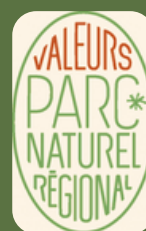


Gîte 
L'Instant
BELGENTIER - VAR
★ ★ ★

Carnet d'évasion

BALADES ET VISITES ACCOMPAGNÉES



SÉRÉNITÉ

IMMERSION

DÉCOUVERTE

AUTHENTICITÉ

DÉCOUVREZ NOTRE RÉGION,
ENTRE NATURE ET PAYSAGES
PRÉSERVÉS

Bienvenue dans mon carnet d'évasion.

Ce carnet a été imaginé pour prolonger votre séjour à travers des expériences choisies.

Chaque fiche est une invitation à découvrir la région autrement : une journée au grand air, une escapade plus confidentielle, ou encore une visite incontournable revisitée.

Ces propositions sont données à titre d'inspiration et restent entièrement adaptables selon vos envies. Au fil des pages, vous trouverez des idées simples ou plus immersives, toujours sélectionnées pour leur authenticité, leur cadre et le plaisir qu'elles procurent.

Que vous ayez envie de mer, de nature, de villages de caractère ou de moments plus gourmands, laissez-vous guider selon votre humeur du jour. Prenez le temps, choisissez votre rythme... et savourez chaque instant.

Je serai heureux de vous accompagner pour partager avec vous quelques-uns de mes coins préférés.

Patrice

Des instants choisis, à vivre et à partager



CHOISISSEZ VOTRE EVASION

- **NIVEAUX DES BALADES**

POUR VOUS AIDER À CHOISIR L'EXPÉRIENCE QUI VOUS CORRESPOND, CHAQUE SORTIE EST INDICUÉE SELON UN NIVEAU DE DIFFICULTÉ SIMPLE. LE NIVEAU EST DONNÉ À TITRE INDICATIF ET PEUT ÊTRE ADAPTÉ SELON VOS ENVIES ET VOTRE RYTHME.

- **NIVEAU 1 - FACILE**

BALADE ACCESSIBLE À TOUS, SUR TERRAIN PLAT OU VALLONNÉ, À UN RYTHME TRANQUILLE.

- **NIVEAU 2 - ACCESSIBLE**

PARCOURS UN PEU PLUS LONG OU AVEC DES MONTÉES, SANS DIFFICULTÉ PARTICULIÈRE.

- **NIVEAU 3 - MODÉRÉ**

RANDONNÉE PLUS SOUTENUE, AVEC DISTANCE OU DÉNIVELÉ PLUS IMPORTANT.

- **NIVEAU 4 - SOUTENU**

PARCOURS PLUS SPORTIF, DEMANDANT UNE BONNE CONDITION PHYSIQUE

- **EXPLORER SELON VOS ENVIES DU MOMENT**

LES FICHES SUIVANTES SONT REGROUPÉES PAR THEMES. LAISSEZ VOUS GUIDER

- **MER & LITTORAL**

DES INSTANTS ENTRE CRIQUES, PLAGES, PORTS ET HORIZONS MARINS.

- **NATURE & RANDONNÉES**

DES INSTANTS AU CŒUR DES PAYSAGES PRÉSERVÉS, FORÊTS, ROCHES, EAU ET PANORAMAS.

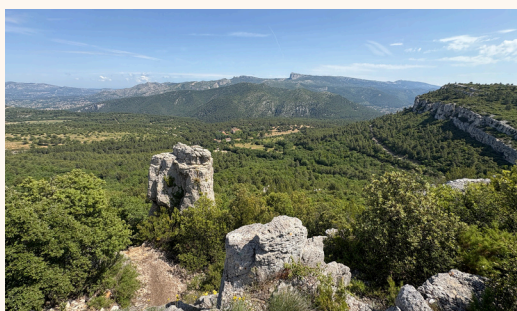
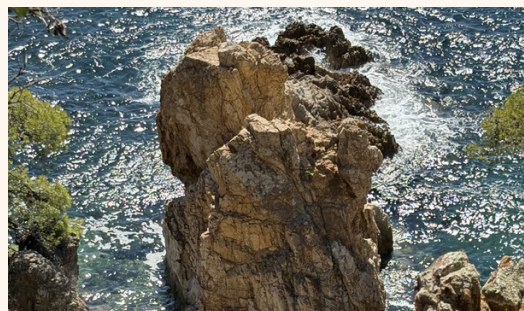
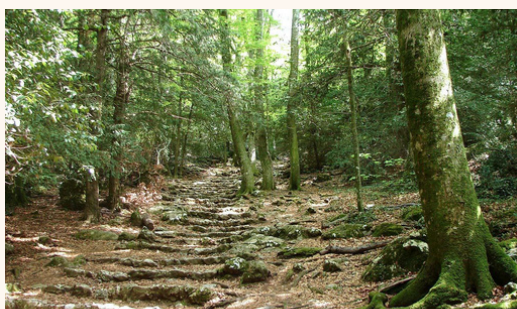
- **TERROIR & RENCONTRES**

DES INSTANTS DE PARTAGE AUTOUR DES SAVEURS LOCALES, PRODUCTEURS ET DÉCOUVERTES GOURMANDES.

- **VILLES & ESCAPADES**

DES INSTANTS POUR FLÂNER ET DÉCOUVRIR AUTREMENT, VILLES, VILLAGES, MARCHÉS ET AMBIANCE PROVENÇALE.

CHAQUE EXPÉRIENCE PEUT ÊTRE ADAPTÉE SELON VOS ENVIES, ET LE MOMENT. LES PROPOSITIONS ÉVOLUENT AU FIL DES SAISONS ET DES DÉCOUVERTES.



Gîte
L'Instant
BELGENTIER - VAR

PLEINE NATURE

MER & LITTORAL

Entre criques, ports et horizons marins

La Méditerranée toute proche invite à prendre le large...

Balades en bord de mer, petits ports, criques, plages et points de vue : ces escapades vous offrent des instants simples, entre détente et découverte.

Des moments pour respirer, profiter de la lumière et savourer pleinement l'ambiance du littoral varois.





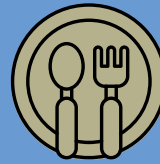
Journée



Nature Accessible - Modéré



Avec



Pique nique



Une étape

Sentier du littoral & Fort de Brégançon

Entre mer turquoise et paysages sauvages.

La possibilité d'organiser le retour permet de profiter pleinement du sentier sans contrainte.

• L'esprit de la sortie

Une immersion le long du littoral varois, entre criques sauvages, pins maritimes et vues imprenables sur la Méditerranée.

Ce sentier emblématique offre une belle sensation d'évasion, avec des paysages qui évoluent au fil de la marche.

Au fil du parcours, le Fort de Brégançon se dévoile progressivement, posé face à la mer, dans un cadre exceptionnel.

• Au programme

- Départ du gîte en voiture (50 minutes)
- Accès au sentier du littoral dans le secteur de La Londe-les-Maures
- Randonnée en bord de mer (rythme tranquille, pauses régulières)
- Points de vue, criques et temps libre selon envies
- Arrivée avec vue sur le Fort de Brégançon
- Organisation du retour (voir options)

• Ce que vous allez aimer

- La beauté sauvage du littoral méditerranéen
- Les eaux limpides, les petites criques préservées, les magnifiques plages de sable
- Une randonnée dépaysante, au plus près de la mer
- Le cadre exceptionnel autour du fort

• Infos pratiques

- Durée : journée
- Niveau : **2 accessible** à **3 modéré** (selon la distance choisie Aller 9km, d40m ou Aller-Retour 18km, d80m)

- Prévoir : bonnes chaussures de marche, eau, chapeau, maillot selon saison

• En option

- Pique-nique préparé
- Repas restaurant bord de plage sur le parcours (selon saison)
- Prise en charge pour le retour en voiture (permet d'éviter le trajet aller-retour)
- Transport assuré avec notre véhicule

• Participation

À partir de 80 € par couple selon la sortie et les options choisis.

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.





½ ou Journée



Mer & activité



Facile



Avec



restaurant



Plusieurs étapes

Découverte du va'a & littoral varois

Glisser sur la mer et découvrir la côte autrement le dimanche matin.

