Au milieu de la vallée, coule le Gapeau

Depuis le pas de Belgentier, la vallée du Gapeau se dévoile.

Dans le Var, à une encablure de Toulon et de la Méditerranée, la vallée du Gapeau connaît le grand luxe d'être plus confidentielle. Ici les randos sont loin d'être toutes balisées. La Communauté de communes de la Vallée du Gapeau regroupe cinq bourgs, dont deux sur le Parc naturel régional de la Sainte-Baume.

Textes et photos : **Charline Poullain**

Aiguilles de Valbelle

18 km, 6h, dénivelé 639m

Le départ se prend depuis l'église de Belgentier ou le parking de la salle des fêtes. Après avoir traversé les ruelles, les balises blanches et rouges du GR®9 invitent à quitter le village par le chemin de Valbelle. Le sentier suit un long mur de pierre puis une ancienne calade qui menait jadis à des restanques. Au loin, se dresse une barre rocheuse, première formation des Aiguilles de Valbelle.

Bientôt il faut emprunter un escalier de pierre, dont les marches portent la marque du GR®. Un peu plus haut, des restanques remises en état se distinguent. Longue et progressive, la montée continue sous les pins et les chênes.

Une fois au pas de Belgentier, une pause s'impose sur les terrasses de pierre pour profiter de la vue sur la canopée et sur cette vallée façonnée par la rivière Gapeau. Jean-Pierre Morin, du club Le Godillot gourmand indique, au loin, les salins de Hyères, ainsi que les îles de Port-Cros et du Levant.

Juste devant les randonneurs se trouve la barre de Cuers. Une rando y mène au départ de Belgentier, toujours sur le GR®, mais en se dirigeant vers l'Est. « *C'est une magnifique balade sur toutes les barres jusqu'au pilon, avec vue sur la mer et toute la vallée* », assure Corinne Borreani, de l'association Les Mollets d'Acier. Il existe en effet par ici de beaux itinéraires, assez aériens, mais non balisés, aussi il vaut mieux se lancer dans l'aventure avec l'un des clubs locaux de marche.

La porte de Valbelle

A partir de là, ce tronçon du GR®9 est commun avec une autre boucle de 14 km en forêt domaniale de Morières-Montrieux qui passe par l'arche de la Garoute (lire plus loin).

Dans les sous-bois, les ruines de Valbelle, qui sont celles d'une ancienne ferme, sont idéales

Belvédère naturel, au sommet d'une aiguille qui surplombe les portes de Valbelle.

Au sortir de Belgentier, les premières formations des Aiguilles apparaissent.

pour un pique-nique. Puis le chemin reprend à couvert, sous des grands cèdres plantés là. Au bout de la piste les chemins se séparent. Un panneau indique les Aiguilles de Valbelle à droite et les Bidoufles à gauche.

En continuant vers les Aiguilles, des rochers ruiniformes sculptés par l'érosion surgissent au milieu des bois, « *on en a partout ici, ce sont de mini aiguilles* », explique Corinne Borreani. Bientôt les randonneurs se retrouvent nez à nez avec de très grandes aiguilles : voici la Porte de Valbelle, ainsi nommée en ce qu'elle dessine une véritable entrée dans le massif, mais aussi en mémoire du comte Guillaume de Valbelle qui fut le seigneur des lieux. Il faut passer entre deux dents géantes pour pénétrer dans ce monde minéral, refuge de nombreux rapaces comme l'aigle de Bonelli. La descente se poursuit, majestueuse, sur une piste au milieu des roches.

L'itinéraire mène à la chartreuse de Montrieux, encore habitée par des prêtres, avant de longer le Gapeau pour rentrer à Belgentier. En se promenant dans les ruelles et sous les passages voûtés, un détail n'échappe pas… Ici, tout porte le nom de Peiresc, un humaniste, scientifique et conseiller au Parlement de Provence, natif du village : le château, une place, un parc classé Espace naturel sensible et même la fresque sur l'église qui illustre le passage de Louis XIV à Belgentier en 1660.

Arche de la Garoute

14 km, 4h30, dénivelé 300 m

Le départ de cette seconde randonnée balisée en forêt domaniale de Morières-Montrieux se prend à Solliès-Toucas. Intégré au réseau européen Natura 2000, le massif s'étend sur plus de 2 000 hectares, entre la vallée du Gapeau et le plateau de Siou Blanc, au sein du parc naturel régional de la Sainte-Baume.

Une large piste forestière s'en va en forêt et bifurque au niveau de la "citerne neuve", qui était aussi un abri de berger, dont le toit récupère l'eau pluviale. L'itinéraire monte jusqu'au pas du Pilon où un petit aller-retour sur la dalle rocheuse s'impose pour découvrir un panorama à 360° jusqu'à la mer et les monts du toulonnais.

