

# GRÉOUX-LES-BAINS - En vélo au fil de l'eau - Etape 1

Gréoux-les-Bains



Sur le port d'Esparron de Verdon (J Burlot - VLP)

*Une première étape à la rencontre du  
Lac d'Esparron, surprenant par ses  
eaux cristallines et ses intimes criques*

...

Cette première petite journée est un condensé de ce qui vous attend sur ce séjour : un lac, des gorges et des petits villages. Avec il faut le dire, de chouettes coins de baignade qui feront de cette mise en jambe une belle approche de ce territoire exceptionnel. Alors c'est parti !

## Infos pratiques

Pratique : VÉLO

Durée : 2 h

Longueur : 22.6 km

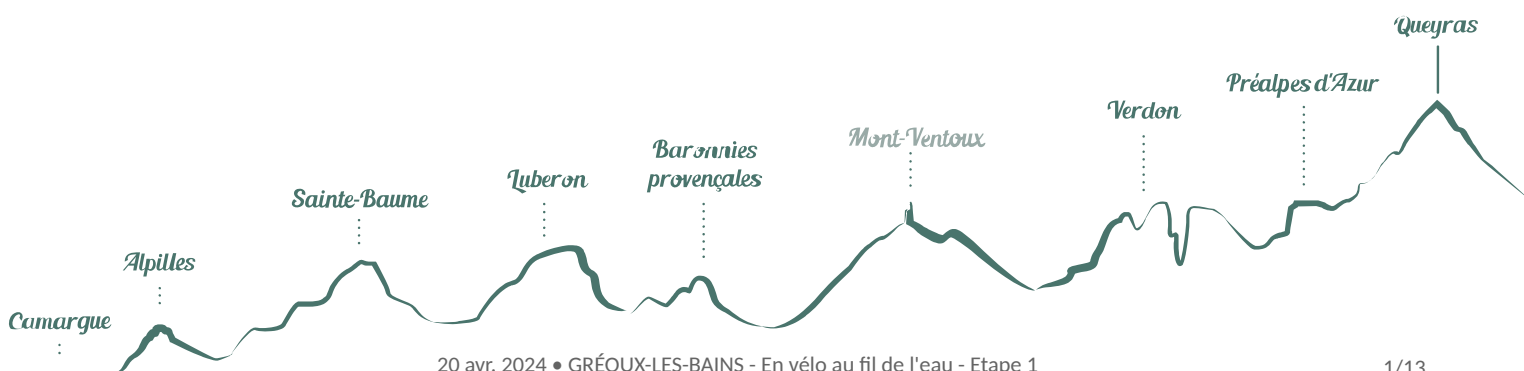
Dénivelé positif : 502 m

Difficulté : Facile

Type : Traversée

Thèmes : Eaux et rivières, Patrimoine  
et histoire, Point de vue

Accessibilité : Cycloportif



# Itinéraire

Départ : Gréoux les Bains

Arrivée : Quinson

Balisage :  Véloroute

Du parking des Marronniers, descendre l'avenue du même nom. Traverser le rond-point, direction Esparron de Verdon (D952). Poursuivre sur 2,2 km et quitter Gréoux-les-Bains.

**1** - Au carrefour avec la D315, bifurquer à droite direction Esparron-de-Verdon. Parcourir 6,2 km sur une route en balcon au-dessus du lac, et prendre à droite une fois le carrefour avec la D82 atteint, direction Esparron de Verdon.

**2** - Poursuivre la D82 jusqu'à l'épingle indiquant Esparron de Verdon à 500 mètres. Descendre jusqu'au centre-village en virant à droite. Petit port et coin baignade accessible depuis le centre à environ 300 m.

**3** - Continuer tout droit direction le château. Passer le château et poursuivre sur la route prenant de la hauteur sur le village. Bifurquer alors à droite direction Quinson (C1), grimper sur le plateau entre truffières et champs de lavande. Atteindre le carrefour avec la D15.

**4** - Tourner à droite direction Quinson (D15) et descendre jusqu'au village. Une fois au village de Quinson, suivre « Toutes directions » et emprunter Le Cours. Traverser le centre jusqu'au Musée de Préhistoire des Gorges du Verdon.



# Sur votre chemin...



- |  |  |
|--|--|
|  Greùs Li Ban (A)                                 |  On va y mettre un therme (B)     |
|  No kill pour la truite (C)                       |  Le barrage à lâché (D)           |
|  Le lac d'Esparron (E)                            |  Le champ du coquelicot (F)       |
|  Une perle en pierre dans un écrin de verdure (G) |  Jette toi dans le lac (H)        |
|  Un château au bord du lac (I)                    |  Il était une fois, Vière ... (J) |
|  Le donjon du Baron (K)                           |  La demeure des de Castellane (L) |

 La Séouve (M)

 La fontaine aux bambins (O)

 Les fontaines de Quinson. (N)