• L'esprit de la sortie

Une expérience originale pour découvrir la Méditerranée autrement, au rythme de l'eau. Le temps d'une matinée, initiez-vous au va'a (pirogue polynésienne) dans un cadre exceptionnel, accessible même aux débutants.

Cette sortie peut se prolonger par une balade le long du littoral entre Plages du Mourillon et Carqueiranne, à la découverte de criques et petits coins préservés.

• Au programme

- Départ du gîte en voiture le dimanche matin 8H15 (40 minutes)
- Séance découverte de va'a 9H30-11H30 (encadrée, accessible débutants)
- Temps libre après l'activité
- Option : balade sur le littoral
- Balade sur les Plages du Mourillon
- Découverte du bord de mer entre Toulon et Carqueiranne
- Retour au gîte

• Ce que vous allez aimer

- Une activité originale, sportive et accessible
- Le plaisir d'être sur l'eau en douceur
- Une autre vision du littoral varois
- La possibilité de prolonger la sortie en mode détente

• Infos pratiques

- Durée : demi-journée ou journée
- Niveau : **1 Facile**
- Activité : accessible débutants. Tarif 10€
- Distance : variable (selon option balade)
- Prévoir : tenue adaptée, eau, protection solaire, casquette, inscription obligatoire

• En option

- Pause déjeuner dans un restaurant typique
- Baignade (selon saison)
- Balade sur littoral après l'activité
- Transport assuré avec notre véhicule

• Participation

À partir de 50 € par couple selon la sortie et les options choisies.

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.





Journée



Ville & littoral



Facile



Avec



A voir



Une étape

Toulon & rade méditerranéenne

Entre vieille ville, marché et horizon marin

- **L'esprit de la sortie**

Une journée pour découvrir Toulon autrement, entre ambiance provençale et ouverture sur la mer.

De la vieille ville animée à son grand marché typique (samedi matin), en passant par le port, cette balade mêle patrimoine, art de vivre et douceur méditerranéenne.

La découverte peut se prolonger par une traversée en bateau sur la rade, offrant un point de vue unique sur la ville et ses paysages maritimes.

- **Au programme**

- Départ du gîte en voiture (30 minutes)
- Arrivée à Toulon
- Découverte de la vieille ville et de ses ruelles
- Passage par le marché provençal, apéro "cade à dédé"
- Balade sur le port et le front de mer. Repas pique nique ou restaurant.
- Option : traversée en bateau vers Les Sablettes
- Promenade en bord de mer
- Retour en bateau puis au gîte

- **Ce que vous allez aimer**

- L'ambiance vivante et authentique du centre ancien
- Les couleurs et saveurs du marché
- La vue sur la rade de Toulon depuis la mer
- Une escapade mêlant ville et littoral

- **Infos pratiques**

- Durée : demi-journée ou journée
- Niveau : **1 Facile** (balade urbaine)
- Prévoir : chaussures confortables, eau, protection solaire

- **En option**

- Traversée en bateau dans la rade
- Pause restaurant ou déjeuner sur le port ou la plage des Sablettes
- Temps libre pour shopping ou découverte personnelle

- **Participation**

À partir de 80 € par couple selon la sortie et les options choisies.

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.





PLEINE NATURE

NATURE & RANDONNÉES

Entre forêts, panoramas et espaces préservés

Ici, la nature prend toute sa place...

Ces balades vous emmènent à la découverte de paysages variés, entre forêts ombragées, reliefs et points de vue.

À votre rythme, du parcours tranquille à la randonnée plus soutenue, chaque sortie est une invitation à prendre le temps et à se reconnecter à l'essentiel.





Journée Nature & Patrimoine



Facile



Avec



Pique nique



Deux étapes

Lac des Escarcets & Abbaye du Thoronet

Nature préservée & sérénité provençale

• L'esprit de la sortie

Une journée entre nature sauvage et patrimoine, pour découvrir deux visages très différents mais complémentaires de la Provence.

Le matin, place au calme et aux grands espaces dans la plaine des Maures, avec une balade accessible autour du lac des Escarcets, au cœur d'un environnement préservé. Après un moment de détente autour d'un pique-nique, nous changeons d'ambiance pour une visite tout en douceur de l'abbaye du Thoronet, lieu emblématique chargé d'histoire et de sérénité.

• Au programme

- Départ du gîte le matin en voiture (trajet 50 minutes, piste en terre 1,5km)
- Balade autour du lac des Escarcets (2H environ, rythme tranquille)
- Pause pique-nique en pleine nature
- Déplacement en véhicule vers l'Abbaye du Thoronet (30 minutes)
- Visite libre (possibilité d'audioguide sur place)
- Retour au gîte en fin de journée (50 minutes)

• Ce que vous allez aimer

- La tranquillité de la Plaine des Maures et ses paysages préservés
- Une balade facile, idéale pour profiter sans se presser
- Le contraste entre nature sauvage et patrimoine remarquable
- L'atmosphère unique et apaisante de l'abbaye

• Infos pratiques

- Durée : journée
- Niveau : **1 Facile** (7 km, d20m)
- Prévoir : chaussures de marche confortables, eau, pique nique, chapeau selon saison

• En option

- Pique-nique préparé
- Restaurant sur le parcours au retour
- Transport assuré avec notre véhicule

• Participation

À partir de 80 € par couple selon la sortie et les options choisis.

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.





Journée Nature & spiritualité



Accessible



Avec



Pique nique



Une étape

Grotte Sainte-Marie-Madeleine & Saint-Pilon

Le cœur de la Sainte-Baume, entre forêt majestueuse, silence et panorama d'exception.

Une sortie adaptable, accessible, avec la possibilité de prolonger l'expérience pour les plus motivés.

- **L'esprit de la sortie**

Une immersion dans l'atmosphère unique du massif de la Sainte-Baume, entre forêt profonde et lieux chargés d'histoire et de spiritualité.

La montée vers la grotte se fait à l'ombre d'une magnifique hêtraie, dans une ambiance presque hors du temps.

Pour ceux qui le souhaitent, l'ascension peut se prolonger jusqu'au Saint-Pilon, offrant un panorama exceptionnel sur la Provence.

- **Au programme**

- Départ du gîte en voiture (60 minutes)
- Accès au massif de la Sainte-Baume
- Montée à pied vers la Grotte de Sainte-Marie-Madeleine
- Temps libre sur le site
- Possibilité de poursuivre jusqu'au Saint-Pilon et sur les arrêtes
- Retour au point de départ puis au gîte

- **Ce que vous allez aimer**

- L'ambiance fraîche et ombragée de la forêt
- Un site emblématique, chargé d'histoire et de spiritualité
- Une randonnée accessible avec une belle progression
- Le panorama exceptionnel depuis le Saint-Pilon

- **Infos pratiques**

- Durée : journée
- Niveau : **2 accessible** à **3 Modéré** (selon option Saint-Pilon)
- Distance : environ 5 à 9 km, Dénivelé : 200 à 400 m
- Prévoir : bonnes chaussures de marche, eau, veste légère (fraîcheur en forêt et vent au sommet)

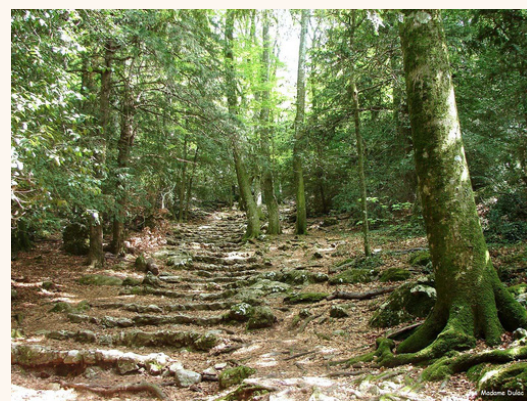
- **En option**

- Pique-nique préparé
- Transport assuré avec notre véhicule

- **Participation**

À partir de 80 € par couple selon la sortie et les options choisis.

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.





