

## TARASCON – La forêt méditerranéenne à VTT

Tarascon



Panorama sur la pinède depuis les hauteurs du Vallon de la Lègue (©Basile Dubois - PNRA)

*D'agréables pistes ombragées dans la pinède avec des points de vue dégagés et des traces de vestiges médiévaux le long du Chemin de Saint-Jacques.*

« De belles pistes sillonnant la forêt de pins d'Alep laissant passer une belle lumière, quelle que soit la saison ! En ponctuation, de jolies vues sur la plaine de la Crau au sud, puis du Rhône au nord, une belle et majestueuse falaise de molasse creusée par des « tafonis », sans oublier la plus belle chapelle romane des Alpilles en point final ! De quoi ravir tout vététiste parcourant ce massif... ». Olivier Sazard, accompagnateur montagne et moniteur VTT à Provence Randos.

### Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 2 h

Longueur : 13.7 km

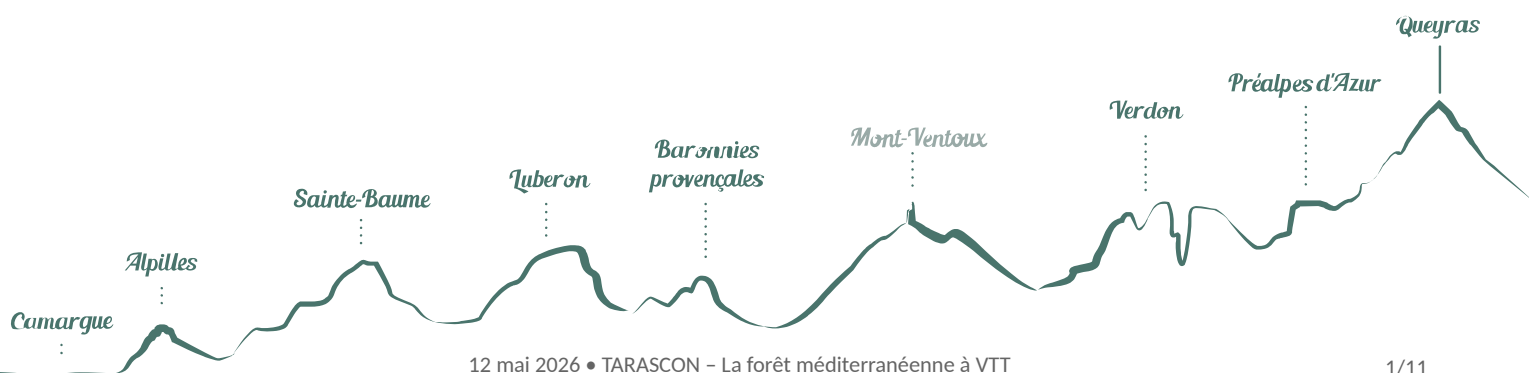
Dénivelé positif : 383 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

Thèmes : Elevage et pastoralisme,  
Flore, Patrimoine et histoire





Accessibilité : VTTae, VTT enduro



# Itinéraire

Départ : Parking du Planet, Tarascon

Arrivée : Parking du Planet, Tarascon

Balisage :  GR®  Non balisé  PR  VTT

Du parking, franchir la barrière DFCI et emprunter la piste de droite qui surplombe la route. Suivre la piste principale qui longe le Grès du Comte avant de gagner le plateau.

**1-** Une fois sur le replat, continuer 300 m avant de poursuivre sur le sentier de droite, balisé en jaune (PR). Après une descente caillouteuse, prendre une large épingle à gauche. Franchir la barrière DFCI et tourner à droite dans le vallon de la Lèque.

**2-** Au carrefour suivant où est aménagé un parking, remonter à gauche et suivre la piste direction Saint-Etienne-du-Grès. Au niveau d'une clôture d'un jardin, tourner à gauche et rejoindre le prieuré Saint-Peyre. Passer devant les vestiges du prieuré et continuer jusqu'à un carrefour de chemins bordé par une citerne.



**3-** Continuer tout droit en suivant le marquage blanc et rouge (GR®), puis bifurquer à droite direction la Chapelle Saint-Gabriel par le versant nord. Poursuivre sur le GR® vers l'ouest jusqu'à redescendre à l'extrémité du massif pendant environ 3,5 km. S'orienter vers le sud par un large virage à gauche qui débouche sur une autre piste DFCI.



**4-** Environ 500 m plus loin, sur le replat d'où est visible la tour de Saint-Gabriel, le chemin de droite permet d'accéder à la chapelle située à 400 m. Attention ! présence de marches dans la descente : pour la sécurité des nombreux piétons et la préservation du site, faire l'aller-retour à pied. De retour à l'intersection, continuer sur la piste principale en direction du sud.

