

La randonnée au Cap Roux, Massif de l'Esterel - Saint-Raphael

Le départ

Nous nous sommes donnés rendez-vous au parking de la Pointe de l'Observatoire, le long de la D559/Route de Saint-Barthélémy, en bord de mer. La Pointe de l'Observatoire est répertoriée sur [Google Maps](#), n'hésitez pas à repérer le lieu avant d'y aller, ça peut être pratique .

La randonnée

1 - À partir du parking de la Pointe de l'Observatoire, il suffit de traverser la route et de remonter sur quelques mètres pour emprunter le chemin qui part sur la droite (celui-ci est interdit aux voitures et une barrière y empêche tout accès).

2 - Restez sur cette route jusqu'au virage en épingle, lorsque le rocher de Saint-Barthélémy se trouvera sur votre gauche.

3 - À partir de là, prenez le sentier rocailleux qui monte sur votre droite.

4 - Le sentier grimpe jusqu'au Col du Saint-Pilon, mais quelques mètres avant le col, prenez un autre sentier qui part à droite, presque en parallèle à celui par lequel vous êtes arrivés. Montez jusqu'au Col du Cap Roux d'abord puis continuez de monter sur 400 mètres environ, jusqu'à arriver au Pic du Cap Roux. Au Pic du Cap Roux, vous trouverez une très belle table d'orientation à 360° accompagnée de la vue à 360° sur toute la baie de Saint-Raphaël, Saint-Tropez (au très loin), Cap d'Antibes, mais aussi sur le massif du Mercantour, la vallée de la Vésubie et les montagnes du haut-Var.

5 - Depuis le Pic du Cap Roux, redescendez sur quelques mètres par là où vous êtes montés puis prenez le premier sentier qui part sur la gauche. Vous allez passer sur le versant Est/Nord-Est du Massif et vous suivrez le sentier qui tourne autour du Pic.

6 - Lorsque vous aurez perdu un peu d'altitude, il y aura un sentier qui monte sur votre gauche. Vous pouvez l'emprunter (aller-retour d'une vingtaine de minutes) pour aller découvrir la grotte de Saint-Honorat (le moine qui a donné son nom à l'île de Saint-Honorat à Cannes).

6' - Si vous ne montez pas jusque-là (si vous y aller, revenez simplement sur vos pas), continuez de descendre jusqu'à la source de la Sainte-Baume.

7 - Puis il faudra reprendre le sentier à gauche qui remonte et continuer toujours tout droit pour rejoindre le Col du Saint-Pilon.

8 - Au col, prenez le sentier qui part sur votre gauche lorsque vous êtes face à la mer. Puis à droite à l'embranchement, vous retrouverez le chemin que vous avez pris à l'aller. Vous n'avez plus qu'à redescendre jusqu'au rocher de Saint-Barthélémy pour emprunter la route interdite aux véhicules motorisés qui redescend jusqu'au point de départ.

Variante sur la fin

9 - À 1 km après le rocher de Saint-Barthélémy se trouve un sentier sur votre gauche (vous verrez un panneau de signalisation rouge et blanc avec un petit panneau jaune interdisant l'accès aux VTT), empruntez ce sentier puis tournez à droite à la première bifurcation, vous rejoindrez à nouveau la route interdite aux motorisés.

10 - Quelques mètres de plus et vous serez au point de départ.

Infos pratiques randonnée autour du Pic du Cap Roux

- Durée estimée : entre 2h30 et 3h30 (suivant les pauses et le passage par la grotte de Saint-Honorat)
- Distance : 11 km
- Dénivelé positif : 796 mètres
- Dénivelé négatif : 796 mètres
- Difficulté : facile
- Point de départ et d'arrivée : Parking de la Pointe de l'Observatoire

[VOIR LA CARTE DE LA RANDONNÉE](#)