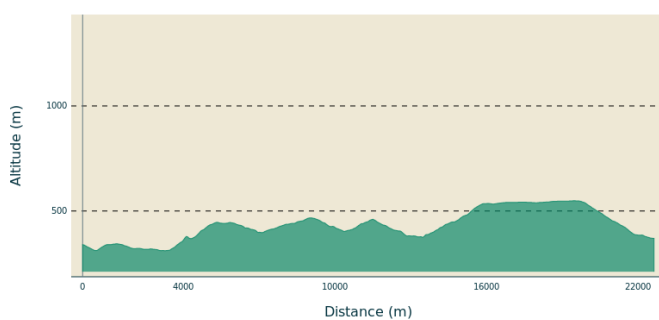
 Le lavoir (P)

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

Respecter le code de la route sur les voies ouvertes à la circulation publique. Secteur touristique, les routes peuvent être fréquentées par de nombreux automobilistes l'été. De ce fait, mais également en raison des fortes chaleurs, nous vous recommandons vivement les périodes de mars à juin et septembre à mi-novembre. La proximité des barrages rend la baignade dangereuse. Elle est interdite, à l'exception des zones de baignade surveillée l'été aménagées sur chaque commune.

## **Profil altimétrique**



Altitude min 311 m  
Altitude max 549 m

## **Parking conseillé**

Parking des thermes

## **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/>

OT Gréoux-les-Bains

7 place de l'hôtel de ville, 04800 Gréoux-les-Bains

[greouxlesbains@tourisme-dlva.fr](mailto:greouxlesbains@tourisme-dlva.fr)

Tel : +33 (0)4 92 78 01 08

<http://www.greoux-les-bains.com/greoux-les-bains/fr/40/office-de-tourisme.html>

# Sur votre chemin...

---



## Greùs Li Ban (A)

Baptisée « Oasis romantique du Verdon » par Jean Giono, cette station thermale nichée au cœur d'une nature multiple et généreuse aux portes du Parc naturel régional du Verdon, est un endroit privilégié pour vos loisirs en famille. Gréoux est connue dès l'Antiquité, sous le nom de Nymphis Griséluis en rapport avec les sources thermales (les nymphes sont les divinités des sources), aménagées en thermes par les Romains. Après une longue période d'oubli, les thermes sont relancés à la fin du XVIIIe.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

---



## On va y mettre un therme (B)

Baptisée « Oasis romantique du Verdon » par Jean Giono, cette station thermale nichée au cœur d'une nature multiple et généreuse aux portes du Parc naturel régional du Verdon, est un endroit privilégié pour vos loisirs en famille. Gréoux est connue dès l'Antiquité, sous le nom de Nymphis Griséluis en rapport avec les sources thermales (les nymphes sont les divinités des sources), aménagées en thermes par les Romains. Après une longue période d'oubli, les thermes sont relancés à la fin du XVIIIe siècle.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

---



## No kill pour la truite (C)

Le Bas Verdon débute par un parcours "No-kill" emblématique de plus de 3 kilomètres qui attire chaque année les pêcheurs à la mouche les plus chevronnés. Patience et observation ajoutées à une bonne dose de technique permettent ici aux pêcheurs de capturer le poisson de leur vie. Ici vivent des truites fario à la taille "hors norme" dépassant les 60 cm. Extrêmement méfiantes, la capture d'une grande truite sur ce parcours représente le défi ultime du pêcheur à la mouche passionné.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



## Le barrage à lâché (D)

Le barrage dit de Gréoux est un ouvrage hydroélectrique sur le Verdon mis en service en 1967 situé à cheval entre les Alpes-de-Haute-Provence et le Var, sur les communes d'Esparron-de-Verdon et Saint-Julien le Montagnier. Il permet une retenue d'eau d'un volume de 80 millions de m<sup>3</sup> avec le lac d'Esparron. L'édifice appartient à EDF et fournit 170 millions de kWh par an et alimente aussi le canal de Provence. C'est un barrage en terre de 260 m d'épaisseur à la base, haut de 67 m et long de 220 m.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



## Le lac d'Esparron (E)

Une belle vue sur le lac d'Esparron le vert du lac se transforme en bleu métal au soleil couchant.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



## Le champ du coquelicot (F)

Rouge écarlate et pétales de soie... par sa présence au bord des chemins de votre randonnée, le coquelicot évoque l'éclat éphémère de l'été ! Il impose sa légèreté et ses couleurs vives sur tous les terrains, des grands champs de blé de Monet jusqu'à l'orée des villes. Fleur sauvage aux nombreuses vertus, le coquelicot cache bien des secrets. Compagnon des moissons, il serait arrivé depuis le Moyen-Orient jusqu'en Europe par le commerce des céréales.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



## Une perle en pierre dans un écrin de verdure (G)

Le village perché d'Esparron-de-Verdon se reflète dans les eaux turquoise du lac du même nom. Ses vieilles et pittoresques maisons en pierre présentent une belle homogénéité architecturale. Posé sur un rocher, l'ensemble est couronné par son château, l'un de joyaux médiévaux de Provence.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon





## Jette toi dans le lac (H)

Esparron de Verdon, derrière ce nom de village se cache l'émeraude du Verdon, pour ceux qui aiment flâner, descendez jusqu'aux plages pour apprécier le panorama. De nombreuses activités vous sont alors offertes, allant de la traditionnelle baignade, à la balade en Bateau. Esparron de Verdon sera vraiment et sans discuter un plaisir et vous ne pourrez pas résister à l'envie de vous étendre sur ses plages et de profiter de ces instants si reposant pour une première étape.