Puis une descente dans les bois mène à l'arche de Garoute, large de 16 m. Dite aussi arche de Belgentier, elle est un pont naturel sur lequel il est possible de grimper. Ceux qui le tentent découvriront une belle vue sur la vallée, mais aussi, à leur pied, un long rocher qui ressemble étrangement à un chien qui dort. L'eau ravinant depuis le sommet de l'arche, un bassin avait été construit en contrebas pour la récupérer. « *Ici, l'eau s'infiltre dans la roche calcaire et forme des cavités souterraines un peu partout* », explique Corinne Borreani. Ainsi le plateau de Siou Blanc est percé de plus de 800 cavités, dites avens, qui forment un réseau sous-terrain.

Le tracé rejoint le pas de Belgentier pour un tronçon commun à la randonnée précédente. Il se poursuit au-delà des ruines de Valbelle. Cette fois il faudra suivre la direction des Bidoufles pour en contourner les crêtes par le bas. Un nouveau crochet est conseillé à la citerne du Gouvernement, pour une plongée mouvementée dans l'histoire puisqu'une stèle évoque la mémoire de maquisards fusillés là. Plus de 400 hommes ayant rejoint le maquis de Siou Blanc, ces bois furent un haut lieu de rassemblement de la Résistance.

Puis, sans plus de dénivelé, une piste forestière ramène au point de départ.

Les chapelles Sainte-Christine

12 km, 4h, dénivelé 336 m

Spécificité locale, il n'existe pas une commune portant le nom de Solliès dans la vallée du Gapeau, mais trois ! Solliès-Toucas, Solliès-Pont et Solliès-Ville. Le départ de cette rando se prend au parking du boulodrome de Solliès-Toucas.

Les balises jaunes invitent à traverser la route qui monte sur la colline. En passant par une zone pavillonnaire puis la forêt, elle conduit aux chapelles du massif de Sainte-Christine. Là aussi le pluriel est de rigueur car les deux édifices sont distants de moins de 60 cm... Pourtant, « *la chapelle de droite est celle de Cuers et celle de gauche appartient à Solliès-Pont* », explique Jesica Quindroit, responsable de l'office de tourisme de la Vallée du Gapeau et chargée de mission développement touristique. La première date du XIe, la seconde

Randos entre les aiguilles et les avens

La figue de Solliès

Elle s'appelle la violette. Depuis 2001, la figue de Solliès est passée en AOP, faisant de Solliès-Pont sa capitale puisque la commune concentre les trois quarts de la production.

Durant les randos, une bonne odeur de figuier vient souvent titiller les narines. Car cet arbre provençal trouve dans la vallée du Gapeau des conditions géologiques et météorologiques très à son goût. Il est aussi protégé par le Syndicat de défense de la figue de Solliès.

A Solliès-Pont, une coopérative réunit une centaine d'agriculteurs, tandis que six font de la vente directe sur le territoire. L'office de tourisme organise d'ailleurs des visites dans des domaines, avec dégustation à la clef.

En haut de l'arche de la Garoute.

Passage à la grotte de Truébis près de Solliès-Toucas.

Le Mont Coudon vu depuis le Petit Coudon.

Au pays des figues et des micocouliers

du XVIe et il semble qu'elles aient suscité pas mal de conflits à travers les siècles. Depuis le parvis, la vue est imprenable sur Solliès-Pont et, au-dessus, le mont Coudon.

Empruntant un tronçon du parcours botanique, l'itinéraire monte en forêt, croise un oratoire et rejoint le hameau de Valcros. Il fut fondé au VIIIe par les habitants de Cuers qui s'étaient réfugiés dans les bois pour fuir les Sarrasins. Subsistent un four à pain, la chapelle dédiée à Saint Louis et deux fontaines-lavoirs. Sans oublier le symbolique micocoulier "Arbre de la Liberté", planté sur la place du hameau en 1848.

Puis la piste redescend à la grotte de Truébis par une piste forestière. Avant de rejoindre la route, en bordure de piste, se trouve cette impressionnante cavité, percée au bas d'une falaise. La découverte d'ossements, d'aiguilles et de fragments de poterie indique un site funéraire mésolithique. En s'approchant sur les grandes dalles de pierres polies, il apparaît que la roche a de nombreuses autres ouvertures. « *Attention, ça peut être plein d'eau ici* », prévient Jean-Pierre Morin, car la source des Trois Bœufs est abondante par temps de pluie.

Reste à traverser la route et à franchir le Gapeau pour revenir au point de départ en longeant les maisons par une petite rue au calme.

A noter qu'au milieu du massif que le randonneur vient de contourner se trouve l'oppidum du Castellas sur 5 ha, l'un des plus grands de Provence.

Un classique de la vallée du Gapeau, le mont Coudon qui émerge derrière les oliviers.

Le Mont Coudon

18,8 km, 6h30, dénivelé 812 m

Solliès-Ville est un joli village perché. Il fait bon fureter dans ses ruelles, jusqu'aux ruines du château Forbin. Là, une esplanade offre une vue sur la vallée du Gapeau, dont Solliès-Pont et son château (où se déroule chaque été un festival de musique et de comédie).