Journée



Nature



Modéré



Sans ou avec



Pique nique



Une étape

Aiguilles de Valbelle & panoramas

Entre reliefs spectaculaires et nature préservée

Une balade flexible, idéale pour découvrir les alentours du gîte en douceur. Départ au choix, du gîte ou du parking de l'Abbaye selon le parcours choisi.

- **L'esprit de la sortie**

Une balade au cœur d'un site naturel remarquable, à la découverte des impressionnantes Aiguilles de Valbelle.

Entre forêt et reliefs rocheux, le parcours offre de beaux points de vue sur les environs, dans une ambiance sauvage et préservée.

Selon vos envies, la sortie peut se faire au départ du gîte ou depuis le secteur de l'Abbaye de Montrieux pour un accès plus direct.

- **Au programme**

- Départ du gîte à pied ou accès en voiture jusqu'à Montrieux (15 minutes)
- Montée progressive vers les Aiguilles de Valbelle
- Passage par des points de vue panoramiques
- Temps de pause selon les envies
- Retour par le même itinéraire ou variante boucle possible

- **Ce que vous allez aimer**

- Un site naturel spectaculaire et peu fréquenté
- De beaux panoramas accessibles
- Une balade adaptable selon votre niveau
- Une immersion dans une nature sauvage

- **Infos pratiques**

- Durée : journée
- Niveau : **3 modéré** (de 12 à 15 km, d300 à 500)
- Prévoir : chaussures de marche confortables, eau

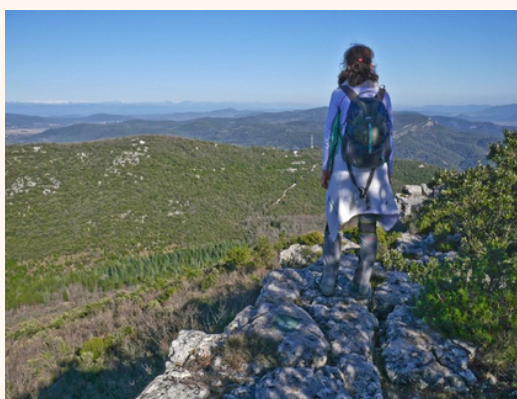
- **En option**

- Pique-nique préparé
- Variante plus longue ou plus courte
- Départ directement du gîte à pied
- Transport assuré avec notre véhicule

- **Participation**

À partir de 80 € par couple selon la sortie et les options choisis.

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.





1:2 ou Journée



Nature



Facile-Modéré



Sans ou avec



Pique nique



Une étape

Autour de l'Abbaye de Montrieux

Entre patrimoine caché et nature préservée.

Une balade flexible et confidentielle, idéale pour découvrir les alentours du gîte en douceur. Départ au choix, du gîte ou du parking de l'Abbaye selon le parcours choisi.

- **L'esprit de la sortie**

Une belle balade au cœur d'un vallon préservé, à la découverte de l'Abbaye de Montrieux et de ses environs. Entre forêt, sentiers discrets et petits coins plus secrets, cette sortie offre une immersion dans une nature authentique, ponctuée de points d'intérêt souvent méconnus, comme un petit lac discret.

Selon le parcours choisi, la boucle peut se prolonger vers Montrieux-le-Vieux ou le long du Gapeau.

- **Au programme**

- Départ du gîte à pied ou accès en voiture jusqu'à Montrieux (15 minutes)
- Découverte de l'Abbaye de Montrieux
- Balade dans le vallon et les sentiers environnants
- Passage possible à Montrieux-le-Vieux
- Découverte de coins plus discrets (lac caché selon parcours)
- Retour par le Gapeau
- Traversée de Belgentier et retour au gîte

- **Ce que vous allez aimer**

- Un site discret et préservé
- Le charme de l'abbaye en pleine nature
- Une balade modulable selon vos envies
- Le côté "hors des sentiers classiques"

- **Infos pratiques**

- Durée : demi-journée ou journée
- Niveau : **1 Facile** à **3 modéré** (de 5 à 14 km, d100 à 400)
- Prévoir : chaussures de marche confortables, eau

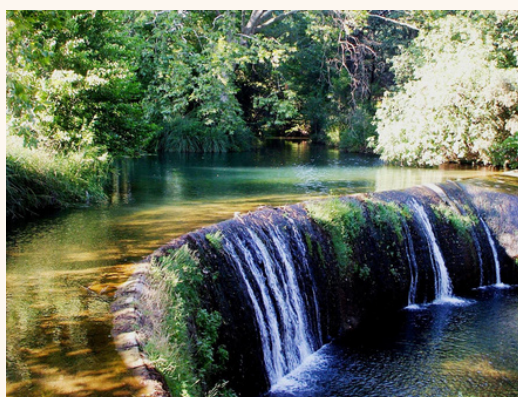
- **En option**

- Pique-nique préparé
- Variante plus longue ou plus courte
- Départ directement du gîte à pied
- Transport assuré avec notre véhicule

- **Participation**

À partir de 50 € par couple selon la sortie et les options choisies.

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.





Journée



Nature



Modéré



Avec



Pique nique



Une étape

Chapelle Saint-Probace & gorges du Caramy

Entre rivière sauvage et panorama perché

Une sortie adaptable, accessible, avec la possibilité de prolonger l'expérience le long du Caramy pour les plus motivés.

- **L'esprit de la sortie**

Une balade pleine de contraste, entre fraîcheur des gorges et montée vers un site perché offrant une vue dégagée sur la Provence verte.

Depuis Tourves, le parcours s'élève progressivement vers la chapelle Saint-Probace, nichée sur son éperon rocheux le retour longe par endroits le Caramy.

Un itinéraire idéal pour les amateurs de fraîcheur et de nature préservée.

- **Au programme**

- Départ du gîte en voiture (30 minutes)
- Accès au point de départ à Tourves
- Montée vers la Chapelle Saint-Probace
- Pause au sommet et panorama. Rencontre avec l'hermite Séraphin (si il est là)
- Parcours le long des Gorges du Caramy
- Retour ou boucle dans les gorges selon conditions

- **Ce que vous allez aimer**

- Le côté sauvage et peu fréquenté du site
- La fraîcheur agréable près de la rivière
- Le contraste entre gorges et panorama en hauteur
- Une balade plus confidentielle, hors des circuits classiques

- **Infos pratiques**

- Durée : journée
- Niveau : **3 Modéré** (11km, d300m)
- Prévoir : bonnes chaussures de marche, eau, veste légère (fraîcheur en forêt et vent au sommet)

- **En option**

- Pique-nique préparé
- Transport assuré avec notre véhicule

- **Participation**

À partir de 80 € par couple selon la sortie et les options choisies.

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.





½ ou Journée Nature & sérénité Accessible

Avec

Pique nique

Deux étapes

Notre-Dame d'Inspiration & La Roquebrussanne

Une parenthèse simple et apaisante, loin de l'agitation.
Rencontre avec un couple de producteur de fromages de chèvres possible selon la saison.

• L'esprit de la sortie

Une escapade douce au cœur de la Provence verte, entre nature tranquille et lieu chargé de sérénité.

Depuis La Roquebrussanne, la balade mène à Notre-Dame d'Inspiration, nichée dans un environnement paisible, propice à la pause et à la contemplation.

Un moment simple, hors du temps, idéal pour se ressourcer.

• Au programme

- Départ du gîte en voiture (20 minutes)
- Accès au point de départ à La Roquebrussanne
- Balade à pied à travers la nature environnante
- Montée vers Notre-Dame d'Inspiration
- Temps libre sur le site
- Sur la route du retour, rencontre avec un couple de producteur à la fromagerie
- Retour au point de départ puis au gîte

• Ce que vous allez aimer

- Le calme et la tranquillité du lieu
- Une balade accessible et agréable
- L'atmosphère apaisante du site
- Une sortie simple, idéale pour se détendre

• Infos pratiques

- Durée : demi-journée ou journée
- Niveau : **2 accessible** (11km, d300m)
- Prévoir : chaussures confortables, eau

• En option

- Pique nique préparé
- Transport assuré avec notre véhicule

• Participation

À partir de 50 € par couple selon la sortie et les options choisis.

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.