Crédit photo : DR

---

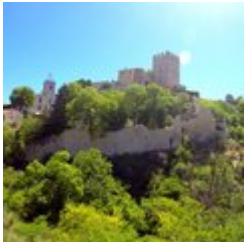


## Un château au bord du lac (I)

Le château d'Esparron, classé monument historique, entre dans la famille de Castellane au XIII<sup>e</sup> siècle et y est resté depuis lors. Son fier donjon, son monumental escalier à vis et sa cour d'honneur sont particulièrement remarquables. Charlotte Anne et Bernard de Castellane ont restauré leur demeure familiale en prenant soin de préserver son atmosphère et son style. Le lac d'Esparron à un jet de trébuchet du château vous invite à la baignade dans son eau turquoise.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

---



## Il était une fois, Vière ... (J)

Situé en contrebas du château d'Esparron-de-Verdon, le quartier de Vière, cœur historique du village, n'a pas résisté à l'exode rural et a été délaissé par ses habitants. Il est aujourd'hui en ruines, la nature ayant repris ses droits. Après réhabilitation, le site reprend vie et est désormais accessible, sécurisé et aménagé. C'est un lieu de promenade, entre végétation et ruines dont les pierres conservent la mémoire, qui offre de magnifiques points de vue sur le village et le lac.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon

---



## Le donjon du Baron (K)

La mémoire de Boniface VI de Castellane, baron farouche et troubadour impétueux qui vécut au XIII<sup>e</sup> siècle, plane toujours sur Esparron-de-Verdon, et s'illustre plus particulièrement dans le donjon de son château. Car cette bâtisse puissante aux créneaux massifs dit bien la fougue de Boniface, qui défia le nouveau comte de Provence, Charles d'Anjou, qu'il qualifiait dédaigneusement de "franciot" (petit français).

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon

---



## La demeure des de Castellane (L)

A l'origine un donjon construit au XIIIe siècle pour surveiller le Verdon et percevoir des péages, un corps de logis vient s'ajouter au XVe. Mais c'est au XVIIe siècle, avec un autre corps de logis et la réfection de sa façade, que la bâtisse prend l'aspect d'une belle résidence de la Renaissance. Possession des Castellane, seigneurs d'Esparron au Moyen Age, le château est resté dans la même famille, presque sans interruption, jusqu'à nos jours. Les actuels héritiers ont transformé le château en chambres d'hôte de prestige.

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



## La Séouve (M)

La Séouve (ou Séouve selon les graphies) occupe une vaste zone à l'est du village. Le mot désigne la forêt au Moyen Age. Il provient du latin "silva" qui a donné Sylvie, Sylvain, Sylvestre et sylviculture. Cette forêt qui s'étend entre Quinson et Esparron a donc un millénaire au moins. Ce patrimoine forestier a été en partie dévasté en 2005 suite à un incendie. 20 ans après, la nature a repris ses droits et une abondante chevelure forestière a reverdi ce magnifique paysage.

Crédit photo : ©Stefano Blanc - PNR Verdon



## Les fontaines de Quinson. (N)

Les deux fontaines monumentales, qui marquent les deux entrées principales, sont particulièrement imposantes pour un village de la taille de Quinson. Ce sont des fontaines en fonte, de type urbain. Leurs vasques superposées qui répandent l'eau soulignent son abondance et indiquent une certaine aisance. Les sculptures, particulièrement riches, utilisent des éléments symboliques : bambins évoquant la pureté et la jeunesse, tortues symbole d'éternité...

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



## La fontaine aux bambins (O)

Sept des huit fontaines que compte Quinson date de 1877. A cette époque, les eaux du Verdon furent captées et canalisées au niveau de Quinson pour alimenter la région d'Aix-en-Provence. Le village fut dédommagé et obtint une adduction d'eau directe. Deux fontaines ont leurs vasques superposées qui répandent l'eau soulignent son abondance et indiquent une certaine aisance. Les sculptures, utilisent des éléments symboliques : bambins évoquant la pureté et la jeunesse, tortues symbole d'éternité...

Crédit photo : Stefano Blanc - PNR Verdon



## Le lavoir (P)

La particularité de ce lavoir réside dans la fontaine située à l'extrémité du bassin, dont la petite taille et la position, face à la rue, en font davantage un élément décoratif qu'utilitaire. Ici, comme dans le village, l'eau, fierté des habitants, est mise en scène et coule abondamment. Malgré cela, le lavoir reste un aménagement avant tout utilitaire : simplement couvert d'une charpente, il est placé à l'extrémité du village, près des champs où l'on pouvait étendre le linge pour qu'il sèche.

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