**5-** Au vaste croisement de chemins et pistes DFCI près d'une citerne enterrée, continuer tout droit sur la piste caillouteuse pour rejoindre le parking en contrebas.

# Sur votre chemin...



 Castrum de Saint-Gabriel (G)  
 Chapelle Saint-Gabriel (I)

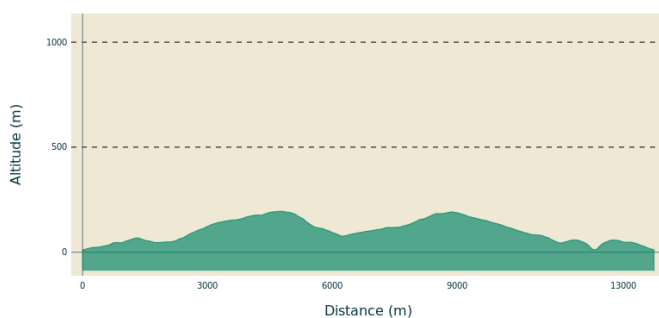
 Reines des troupeaux (H)  
 Les troupeaux contre l'incendie (J)

# Toutes les infos pratiques

## ⚠️ Recommandations

- Au point 4 : prudence à l'approche de la Chapelle Saint-Gabriel, surtout lors de la descente avec les marches. Pour la sécurité des piétons, il est conseillé de faire l'aller-retour à pied.
- RISQUE INCENDIE : le feu est l'ennemi de la forêt... et du randonneur ! Je ne fume pas en forêt et n'y allume pas de feu, d'autant que quelle que soit la saison, c'est interdit ! Et en période estivale, avant de partir en balade, je me renseigne sur les [conditions et réglementations d'accès aux massifs forestiers](#).

## Profil altimétrique



Altitude min 12 m  
Altitude max 195 m

## Transports

Consulter les horaires pour la commune de Tarascon sur le site [lametropolemobilite.fr](http://lametropolemobilite.fr).

## Accès routier

Depuis Tarascon, par la D33, rejoindre le parking aménagé à 800 m après la chapelle Saint-Gabriel en direction de Fontvieille.

## Parking conseillé

Parking du Planet, Tarascon

## Lieux de renseignements

Bureau d'information touristique (BIT) de Tarascon  
en Provence



62 rue des Halles, 13150 Tarascon en Provence

[tarascontourisme@agglo-accm.fr](mailto:tarascontourisme@agglo-accm.fr)

Tel : +33 (0)4 90 91 03 52

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

Maison du Parc naturel régional des Alpilles

2, boulevard Marceau, 13210 Saint-Rémy-de-Provence

[contact@parc-alpilles.fr](mailto:contact@parc-alpilles.fr)

Tel : +33 (0)4 90 90 44 00

<http://www.parc-alpilles.fr/>

# Sur votre chemin...

---



## L'histoire de la forêt des Alpilles (A)

Début du XXe s, déprise agricole et recul du pastoralisme permettent à la forêt de s'étendre sur le massif, autrefois exploité pour l'élevage, l'huile de cade, l'essence de térébenthine et la confection de chaux. L'hiver 1956, le plus froid du siècle, anéantit les cultures. "Le bois hurle" disent les paysans, lorsque les arbres éclatent fendus par le gel. Les programmes de gestion forestière interdisent le pastoralisme et favorisent un reboisement rapide, essentiellement à base de pin d'Alep.

Crédit photo : ©DR

---

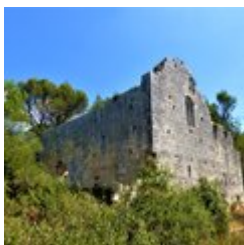


## Risque incendie (B)

La nature est très sèche et peut rapidement s'enflammer. Avec le vent qui pousse les flammes, il faut faire très attention et prendre les mesures nécessaires pour que l'incendie ne se propage pas. Les citernes et les pistes DFCI (Défense de la Forêt Contre l'Incendie), permettent le passage des camions de pompiers et le débroussaillage de sécurité, de part et d'autre de ces mêmes pistes.

Crédit photo : ©Jason Gaydier - PNR Alpilles

---



## Chapelle Saint-Peire-d'Entremonts (C)

Situé dans le vallon de la Lèque, le prieuré Saint-Peire-d'Entremonts est un édifice médiéval du XIIe s. Ce prieuré a été affilié à l'abbaye de Saint-Gilles puis à la chartreuse d'Avignon. La première mention de cette chapelle remonte à 1213. L'association voisine "l'Apier ou le Mur à des Oreilles" organise des chantiers bénévoles pour la restauration des bâtiments, en plus de son activité de sensibilisation aux abeilles au rucher-école de la Cala Melosa.