Journée



Nature



Modéré-Soutenu



Sans



Pique nique



Une étape

Grand tour, aiguilles de Valbelle & abbaye Montrieux

Entre panoramas, patrimoine et nature sauvage.
Une des plus longue randonnée proposé au départ du gîte.

• L'esprit de la sortie

Une belle journée de marche au départ du gîte, pour découvrir toute la diversité des paysages autour de Belgentier.

Entre sentiers forestiers, points de vue et patrimoine discret, cette boucle vous emmène jusqu'aux impressionnantes aiguilles de Valbelle, avant de rejoindre l'abbaye de Montrieux, nichée dans un écrin de nature.

Le retour s'effectue en douceur le long du Gapeau, pour une fin de parcours plus paisible avant de remonter tranquillement du village au gîte.

• Au programme

- Départ du gîte à pied
- Passage en crête et points de vue
- Traversée vers les Aiguilles de Valbelle
- Descente vers l'Abbaye de Montrieux
- Retour en longeant le Gapeau
- Traversée du village de Belgentier et retour au gîte

• Ce que vous allez aimer

- Une grande boucle variée au départ du gîte
- Les panoramas depuis les hauteurs
- Le charme discret de l'abbaye en pleine nature
- Une fin de parcours agréable au bord du Gapeau

• Infos pratiques

- Durée : journée
- Niveau : **3 Modéré** à **4 Soutenu** (19km, d650m)
- Prévoir : bonnes chaussures, eau en quantité, chapeau

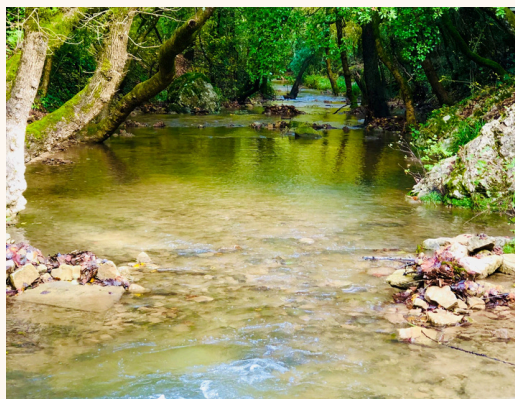
• En option

- Pique-nique préparé
- Variante plus courte à la demande, selon votre forme.

• Participation

À partir de 80 € par couple selon la sortie et les options choisis.

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.



Gîte
L'Instant
BELGENTIER - VAR

PLEINE NATURE



TERROIR & RENCONTRES

Partager des savoir-faire et des moments authentiques

La région se découvre aussi à travers celles et ceux qui la font vivre. Ces expériences vous proposent des rencontres simples autour de produits et de savoir-faire locaux.

Des moments de partage, de découverte et de convivialité, pour goûter pleinement à l'authenticité du territoire.





½ Journée



Nature & terroir



Accessible



Sans



Au choix



Une étape

Domaine des Escavalins & huile d'olive

Rencontre locale au cœur des collines provençales.

La découverte peut se prolonger le soir au gîte autour d'un repas inspiré de l'olive et des produits méditerranéens de saison.

• L'esprit de la sortie

Une escapade à pied depuis le gîte, au rythme de la nature, pour rejoindre un domaine oléicole niché dans les collines de Belgentier.

Cette balade douce mène à une rencontre authentique autour de l'olive et du travail passionné d'un producteur local.

Sur place, la visite du domaine permet de découvrir les étapes de production et l'univers de l'huile d'olive, dans un cadre naturel préservé.

• Au programme

- Départ du gîte à pied
- Randonnée à travers les collines environnantes
- Arrivée au Domaine des Escavalins
- Accueil et découverte du domaine
- Échanges autour du métier et des produits
- Possibilité d'achat d'huile d'olive bio sur place
- Retour au gîte à pied

• Ce que vous allez aimer

- Une balade au départ du gîte, en pleine nature
- Le charme des paysages autour de Belgentier
- Une rencontre simple et authentique avec un producteur
- La découverte d'une huile d'olive locale de qualité

• Infos pratiques

- Durée : demi-journée ou journée (selon rythme)
- Niveau : **2 accessible** (9km, d280m)
- Prévoir : chaussures de marche confortables, eau, chapeau

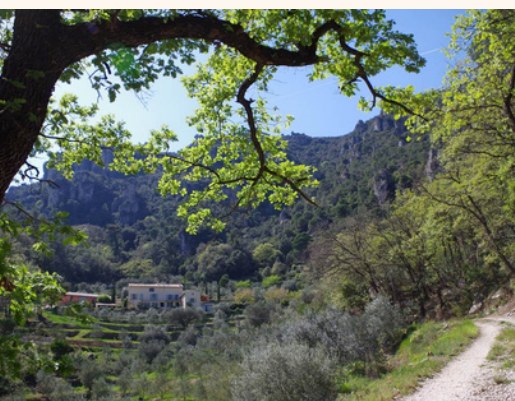
• En option

- Pique-nique préparé
- Dégustation huile d'olive (selon disponibilité sur place)
- Repas du soir au Gîte "Autour de l'olive"

• Participation

À partir de 50 € par couple selon la sortie et les options choisis.

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.





VILLES & ESCAPADES

Flâner, découvrir et changer de rythme

Envie de varier les plaisirs...

Ces sorties vous invitent à découvrir villes, villages et lieux emblématiques, entre marchés, ruelles et panoramas.

Des escapades accessibles pour flâner, observer et profiter autrement de la région





Journée



Nature & paysage



Facile



Avec



Pique nique



Trois étapes

Gorges du Verdon & Moustiers-Sainte-Marie

Entre eau turquoise, villages et paysages d'exception

- **L'esprit de la sortie**

Une journée inoubliable au cœur des paysages spectaculaires du Verdon. Entre falaises vertigineuses et eaux turquoise, cette escapade vous plonge dans l'un des plus beaux sites naturels de la région.

La découverte se prolonge avec le charme de Moustiers-Sainte-Marie et, en saison (fin Juin début juillet), les champs de lavande du plateau de Valensole.

- **Au programme**

- Départ du gîte en voiture (1h45)
- Route panoramique avec arrêts points de vue
- Activité sur le Verdon depuis Montpezat (canoë ou bateau électrique - base nautique)

- Temps libre au bord de l'eau. Pique nique.

- Visite de Moustiers-Sainte-Marie

- Passage par le plateau de Valensole (lavande en saison)

- Retour au gîte

- **Ce que vous allez aimer**

- Les paysages spectaculaires des gorges du Verdon

- Le plaisir d'être sur l'eau, en toute liberté

- L'un des plus beaux villages de Provence

- Les champs de lavande (fin juin - début juillet)

- **Infos pratiques**

- Durée : journée complète

- Niveau : **1 Facile**

- Prévoir : tenue adaptée à l'eau, eau, protection solaire

- **En option**

- Canoë ou bateau électrique sur le Verdon

- Pause restaurant ou pique-nique préparé

- Transport assuré avec notre véhicule

- **Participation**

À partir de 90 € par couple selon la sortie et les options choisis, hors location bateau

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.





Journée



Ville & littoral



Facile



Avec



restaurant



Plusieurs étapes

Marseille, au-delà des clichés

Entre authenticité, mer et lieux emblématiques.

Ayant vécu à Marseille une vingtaine d'année, je vous propose une approche personnelle de la ville, entre lieux emblématiques et coins que j'apprécie particulièrement.

- **L'esprit de la sortie**

Découvrir Marseille autrement, loin des idées reçues.

De la célèbre Basilique Notre-Dame-de-la-Garde aux ambiances du littoral, cette journée mêle panoramas, atmosphère méditerranéenne et découvertes plus confidentielles.

- **Au programme**

- Départ du gîte en voiture (1H30)
- Découverte du Vieux-Port de Marseille
- Montée à la Basilique Notre-Dame-de-la-Garde
- Parcours le long de la Corniche Kennedy
- Arrêt au Vallon des Auffes
- Passage vers Pointe Rouge
- Possibilité de prolonger jusqu'à Callelongue selon le temps et les envies
- Retour au gîte

- **Ce que vous allez aimer**

- Une découverte de Marseille loin des clichés
- Les plus beaux points de vue sur la ville et la mer
- Le contraste entre ville, ports et calanques
- Une approche vivante et personnelle de la ville

- **Infos pratiques**

- Durée : journée
- Niveau : **1 Facile** (déplacements courts + marche douce)
- Prévoir : chaussures confortables, eau, protection solaire

- **En option**

- Pause déjeuner dans un restaurant typique
- Baignade (selon saison)
- Variante possible Ile du Frioul
- Transport assuré avec notre véhicule

- **Participation**

À partir de 80 € par couple selon la sortie et les options choisies.

