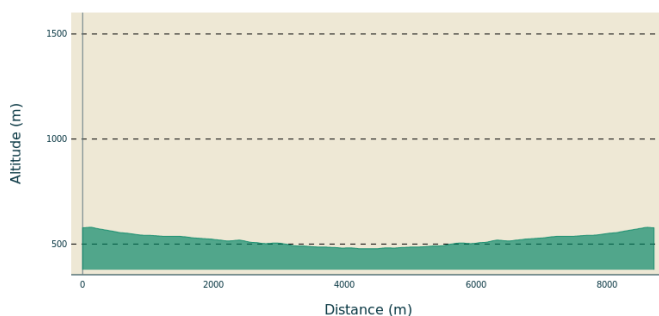
-  RIP isylve (B)
-  L'oiseau chanteur (D)
-  Bleu lagoon (F)

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

Attention, chemin fréquenté, bien maîtriser sa vitesse. S'assurer de disposer de tous les accessoires indispensables à une bonne randonnée : casques, nécessaire de dépannage, pompe, antivol, cartes, crème solaire.

## **Profil altimétrique**



Altitude min 478 m  
Altitude max 580 m

## **Parking conseillé**

Parking au bord de la D952

## **Source**



Vélo Loisir Provence

## **Lieux de renseignements**

Maison du Parc naturel régional du Verdon -  
Domaine de Valx



Domaine de Valx, 04360 Moustiers-Sainte-Marie

[info@parcduverdon.fr](mailto:info@parcduverdon.fr)

Tel : +33 (0)4 92 74 68 00

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

# Sur votre chemin...

---



## Moustiers Sainte Marie (A)

Moustiers-Sainte-Marie puise ses racines dans une étroite relation entre l'homme et le milieu. Le village entouré de collines en restanques plantées d'oliviers se situe aux portes des Gorges du Verdon. Moustiers a posé ses maisons et ses ruelles animées dans l'échancrure d'un rocher. Connue et reconnue pour sa production de faïence Classé un des plus beaux villages de France. Le site est bâti en amphithéâtre à 630m d'altitude au milieu de paysages exceptionnels et de deux pitons rocheux.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

---



## RIP isylve (B)

La Maïre est l'un des principaux affluents du lac de Sainte Croix. Elle naît de la confluence des ravins de Notre Dame et du Riou à Moustiers Sainte Marie. . De nombreux gros arbres dépérissant sur la ripisylve constituent un risque important pour la circulation de la Maïre et pour la ripisylve. Opportunément chaque année on retire de gros sujets du cours d'eau ou bien on procède à un abattage préventif. Le défaut d'entretien pourrait générer des conséquences majeures pour les ouvrages (ponts, digues).

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

---



## Saute qui peut (C)

Le chevreuil est le plus petit des cervidés européens. Le chevreuil apprécie les milieux variés où se mêlent forêts de feuillus et terrains découverts. Il apprécie les lisières et le bocage lui convient bien, ce qui ne l'empêche pas d'être présent aussi dans les zones de cultures. Le chevreuil est un excellent coureur, sauteur et même nageur ! Il est actif surtout le soir et la nuit. Les mâles sont solitaires, les femelles accompagnent leurs faons (1 ou 2, parfois 3) pendant un an.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon



### L'oiseau chanteur (D)

Contrairement à la majorité des membres de la famille des corvidés, le Geai des chênes a un plumage coloré qui attire l'attention. Le Geai des chênes est un oiseau forestier en période de reproduction. Dans sa large aire de répartition, il occupe tous types de forêts. En Europe occidentale, c'est avant tout un oiseau de plaine ou de moyenne montagne et sa préférence va aux forêts de feuillus, chênaie-charmaie et hêtraie. Le Geai des chênes est une espèce commune, non menacée.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

---



### Le pont D'aiguines (E)

Passer Verdon", comme l'on disait dans le secteur, s'est fait de diverses manières au fil du temps. On contourne aujourd'hui son beau lac aux eaux turquoise. La traversée s'est d'abord faite le plus classiquement du monde, sur un pont. C'était au temps où les Romains occupaient la Provence. Ici il y avait le pont « romain » d'Aiguines, sous les eaux actuellement, l'ouvrage n'a pas été détruit.

Crédit photo : DP

---



### Bleu lagoon (F)

Le lac de Sainte-Croix s'étend sur une superficie de 2200 hectares (10 kilomètres de long et 2 de large). Le barrage, construit à l'entrée des gorges, près de Baudinard, retient 760 millions de mètres cubes d'eau et produit plus de 150 millions de kWh par an. Il alimente ainsi en électricité les villes situées à proximité. Il constitue également un pôle touristique majeur, et offre un espace privilégié pour la baignade, n'hésitez pas à vous plonger dans le bleu lagoon !

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

---



- En aucun cas les auteurs des contenus de ce site ne sauraient être tenus pour responsables de problèmes ou d'accidents sur les itinéraires cités.
- Cependant, nous comptons sur vous pour signaler toutes contradictions importantes entre cette fiche et le terrain.
- Pensez également à signaler les éventuels problèmes rencontrés pendant votre balade sur <http://sentinelles.sportsdenature.fr> (erreur de balisage, panneau défectueux, pollution, conflit d'usages...).
- La vente de cette fiche est autorisée au coût d'impression.
- Ne pas jeter dans la nature.

L'outil Geotrek a été financé par l'Union européenne, le Parc national des Ecrins et le Parc national du Mercantour.

Le projet Chemins des Parcs est financé par la Région Provence-Alpes-Côte-d'Azur et les Parcs naturels régionaux des Alpilles, de Camargue, du Luberon, du Queyras et du Verdon.

Ce projet partenarial rassemble également le Comité Régional du Tourisme, les agences départementales de développement touristique, les offices de tourisme et les syndicats d'initiative.

- The authors of this website will in no case be held responsible for problems or accidents on the routes mentioned.
- We count on you to point out any inconsistency between this content and the field itineraries
- Please report any problems encountered on the routes (route marking problems, defective panels, pollution, conflict of uses ...) on <http://sentinelles.sportsdenature.fr>
- The sale of this sheet is authorized at the cost of printing
- Please don't litter

The Geotrek tool was funded by the European Union, the Ecrins National Park and the Mercantour National Park.

The Chemins des Parcs project is funded by the Provence-Alpes-Côte-d'Azur Region and the regional nature parks of Alpilles, Camargue, Luberon, Queyras and the Verdon.

This project was developed in partnership with the Regional Tourism Committee, the departmental tourist development agencies, and tourist offices.

Avec le soutien de



Avec l'aide technique de :

- Vélo Loisir Provence