Crédit photo : ©Rémi Sérange - PNR Alpilles



### Cèdre de l'Atlas (D)

Le Cèdre de l'Atlas est un conifère de la famille des *Pinaceae*. Il est originaire de l'Atlas, massif montagneux d'Afrique du Nord. Introduit d'abord dans les jardins publics, il pousse aujourd'hui naturellement dans le sud de la France. Aussi appelé cèdre bleu ou cèdre argenté, le cèdre de l'Atlas est un arbre à l'allure majestueuse et imposante pouvant atteindre une hauteur de 30 à 40 mètres. Si sa forme est pyramidale quand il est jeune, elle devient tabulaire une fois adulte.

Crédit photo : ©Rémi Sérange - PNR Alpilles

---



### Cyprès de Provence (E)

Originaire d'Asie mineure, le cyprès de Provence s'est très bien acclimaté au pourtour du bassin méditerranéen, jusqu'à en devenir un de ses symboles. Pouvant atteindre 20 à 30 m de haut et 2 m de tour, il résiste à -20 °C et tolère une sécheresse relative. Son bois très dense, est apprécié des ébénistes depuis l'Antiquité. Les Phéniciens, les Romains et les Grecs l'utilisaient pour la construction de navires, de portes de temples et de cercueils.

Crédit photo : ©Rémi Sérange - PNR Alpilles

---



### Pin d'Alep (F)

Le pin d'Alep est commun dans les Alpilles. En effet, au-delà d'apprécier les faibles altitudes (en dessous de 900 mètres) et les régions méditerranéennes (climat chaud, sols secs, ensoleillement important), il a la particularité de grandir très vite. C'est pourquoi on peut constater sa présence après les incendies, car c'est la première essence qui va reconstituer le paysage. Très inflammable, son écorce était auparavant utilisée pour le tannage des peaux ou encore des teintures.

Crédit photo : ©Jason Gaydier - PNR Alpilles

---



### Castrum de Saint-Gabriel (G)

Cette place forte est construite au XIIIe s. pour assurer aux comtes de Provence la perception des droits de péage jusqu'à la fin du XVIe s. Seule la tour principale subsiste aujourd'hui. Sur les blocs de pierres, les nombreux signes lapidaires ont pu servir à identifier et payer les tailleurs ou à définir l'assemblage des pierres. Au XIXe s., une porte est percée et la tour est aménagée pour protéger du vent et de la pluie les bergers qui se retrouvaient ici avant le départ en transhumance.

Crédit photo : ©Jason Gaydier - PNR Alpilles

---



## Reines des troupeaux (H)

L'artiste Yoann Crépin a utilisé des matériaux locaux et naturels glanés dans les Alpilles (cyprès, génévrier, olivier, clématite et asperge sauvage) pour constituer son petit troupeau de chèvres du Rove qui rend un hommage poétique à cette race caprine patrimoniale qui se rencontrait fréquemment au sein des grands troupeaux de Provence. Dans les massifs forestiers, elle joue aussi un rôle important : friande d'épineux délaissés par les moutons, elle participe à réduire le risque incendie.

Crédit photo : ©Orlane Fougeroux - PNR Alpilles



## Chapelle Saint-Gabriel (I)

Édifiée au XIIe s. sur un site païen, c'est une étape importante du chemin de St-Jacques-de-Compostelle. Son portail monumental, ses riches décorations inspirées de l'Antique et son oculus entouré du tétramorphe (les symboles des 4 évangélistes) la rendent unique. On y voit en haut l'aigle de St Jean, en bas l'ange de St Matthieu, à gauche le lion de St Marc et à droite le taureau de St Luc. L'agneau portant la croix représente quant à lui le Christ, sacrifié pour racheter les péchés des Hommes.

Crédit photo : ©Bruno Schickélé



## Les troupeaux contre l'incendie (J)

Le paysage des Alpilles a été façonné par des siècles de pastoralisme. Dans le massif, les troupeaux ovins, caprins ou bovins, jouent un rôle important dans l'entretien de l'espace naturel : en mangeant l'herbe et une partie des pousses d'arbres et d'arbustes, ils freinent l'embroussaillage. L'espace reste ainsi ouvert et les pelouses sont maintenues. Cette pratique participe à la protection de la forêt contre l'incendie et à la conservation de la biodiversité méditerranéenne.

Crédit photo : ©Lionel Roux



- 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.

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

*Tours et détours dans les Parcs naturels régionaux  
de Provence-Alpes-Côte d'Azur*

Avec le soutien de