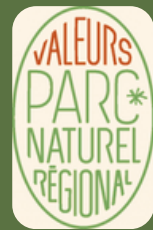
Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.



Gîte 
L'Instant
BELGENTIER - VAR
★ ★ ★

Travel journal

GUIDED NATURE WALKS AND LOCAL DISCOVERY



SERENITY

IMMERSION

DISCOVERY

AUTHENTICITY

DISCOVER OUR REGION,
THROUGH UNSPOILED NATURE
AND PRESERVED LANDSCAPES.

Welcome to my travel journal.

This journal was designed to extend your stay through selected experiences.

Each entry is an invitation to discover the region in a different way: a day in the great outdoors, a more private getaway, or even a must-see visit revisited.

These suggestions are offered as inspiration and are entirely adaptable to your preferences. Throughout the pages, you will find simple or more immersive ideas, always selected for their authenticity, setting, and the enjoyment they provide.

Whether you're craving the sea, nature, charming villages, or more indulgent culinary experiences, let your mood guide you. Take your time, choose your own pace... and savor every moment.

I would be happy to accompany you to share some of my favorite spots.

Patrice

Chosen moments, to be lived and shared



CHOOSE YOUR ESCAPE

- **WALK LEVELS**

TO HELP YOU CHOOSE THE EXPERIENCE THAT SUITS YOU BEST, EACH OUTING IS INDICATED BY A SIMPLE LEVEL OF DIFFICULTY. THE LEVEL IS GIVEN AS A GUIDE AND CAN BE ADAPTED TO YOUR PREFERENCES AND PACE.

- **LEVEL 1 - EASY**

A WALK ACCESSIBLE TO ALL, ON FLAT OR HILLY TERRAIN, AT A LEISURELY PACE.

- **LEVEL 2 - ACCESSIBLE**

A SLIGHTLY LONGER ROUTE OR ONE WITH CLIMBS, BUT WITHOUT ANY PARTICULAR DIFFICULTY.

- **LEVEL 3 - MODERATE**

A MORE STRENUOUS HIKE, WITH GREATER DISTANCE OR ELEVATION GAIN.

- **LEVEL 4 - ADVANCED**

A MORE ATHLETIC COURSE, REQUIRING GOOD PHYSICAL FITNESS.

- **EXPLORE ACCORDING TO YOUR CURRENT DESIRES**

THE FOLLOWING SHEETS ARE GROUPED BY THEME. LET YOURSELF BE GUIDED

- **MER & LITTORAL**

MOMENTS SPENT BETWEEN COVES, BEACHES, PORTS AND SEA HORIZONS.

- **NATURE & HIKING**

MOMENTS IN THE HEART OF PRESERVED LANDSCAPES, FORESTS, ROCKS, WATER AND PANORAMAS.

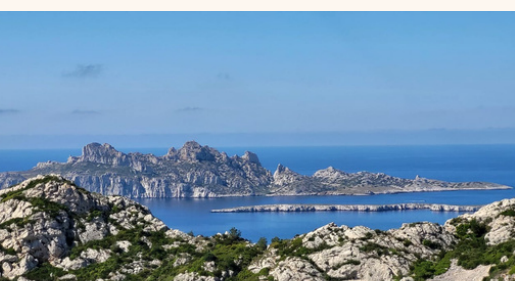
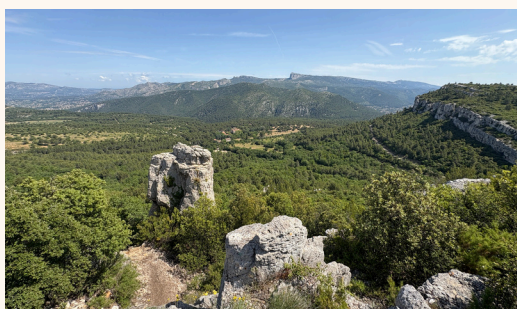
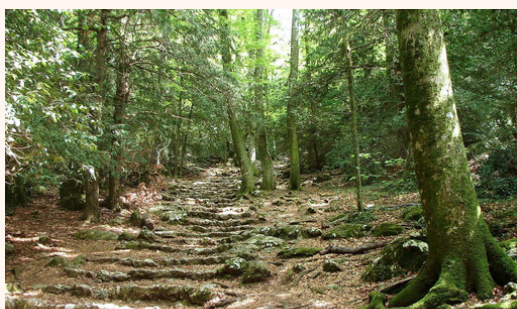
- **LOCAL PRODUCTS & ENCOUNTERS**

MOMENTS OF SHARING AROUND LOCAL FLAVORS, PRODUCERS AND GOURMET DISCOVERIES.

- **CITIES & GETAWAYS**

MOMENTS TO STROLL AND DISCOVER IN A DIFFERENT WAY, TOWNS, VILLAGES, MARKETS AND PROVENÇAL ATMOSPHERE.

EACH EXPERIENCE CAN BE TAILORED TO YOUR PREFERENCES AND THE MOMENT. THE OFFERINGS EVOLVE WITH THE SEASONS AND NEW DISCOVERIES.





SEA & COASTLINE

Between coves, harbors and sea horizons

The nearby Mediterranean Sea invites you to set sail... Seaside walks, small harbors, coves, beaches and viewpoints: these getaways offer you simple moments, between relaxation and discovery.

Moments to breathe, enjoy the light and fully savor the atmosphere of the Var coastline.





Full day



Nature Accessible - Moderate



With



Picnic



One step

Coastal Path & Fort de Brégançon

Between turquoise sea and wild landscapes.

The ability to organize the return trip allows you to fully enjoy the trail without constraints.

- **The spirit of the outing**

An immersion along the Var coastline, between wild coves, maritime pines and breathtaking views of the Mediterranean.

This iconic trail offers a wonderful sense of escape, with landscapes that change as you walk.

As you travel along the route, Fort de Brégançon gradually reveals itself, set facing the sea in an exceptional setting.

- **What to expect**

- Departure from the cottage by car (50 minutes)
- Access to the coastal path in the La Londe-les-Maures area
- Hiking along the seafront (leisurely pace, regular breaks)
- Viewpoints, coves and free time as desired
- Arrival with a view of the Fort de Brégançon
- Return arrangements (see options)

- **What you'll love**

- The wild beauty of the Mediterranean coastline
- Crystal-clear waters, secluded coves, magnificent sandy beaches
- A refreshing hike, right by the sea
- The exceptional setting around the fort

- **Practical information**

- Duration: full day
- Level: 2 accessible to 3 moderate (depending on the distance chosen: One way 9km, elevation gain 40m or Round trip 18km, elevation gain 80m)
- Bring: good walking shoes, water, hat, swimsuit (depending on the season)

- **Optional**

- Prepared picnic
- Meals at beachfront restaurants along the route (depending on the season)
- Assistance with return car transport (avoids the round trip)
- Transportation provided with our vehicle

- **Participation**

Starting from €80 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.





Half or Full Day



Sea & activity



Easy



With



Picnic-restaurant



Several steps

Discovering va'a and the Var coastline

Glide across the sea and discover the coast in a different way on Sunday morning.

- **The spirit of the outing**

An original experience to discover the Mediterranean in a different way, at the rhythm of the water. For a morning, learn to va'a (Polynesian outrigger canoe) in an exceptional setting, accessible even to beginners.

This outing can be extended with a walk along the coast between Mourillon Beaches and Carqueiranne, discovering coves and small preserved spots.

