

## Cap Sicié et forêt de Janas depuis la maison Forestière

### Itinéraire

Cap Sicié et forêt de Janas depuis la maison Forestière est une randonnée de 15 km et 850 m. Elle commence sur le parking de la Maison forestière de la Forêt de Janas. Forêt qui est parcourue par de nombreux chemins et sentiers. Les vôtres mènent au sommet où est érigé le sanctuaire de Notre-Dame-du-Mai. Ils y arrivent après avoir traversé une partie très peu parcourue de la Forêt de Janas. Un sentier en balcon dans un environnement géologiquement schisteux. Et un belvédère où on distingue encore les restes d'une ancienne batterie. Vous continuerez plein Est en direction du Sémaphore du Cap Sicié. Puis vous descendrez en direction du Monte-charge du poste photoélectrique du Cap Sicié. Le retour se fera en balcon en suivant les Pointes de Jonquiers et de Malpasset. Avant de remonter sur la Corniche varoise. Avant de retourner dans la Forêt de Janas pour terminer la boucle.

### Itinéraire routier vers le départ de la rando

D'Aix-en-Provence, prendre l'Autoroute A8 A51 Fréjus-Saint-Raphaël Aubagne Toulon. Puis A52 Toulon Aubagne, jusqu'à sortie 13 Six-Fours-les-Plages, La Seyne-sur-Mer, Ollioules. Continuer sur D 26 direction La Seyne-sur-Mer-Centre Six-Fours-les-Plages. Continuer D26 jusqu'à D 559. Passer 5 rond-point puis tourner à gauche sur D16 (Avenue Audibert). Passer 3 Rond-point puis tourner à droite sur Route de Janas. Rouler jusqu'au parking du Camping Huttopia.

### Départ pour une boucle intégrale : Cap Sicié et forêt de Janas depuis la maison Forestière

#### Du Parking à la Route Forestière Corniche Varoise

Du parking, prendre plein Ouest une piste de sable rose. Marcher 900 m jusqu'à un carrefour de chemin et de piste. Descendre à gauche sur un petit sentier dans une végétation serrée. Il coupe la boucle de la piste et y revient pour la traverser. Prendre à gauche le sentier qui suit la piste de près. Puis la rejoint et après 150 m, la quitte à nouveau à gauche. De là, l'itinéraire continue sur 400 m plein Ouest. Puis au niveau d'une dalle rocheuse rose inclinée, il se réoriente plein Sud. Vous êtes au coeur de la Forêt de Janas. Une grande diversité d'arbre et de plante jalonnent le parcours. Le sentier monte et descend sur un sol rocheux. Les points hauts avec vue vers la mer commencent à être nombreux. Après 1.9 km vous rencontrez une piste. La prendre à gauche jusqu'à la route Forestière.

## Entre la Corniche Varoise et le Sentier du Littoral du Cap Sicié

Traverser la Route pour prendre un sentier qui monte en forêt. Il va rencontrer plusieurs passages en rocher schisteux stratifiés. Puis après 350 m traverser un carrefour de sentiers. Prendre à gauche et quitter le sentier balisé jaune. Cette variante moins connue vaut vraiment le coup. Elle évolue plein Sud et en balcon. La végétation basse y est composée de nombreuses variétés de fleurs qui explosent en ce mois de Mai. La vue sur la mer y est permanente. Puis dans une boucle à droite, le sentier arrive au pied d'un beau rocher isolé. C'est un belvédère sur la mer à l'Ouest et sur la crête du Cap Sicié. De là le sentier descend et la variante se termine pour retrouver le chemin balisé jaune. Continuer à gauche et dans une large boucle monter en forêt pour commencer l'itinéraire sur le Sentier du Littoral du Cap Sicié.

### Sentier du Littoral du Cap Sicié et sentier parallèle

A la sortie de la boucle, le sentier du Littoral s'oriente plein Est. Il progresse sur 300 m dans une pinède claire qui permet la vue sur la mer. Sur cette crête du Massif du Cap Sicié, les pins sont déformés. N'étant pas à l'abri du mistral, ils ont pris des formes surprenantes. Après 300 m vous arrivez sur une fourche. Le sentier de gauche est le jaune officiel. Un panneau indique que celui de droite n'est plus entretenu. Mais c'est celui que nous avons choisi. Il est plus près de l'eau, plus escarpé et le terrain y est érodé par l'action du vent et de la mer. La végétation y est spécifique aux zones exposées aux embruns maritimes. Puis après 1.5 km le sentier monte sur un belvédère situé au-dessus de l'ancienne batterie de la Pointe du Cap Vieux.

