

RANDONNÉE PÉDESTRE

Littoral

La Côte d'Azur, cela représente dans les Alpes-Maritimes un linéaire total de 185 km en bordure de mer occupé bien sûr par les grandes villes mais aussi par quelques portions de sentier littoral dont le cumul fait apparaître un total de 24 km.



SITUATION GÉOGRAPHIQUE DES RANDONNÉES DU PAYS CÔTIER



-  Littoral
  Pays grassois
-  Pays cannois
  Pays mentonnais
-  Pays niçois
  Pays vençois

A noter : Cette carte situe les randonnées dans le département à titre indicatif et de manière approximative. Elle n'a pas pour but de géolocaliser précisément les emplacements des balises de départ des randonnées.

Fiches détaillées des randonnées

Tour du cap Martin



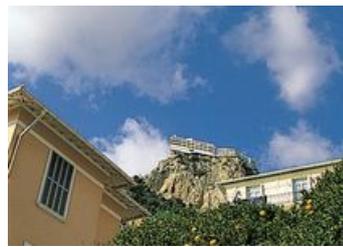
Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Roquebrune-Cap Martin, gare ferroviaire de Carnolès

Château de Roquebrune



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Roquebrune-Cap-Martin, gare ferroviaire de Roquebrune

Circuit de Bon Voyage



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Roquebrune-Cap-Martin, gare ferroviaire de Roquebrune

Sentier de Cap d'Ail



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Cap d'Ail, parking de la plage Marquet

Tour du cap Ferrat



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Saint-Jean-Cap-Ferrat, port de plaisance

Isthme de Saint-Jean



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Beaulieu-sur-Mer, casino du bord de mer

Pointe Saint-Hospice

Circuit de la Rade

Circuit du mont Alban



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Saint-Jean-Cap Ferrat, port de plaisance

Tour du mont Boron



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Villefranche-sur-Mer, vieille ville (citadelle)

Tour du cap d'Antibes



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Villefranche-sur-Mer, parking de la Citadelle

Châteaux de La Napoule



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Nice-centre, port de commerce (plage de la Réserve)

Circuit de l'Aiguille



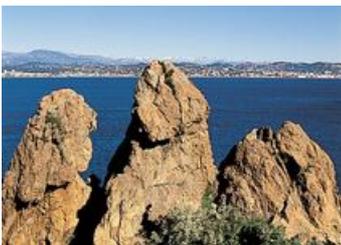
Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de la presqu'île du cap d'Antibes, plage de la Garoupe

Circuit de l'Esquillon



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Mandelieu-La Napoule, port de plaisance

Ile Sainte-Marguerite



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Théoule-sur-Mer, centre-ville (esplanade Charles de Gaulle)

Ile Saint-Honorat



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Miramar, parking du col de l'Esquillon (105 m)



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au départ de Cannes, île Sainte-Marguerite (débarcadère)



Randonnée pédestre - Pays côtier : Au
départ de Cannes, île Saint-Honorat
(débarcadère)



RANDONNÉES PÉDESTRES DANS LE PAYS CÔTIER PAR SECTEUR

Découvrez les randonnées pédestres proposées dans les différents secteurs géographiques du pays côtier des Alpes-Maritimes.

> [Pays mentonnais](#)

> [Pays niçois](#)

> [Pays vençois](#)

> [Pays grassois](#)

> [Pays cannois](#)

> [Littoral](#)

DES CAPS AUX ÎLES

La Côte d'Azur, cela représente dans les Alpes-Maritimes un linéaire total de 185 km en bordure de mer occupé bien sûr par les grandes villes telles Cannes, Antibes, Nice ou Menton, par les ports de plaisance, les marinas, les plages aménagées, les viabilités routières ou ferroviaires, mais aussi pour le plus grand plaisir des promeneurs, par quelques portions de sentier littoral dont le cumul fait apparaître un total de 24 km répartis entre l'Estérel et la frontière italienne, sans compter le pourtour des îles de Lérins.

L'historique du sentier littoral reporte à 1932, date d'adoption par le Département d'un programme complet d'équipement pédestre intéressant la Côte d'Azur entre 1933 et 1936, ce qui démontre l'intérêt que portait déjà à l'époque l'Assemblée départementale aux itinéraires de promenades côtières. Un programme d'entretien détaillé a ensuite été élaboré et voté en 1938 pour préciser et recadrer cette politique ambitieuse : c'est ainsi qu'ont été ouvertes des brèches dans les divers ouvrages (clôtures, grilles, barbelés, murs, etc.) qu'avaient édifiés les riverains sur le "sentier des Douaniers" afin de protéger leurs propriétés privées des intrusions.

On peut aujourd'hui longer la Méditerranée au cours de magnifiques promenades en milieu naturel se déroulant le long des caps sur des sentiers tour à tour tortueux et étroits ou larges et confortables.

L'originalité d'un relief abrupt avec des falaises à-pics tombant véritablement dans des anses secrètes ou des criques profondes rend parfois la progression délicate, ce qui accentue l'impression de dépaysement à quelques lieues seulement de la mégalopole côtière et du maëlstrom urbain.

De la pointe de l'Aiguille au cap Martin en passant par les rochers des Pendus, le cap d'Antibes, le cap de Nice, le cap Ferrat ou le cap d'Ail, ces promenades d'anthologie au fil de l'eau dévoilent toute la splendeur de sites mondialement appréciés. Les îles de Lérins, fleuron de la baie cannoise, complètent la qualité incomparable des parcours pédestres littoraux où il fera bon se balader de septembre à juin, étant entendu que les mois de juillet et d'août, en raison de la chaleur et de la fréquentation touristique, ne se prêtent pas vraiment à la pratique sereine de la marche à pied.