- **What to expect**

- Departure from the cottage by car on Sunday morning at 8:15 am (40 minutes)
- Introductory va'a session 9:30-11:30 (supervised, suitable for beginners)
- Free time after the activity
- Option: coastal walk
- Stroll along the Mourillon Beaches
- Discovering the seaside between Toulon and Carqueiranne
- Return to the cottage

- **What you'll love**

- An original, sporty and accessible activity
- The pleasure of being gently on the water
- Another vision of the Var coastline
- The option to extend the outing in relaxation mode

- **Practical information**

- Duration: half-day or full day
- Level: 1 Easy
- Activity: suitable for beginners. Price: €10
- Distance: variable (depending on the tour option)
- Please bring: appropriate clothing, water, sunscreen, hat, registration required

- **Optional**

- Lunch break in a typical restaurant
- Swimming (depending on the season)
- Walk along the coast after the activity
- Transportation provided with our vehicle

- **Participation**

Starting from €50 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.





Daytime



Ville & littoral



Easy



With



• To have



One step

Toulon & Mediterranean harbor

Between the old town, the market and the sea horizon

- **The spirit of the outing**

A day to discover Toulon in a different way, between Provençal atmosphere and openness to the sea.

From the lively old town to its large typical market (Saturday morning), passing through the port, this walk combines heritage, lifestyle and Mediterranean charm.

The discovery can be extended with a boat trip on the harbor, offering a unique view of the city and its maritime landscapes.

- **What to expect**

- Departure from the cottage by car (30 minutes)
- Arrival in Toulon
- Exploring the old town and its narrow streets
- A visit to the Provençal market, followed by an aperitif "cade à dédè"
- Stroll along the port and seafront. Picnic lunch or restaurant meal.
- Option: boat trip to Les Sablettes
- Seaside stroll
- Return by boat and then to the gîte

- **What you'll love**

- The lively and authentic atmosphere of the old town
- The colours and flavours of the market
- The view of Toulon harbor from the sea
- A getaway combining city and coastline

- **Practical information**

- Duration: half-day or full day
- Level: 1 Easy (urban walk)
- Bring: comfortable shoes, water, sunscreen

- **Optional**

- Boat trip across the harbor
- Restaurant break or lunch on the port or Sablette beach
- Free time for shopping or personal exploration

- **Participation**

Starting from €80 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.





OUTDOORS



NATURE & HIKING

Between forests, panoramic views and protected areas

Here, nature takes center stage... These walks take you to discover varied landscapes, between shaded forests, hills and viewpoints.

At your own pace, from a leisurely stroll to a more strenuous hike, each outing is an invitation to take your time and reconnect with what truly matters.





Full day



Nature & Heritage



Easy



With



Picnic



Two steps

Lake Escarcets & Thoronet Abbey

Unspoiled nature & Provençal serenity

- **The spirit of the outing**

A day spent between wild nature and heritage, to discover two very different but complementary faces of Provence.

In the morning, enjoy the peace and wide open spaces of the Maures plain with an easy walk around Lake Escarcets, in the heart of a protected environment. After relaxing with a picnic lunch, we'll change scenery for a gentle visit to Thoronet Abbey, an iconic place steeped in history and serenity.

- **What to expect**

- Departure from the gîte in the morning by car (50-minute journey, 1.5km dirt track)
- Walk around Lake Escarcets (approximately 2 hours, leisurely pace)
- Picnic break in the heart of nature
- Travel by vehicle to Thoronet Abbey (30 minutes)
- Self-guided tour (audio guide available on site)
- Return to the cottage at the end of the day (50 minutes)

- **What you'll love**

- The tranquility of the Plaine des Maures and its unspoiled landscapes
- An easy walk, ideal for enjoying at a leisurely pace
- The contrast between wild nature and remarkable heritage
- The abbey's unique and soothing atmosphere

- **Practical information**

- Duration: day
- Level: **1 Easy** (7 km, 20m elevation gain)
- Bring: comfortable walking shoes, water, picnic lunch, hat (depending on the season)

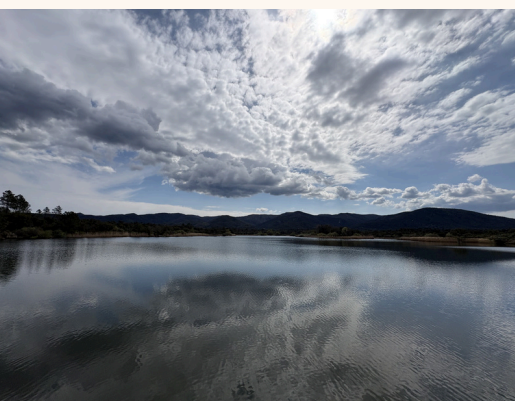
- **Optional**

- Prepared picnic
- Restaurant on the return route
- Transportation provided with our vehicle

- **Participation**

Starting from €80 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.





Full day



Nature & Spirituality



Accessible



With



Picnic



One step

Grotto of Saint Mary Magdalene & Saint-Pilon

The heart of Sainte-Baume, between majestic forest, silence and exceptional panorama.

An adaptable, accessible outing, with the possibility of extending the experience for the most motivated.

- **The spirit of the outing**

An immersion in the unique atmosphere of the Sainte-Baume massif, between deep forest and places steeped in history and spirituality.

The climb to the cave takes place in the shade of a magnificent beech forest, in an almost timeless atmosphere.

For those who wish, the climb can be extended to Saint-Pilon, offering an exceptional panorama of Provence.

- **What to expect**

- Departure from the cottage by car (60 minutes)
- Access to the Sainte-Baume massif
- Hike up to the Grotto of Saint Mary Magdalene
- Free time on site
- Possibility of continuing to Saint-Pilon and along the ridges
- Return to the starting point and then to the gîte

- **What you'll love**

- The cool, shady atmosphere of the forest
- An iconic site, steeped in history and spirituality
- An accessible hike with a nice progression
- The exceptional panorama from Saint-Pilon

- **Practical information**

- Duration: day
- Level: **2 accessible** to **3 Moderate** (depending on the Saint-Pilon option)
- Distance: approximately 5 to 9 km, Elevation gain: 200 to 400 m
- Bring: good walking shoes, water, light jacket (it can be cool in the forest and windy at the summit)

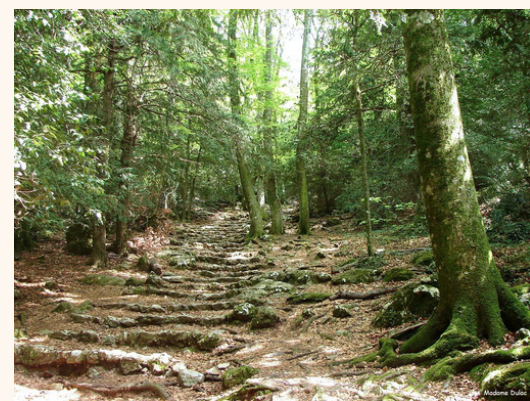
- **Optional**

- Prepared picnic
- Transportation provided with our vehicle

- **Participation**

Starting from €80 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.





Full day



Nature



Moderate



With or Without



Picnic



One step

Valbelle Needles & panoramas

Between spectacular landscapes and unspoiled nature, this flexible walk is ideal for gently exploring the area around the gîte. You can choose to start from the gîte or the Abbey car park, depending on the route you select.

- **The spirit of the outing**

A walk in the heart of a remarkable natural site, discovering the impressive Aiguilles de Valbelle.

Between forest and rocky terrain, the route offers beautiful views of the surroundings, in a wild and preserved atmosphere.

Depending on your preferences, the outing can start from the gîte or from the Montrieux Abbey area for more direct access.