### Du belvédère à La chapelle de Notre-Dame-du-Mai

Sur le belvédère, un sentier descend dans les rochers jusqu'à une plateforme. Là se trouvent les restes d'une batterie militaire. Elle date du 18<sup>ème</sup> siècle. Il n'en reste plus qu'un gros mur derrière lequel étaient placés les canons. Remonter par le sentier emprunté à la descente. Là plusieurs sentiers semblent monter vers la chapelle. Mais ils se rejoignent souvent. Il vous faudra monter 200 m de dénivelé sur une forte inclinaison. Le sentier y est bien marqué et se termine sur un chaos de rocher facilement franchissable. Il débouche sur le Sentier du Littoral balisé jaune. L'emprunter à droite et sur 150 m jusqu'à la route goudronnée qui monte à partir de la D 2816 ou Corniche Varoise. Marcher 150 m sur l'asphalte avant d'arriver devant Notre-Dame-du-Mai

### Notre-Dame-du-Mai: sommet du massif du Cap Sicié

La chapelle est située au point culminant du massif du Cap-Sicié, sur la commune de Six-Fours-les-Plages. C'est un belvédère sur les îles d'Hyères, sur la presqu'île de Giens et sur la rade de Toulon. Au Nord s'étalent la chaîne du Mont Faron, le Mont Caume, le Baou de Quatre Ouro et le Gros Cerveau. A l'intérieur Plusieurs centaines d'ex-voto y sont exposés. Ils viennent témoigner de la reconnaissance des croyants pour Notre-Dame-du-Mai.

## De Notre-Dame-du-Mai à la pointe du Cap Sicié

Sous le parvis de Notre-Dame-du-Mai, un sentier descend aussitôt plein Est. C'est Sentier du Littoral du Cap Sicié. Il progresse parallèlement à la route goudronnée jusqu'à la toucher. De là, il s'en en écarte à droite et continue en crête. Après 400 m parsemé de passages en rocher, il arrive au niveau de l'ancien Sémaphore du Cap Sicié. Ce Sémaphore qui surplombe le Cap Sicié était un site de garde stratégique. Au XIV<sup>ème</sup> siècle, il permettait de surveiller la côte, dont l'approche de navires ennemis en temps de guerre. Sous les ruines, un sentier descend de suite plein Sud. Bien marqué au début, il vous faudra rester vigilant pour ne pas le perdre. Après quelques lacets il progresse plein Est en Balcon. Puis retrouve une direction plein Sud, franchit d'anciennes marche d'escaliers et arrive devant les ruines de la pointe du Cap Sicié.

### Sémaphore du Cap Sicié

Ces installations militaires construites sur la pointe du Cap Sicié, étaient dotées d'un phare orientable. Elles soutenaient une batterie de canon et étaient alimentées par un générateur électrique. Le bâtiment supérieur abritait l'usine électrique. Mais également du carburant et un générateur. Dans la tour du bas se trouvaient l'abri de jour du projecteur et l'abri de combat.

### Retour du Cap Sicié

### Du Cap Sicié à la Corniche Varoise

L'itinéraire de retour revient en arrière jusqu'au bâtiment supérieur. Puis descend à droite pour longer les falaises de la Grande Pointe des Jonquiers. Un moment le sentier progresse sur une vire très peu large sur un sol délité. La roche est composée d'écaillés grises beaucoup plus fines, précurseur de problèmes d'érosion. Une porte fermée a été installée en 2010 pour inciter les randonneurs à ne pas passer. Elle a été depuis, maintes fois contournée et le sentier reste toujours bien marqué. Après avoir contourné la falaise, le sentier retrouve plus de largeur sur un sol plus stable. Il va continuer plein Nord en suivant en balcon la côte sur un sentier balisé jaune. Après le passage de la deuxième porte, le sentier devient chemin. Après 500 m il monte à gauche et débouche sur l'asphalte de la Corniche Varoise.

### De la Corniche Varoise au parking de départ

A la sortie sur la route, vous devrez tourner à droite pour suivre un sentier aménagé en bord de route. Il est balisé jaune et progresse sur 700 m avant de traverser la route à gauche. De là une large piste monte doucement NO. Après 1.4 m, vous devrez la quitter pour un petit chemin à droite qui descend en forêt. Il arrive devant un parc d'attraction qui faut contourner pour rallier le parking de départ.

<https://www.tourisme-ouestvar.com/chapelle-notre-dame-du-mai-six-fours-les-plages.html>