Le départ de cette rando sportive se prend en sortie de ville. « *Ce n'est que de la montée !* », prévient Jean-Pierre Morin. Le GR®51 mène en direction des Selves, puis il faudra grimper à nouveau jusqu'au Petit Coudon. Une jolie partie au milieu des genévriers, arbousiers, cistes, du romarin et de la farigoulette. « *Au printemps, c'est une explosion de couleurs* », assure Corinne Borreani. Très vite, la vue s'ouvre sur la falaise du Bau rouge et la piste forestière que le randonneur vient de parcourir sur le versant d'en face, mais aussi le mont Caume qui culmine à 800 m. Il est avec le Coudon et le Faron l'un des trois principaux monts Toulonnais.

Soudain, la mer apparaît, avec l'île du Levant, Port-Cros, Porquerolles et même la presqu'île de Giens. L'arrivée au Petit Coudon est imminente, en témoignent les grandes parois rocheuses que le chemin longe. Le panorama qui s'ouvre est sublime, derrière le mont Coudon, la ligne du littoral se découpe, tandis que sur la gauche des monts enneigés surgissent derrière le massif des Maures. Pile en contrebas, l'oliveraie du Partégal imprime un vert différent au paysage. De là, part une belle rando sur la thématique de l'olivier (à lire en fiche rando en page 79).

Reste un tronçon symbolique : la montée sur le Coudon (702 m) par la face nord. Il se dresse, massif, au-dessus de la végétation, surmonté d'antennes et d'installations militaires. Il faut donc repartir dans les feuillus avant de parvenir à une partie plus pierreuse. En suivant un peu la crête, on tombe vite sur les tables d'orientation qui rendent compte du chemin parcouru. Depuis les Aiguilles de Valbelle au Coudon, la vallée de Gapeau a révélé toute sa diversité aux marcheurs.

Pas question de s'avancer plus avant sur les terrains militaires, il est préférable de replonger dans la végétation pour rejoindre le col. Ne reste qu'à voir la chapelle Note-Dame du Deffens avant de revenir à Solliès-Ville.

Depuis le Mont Coudon, la vue sur le littoral est imprenable.

L'olive de Belgentier

Au cœur de la commune de Belgentier, la coopérative oléicole La Belgentiéroise porte bien ses 90 ans.

Les producteurs locaux lui confient leur récolte, dont la variété locale, la Belgentiéroise, une olive de table verte et à la chair ferme. Une partie part dans la saumure pour agrémenter les apéros, l'autre se transforme en huile après avoir été effeuillée, dénoyautée, broyée, filtrée et enfin embouteillée. « *Les meilleures huiles sont issues de mélanges de variétés pour avoir plus de saveurs, comme les assemblages pour les vins* », explique Jacques Rey, administrateur et ancien président de la coopérative.

Les visiteurs peuvent découvrir le moulin lors des journées portes ouvertes en été. Sinon, la boutique est toujours accessible.

A noter que l'AOC huile d'olive de Provence couvre les cinq communes de la vallée.

Vallée du Gapeau - Pratique

Se renseigner : Office de Tourisme Intercommunal de la Vallée du Gapeau, Le château, 1 rue République à Solliès-Pont, 04 94 28 92 35 valleegapeau-tourisme@ccvg.fr, www.valleegapeau-tourisme.fr
Le topo Siou Blanc y est distribué et l'office propose des sorties thématiques sur la nature (en forêt, sur le Coudon, ou une balade sur "la fleur provençale et ses usages"), le patrimoine et le terroir.
De juin à septembre, la préfecture du Var réglemente l'accès aux massifs en raison des risques d'incendie. La carte est publiée chaque jour sur www.var.gouv.fr et est affichée à l'office de tourisme.
Différentes sociétés de chasse sont présentes sur le territoire. Entre septembre et février, prendre connaissance des panneaux.

Où dormir
Le Relais du Gapeau, gîtes et locations à Solliès-Toucas, avec la marque Valeurs Parc naturel régional (lerelaisdugapeau.fr). Sur son blog, Magalie Chapus met des idées de balades et d'escapades.

Se restaurer : passer commandes auprès www.matambouilleenvadrouille.com (livraison gratuite sur Solliès-Toucas), parfait pour glisser dans son sac à dos !

A voir : écomusée de la vallée du Gapeau ; la Maison du patrimoine à Belgentier (sur RDV) pour découvrir trois espaces dédiés à Peiresc, à l'eau et aux objets de la vie quotidienne.
Les deux musées de Solliès-Ville : celui dédié à l'écrivain *Jean Aicard* et celui du vêtement provençal. Leur visite guidée peut se coupler avec un passage par l'église. En été, ne pas louper le festival de BD.

A faire : la vallée du Gapeau regorge de sentiers encore non balisés, le mieux pour les découvrir est de faire une sortie avec l'un des clubs de rando locaux, comme Les Mollets d'acier à Solliès-Toucas, le Godillot gourmand à Solliès-Ville, *Leï Draïoun* à Solliès-Pont et Les Randonneurs Craurrois.