- **What to expect**

- Departure from the gîte on foot or access by car to Montrieux (15 minutes)
- Gradual ascent towards the Aiguilles de Valbelle
- Passing through panoramic viewpoints
- Break time as desired
- Return via the same route or a possible loop alternative

- **What you'll love**

- A spectacular and uncrowded natural site
- Beautiful, accessible panoramic views
- A ride that can be adapted to your level
- An immersion in wild nature

- **Practical information**

- Duration: day
- Level: **3 moderate** (12 to 15 km, 300 to 500 m elevation gain)
- Bring: comfortable walking shoes, water

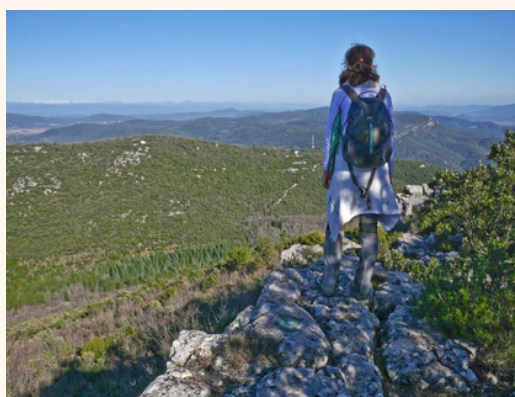
- **Optional**

- Prepared picnic
- Longer or shorter variant
- Departure directly from the gîte on foot
- Transportation provided with our vehicle

- **Participation**

Starting from €80 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.





1:2 or Full Day



Nature



Easy-Moderate With or Without



Picnic



One step

Around Montrieux Abbey

Between hidden heritage and preserved nature.

A flexible and secluded walk, ideal for gently exploring the area around the gîte. Start either from the gîte or from the Abbey car park, depending on the chosen route.

- **The spirit of the outing**

A beautiful walk in the heart of a preserved valley, discovering Montrieux Abbey and its surroundings. Between forest, discreet paths and more secluded spots, this outing offers an immersion in authentic nature, punctuated by often overlooked points of interest, such as a small, hidden lake.

Depending on the route chosen, the loop can be extended towards Montrieux-le-Vieux or along the Gapeau river.

- **What to expect**

- Departure from the gîte on foot or access by car to Montrieux (15 minutes)
- Discover the Abbey of Montrieux
- Walk in the valley and surrounding trails
- Possible passage through Montrieux-le-Vieux
- Discovering more secluded spots (hidden lake depending on the route)
- Return via the Gapeau
- Crossing through Belgentier and returning to the gîte

- **What you'll love**

- A discreet and unspoiled site
- The charm of the abbey in the heart of nature
- A ride that can be tailored to your preferences
- The "off the beaten track" aspect

- **Practical information**

- Duration: half-day or full day
- Level: **1 Easy** to **3 Moderate** (5 to 14 km, 100 to 400 m elevation gain)
- Bring: comfortable walking shoes, water

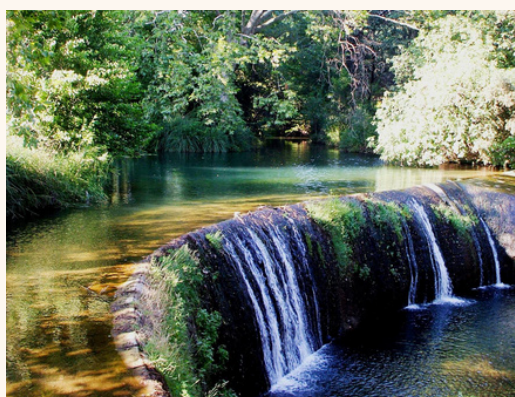
- **Optional**

- Prepared picnic
- Longer or shorter variant
- Departure directly from the gîte on foot
- Transportation provided with our vehicle

- **Participation**

Starting from €50 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.





Full day



Nature



Moderate



With



Picnic



One step

Saint-Probace Chapel & Caramy Gorges

Between wild river and perched panorama An adaptable, accessible outing, with the possibility of extending the experience along the Caramy for the most motivated.

- **The spirit of the outing**

A walk full of contrasts, between the coolness of the gorges and the climb to a perched site offering an unobstructed view of the green Provence.

From Tourves, the route gradually climbs towards the Saint-Probace chapel, nestled on its rocky spur; the return route follows the Caramy river in places.

An ideal route for lovers of fresh air and unspoiled nature.

- **What to expect**

- Departure from the cottage by car (30 minutes)
- Access to the starting point in Tourves
- Ascent towards the Saint-Probace Chapel
- Break at the summit and panoramic view. Encounter with the hermit Séraphin (if he is there)
- Route along the Caramy Gorges
- Return or loop through the gorges depending on conditions

- **What you'll love**

- The wild and sparsely populated nature of the site
- The pleasant coolness near the river
- The contrast between the gorges and the panoramic views from above
- A more secluded walk, off the beaten track

- **Practical information**

- Duration: day
- Level: **3 Moderate** (11km, 300m elevation gain)
- Bring: good walking shoes, water, light jacket (it can be cool in the forest and windy at the summit)

- **Optional**

- Prepared picnic
- Transportation provided with our vehicle

- **Participation**

Starting from €80 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.





Half or Full Day



Nature & serenity



Accessible



With



Picnic



Two steps

Our Lady of Inspiration & La Roquebrussanne

A simple and soothing interlude, far from the hustle and bustle.
Meeting with a couple of goat cheese producers possible depending on the season.

- **The spirit of the outing**

A gentle escape to the heart of green Provence, between tranquil nature and a place filled with serenity.

From La Roquebrussanne, the walk leads to Notre-Dame d'Inspiration, nestled in a peaceful environment, conducive to rest and contemplation.

A simple, timeless moment, ideal for recharging your batteries.

- **What to expect**

- Departure from the cottage by car (20 minutes)
- Access to the starting point in La Roquebrussanne
- Walk through the surrounding nature
- Ascent towards Our Lady of Inspiration
- Free time on site
- On the way back, we met a couple of cheese producers at the cheese factory
- Return to the starting point and then to the gîte

- **What you'll love**

- The peace and quiet of the place
- An accessible and pleasant walk
- The site's calming atmosphere
- A simple outing, ideal for relaxing

- **Practical information**

- Duration: half-day or full day
- Level: **2 accessible** (11km, 300m elevation gain)
- Bring: comfortable shoes, water

- **Optional**

- Prepared picnic
- Transportation provided with our vehicle

- **Participation**

Starting from €50 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.





Full day



Nature



Moderate-Advanced



Without



Picnic



One step

Grand tour, Valbelle needles & Montrieux Abbey

Between panoramic views, heritage and wild nature.
One of the longest hikes offered starting from the gîte.

- **The spirit of the outing**

A beautiful day of walking starting from the gîte, to discover all the diversity of landscapes around Belgentier.

Between forest paths, viewpoints and discreet heritage, this loop takes you to the impressive Valbelle needles, before reaching the Montrieux abbey, nestled in a natural setting.

The return journey is a gentle one along the Gapeau river, for a more peaceful end to the route before a leisurely climb back up from the village to the gîte.

- **What to expect**

- Departure from the gîte on foot
- Ridge crossing and viewpoints
- Crossing towards the Aiguilles de Valbelle
- Descent towards Montrieux Abbey
- Return along the Gapeau
- Crossing through the village of Belgentier and returning to the gîte

- **What you'll love**

- A large, varied loop starting from the gîte
- The panoramic views from the heights
- The discreet charm of the abbey in the heart of nature
- A pleasant end to the journey along the banks of the Gapeau

- **Practical information**

- Duration: full day
- Level: **3 Moderate** to **4 Advanced** (19km, 650m elevation gain)
- Bring: good shoes, plenty of water, a hat

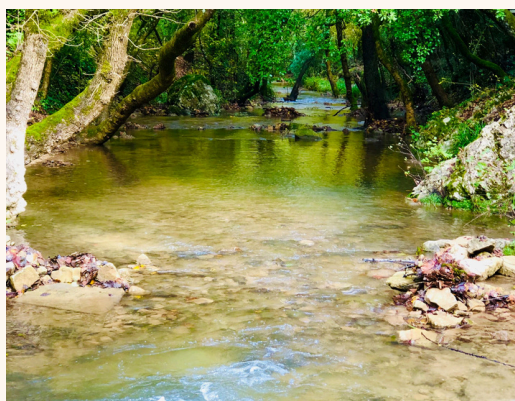
- **Optional**

- Prepared picnic
- Shorter version available upon request, depending on your fitness level.

- **Participation**

Starting from €80 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.





Journée



Ville & panorama



Modéré



Avec



Pique Nique



Plusieurs étapes

La Ciotat, entre panoramas et douceur de vivre

Port, jardins et vues panoramique sur la Méditerranée

- **L'esprit de la sortie**

Une superbe randonnée pour découvrir La Ciotat, entre charme du port, jardins ombragés, criques et points de vue ouverts sur la mer.

Loin de l'agitation, cette journée invite à profiter des paysages et à savourer l'ambiance typiquement méditerranéenne de cette ville tournée vers la mer.

- **Au programme**

- Départ du gîte en voiture (1h)
- Arrivée à La Ciotat
- Balade sur le port et dans le centre
- Passage par le Jardin de la Ville
- Montée vers la Chapelle Notre-Dame de la Garde
- Points de vue sur la baie et les environs
- Temps libre selon vos envies
- Retour au gîte

- **Ce que vous allez aimer**

- L'atmosphère paisible et agréable de la ville
- Les belles vues sur la baie de La Ciotat
- Une sortie sans contrainte, entre balade et détente
- Le mélange entre nature, ville et bord de mer

- **Infos pratiques**

- Durée : Journée
- Niveau : **3 Modéré** (11km, d400m)
- Prévoir : chaussures confortables, eau, protection solaire

- **En option**

- Baignade (selon saison)
- Transport assuré avec notre véhicule

- **Participation**

À partir de 80 € par couple selon la sortie et les options choisis.

Chaque sortie peut être adaptée selon vos envies et le moment.





LOCAL EXPERIENCES & ENCOUNTERS

Sharing skills and authentic moments

The region can also be discovered through those who bring it to life. These experiences offer you simple encounters centered around local products and know-how.

Moments of sharing, discovery and conviviality, to fully experience the authenticity of the territory.





Half or full Day



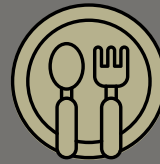
Nature & terroir



Accessible



Without



Your choice



One step

Domaine des Escavalins & olive oil

A local gathering in the heart of the Provençal hills.

The discovery can be extended in the evening at the gîte with a meal inspired by olives and seasonal Mediterranean produce.

- **The spirit of the outing**

A walking getaway from the cottage, at nature's pace, to reach an olive grove nestled in the hills of Belgentier.

This gentle stroll leads to an authentic encounter centered around olives and the passionate work of a local producer.

On site, a visit to the estate allows you to discover the production stages and the world of olive oil, in a preserved natural setting.

- **What to expect**

- Departure from the gîte on foot
- Hiking through the surrounding hills
- Arrival at Domaine des Escavalins
- Welcome and tour of the estate
- Discussions about the profession and products
- Organic olive oil is available for purchase on site
- Return to the gîte on foot

- **What you'll love**

- A walk starting from the cottage, surrounded by nature
- The charm of the landscapes around Belgentier
- A simple and authentic meeting with a producer
- The discovery of a high-quality local olive oil

- **Practical information**

- Duration: half-day or full day (depending on pace)
- Level: **2 accessible** (9km, 280m elevation gain)
- Bring: comfortable walking shoes, water, hat

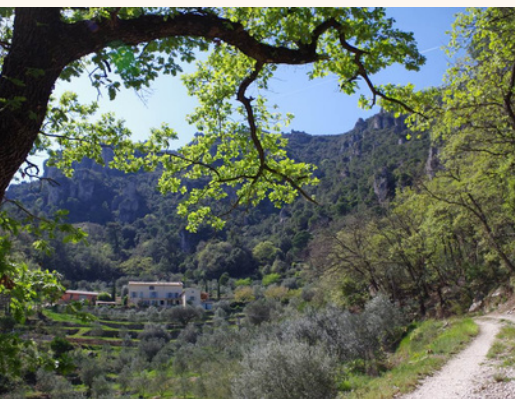
- **Optional**

- Prepared picnic
- Olive oil tasting (subject to availability on site)
- Evening meal at the "Olive inspired menu" guesthouse

- **Participation**

Starting from €50 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.





CITIES & GETAWAYS

Stroll, discover and change pace

Looking to mix things up? These outings invite you to discover cities, villages and iconic places, between markets, alleyways and panoramas.

Accessible getaways to stroll, observe and enjoy the region in a different way





Full Day



Nature & landscape



Easy



With



Picnic



Three steps

Verdon Gorge & Moustiers-Sainte-Marie

Between turquoise waters, villages and exceptional landscapes

- **The spirit of the outing**

An unforgettable day in the heart of the spectacular landscapes of the Verdon. Between vertiginous cliffs and turquoise waters, this getaway immerses you in one of the most beautiful natural sites in the region.

The discovery continues with the charm of Moustiers-Sainte-Marie and, in season (late June/early July), the lavender fields of the Valensole plateau.

- **What to expect**

- Departure from the gîte by car (1 hour 45 minutes)
- Scenic route with viewpoint stops
- Activities on the Verdon river from Montpezat (canoe or electric boat – water sports center)
- Free time by the water. Picnic.
- Visit to Moustiers-Sainte-Marie
- Passing through the Valensole plateau (lavender in season)
- Return to the cottage

- **What you'll love**

- The spectacular landscapes of the Verdon Gorge
- The pleasure of being on the water, in complete freedom
- One of the most beautiful villages in Provence
- Lavender fields (late June – early July)

- **Practical information**

- Duration: full day
- Level: **1 Easy**
- Bring: appropriate clothing for water, water, sunscreen

- **Optional**

- Canoeing or electric boating on the Verdon
- Restaurant break or prepared picnic
- Transportation provided with our vehicle

- **Participation**

From €90 per couple depending on the outing and options chosen, excluding boat rental

Each outing can be adapted to your desires and the time.





Full day



The city & littoral



Easy



With



Restaurant



Several steps

Marseille, beyond the stereotypes

Between authenticity, sea and iconic places.

Having lived in Marseille for about twenty years, I offer you a personal approach to the city, between iconic places and corners that I particularly appreciate.

- **The spirit of the outing**

Discover Marseille in a different way, far from preconceived ideas.

From the famous Notre-Dame-de-la-Garde Basilica to the coastal atmosphere, this day combines panoramas, a Mediterranean atmosphere and more intimate discoveries.

- **What to expect**

- Departure from the gîte by car (1 hour 30 minutes)
- Discover the Old Port of Marseille
- Ascent to the Notre-Dame-de-la-Garde Basilica
- Route along the Corniche Kennedy
- Stop at Vallon des Auffes
- Passage to Pointe Rouge
- Possibility of extending the trip to Callelongue depending on the weather and preferences

- Return to the cottage

- **What you'll love**

- A discovery of Marseille far from the clichés
- The most beautiful viewpoints overlooking the city and the sea
- The contrast between city, ports and coves
- A lively and personal approach to the city

- **Practical information**

- Duration: Full day
- Level: **1 Easy** (short trips + gentle walking)
- Bring: comfortable shoes, water, sunscreen

- **Optional**

- Lunch break in a typical restaurant
- Swimming (depending on the season)
- Possible alternative: Frioul Island
- Transportation provided with our vehicle

- **Participation**

Starting from €80 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.





Full day



Ville & panorama



Moderate



With



Picnic



Several steps

La Ciotat, between panoramic views and the good life

Port, gardens and panoramic views of the Mediterranean

• The spirit of the outing

A superb hike to discover La Ciotat, between the charm of the port, shaded gardens, coves and viewpoints open to the sea.

Far from the hustle and bustle, this day invites you to enjoy the scenery and savor the typically Mediterranean atmosphere of this city facing the sea.

• What to expect

- Departure from the gîte by car (1 hour)
- Arrival in La Ciotat
- Stroll around the port and in the town center
- Passing through the City Garden
- Ascent towards the Notre-Dame de la Garde Chapel
- Views of the bay and surrounding area
- Free time as you wish
- Return to the cottage

• What you'll love

- The peaceful and pleasant atmosphere of the city
- The beautiful views over the bay of La Ciotat
- A relaxed outing, somewhere between a stroll and leisure
- The blend of nature, city and seaside

• Practical information

- Duration: Day
- Level: **3 Moderate** (11km, 400m elevation gain)
- Bring: comfortable shoes, water, sunscreen

• Optional

- Swimming (depending on the season)
- Transportation provided with our vehicle

• Participation

Starting from €80 per couple depending on the outing and options chosen.

Each outing can be adapted to your desires and the time.

