

Au fil du fleuve Var

Autour du lac du Broc

Proche du littoral, ce parcours sécurisé et accessible aux plus jeunes, vous révèle des aspects méconnus du fleuve Var et de son affluent l'Estéron.

À proximité de la zone industrielle, vous pénétrez dans un Parc Naturel Départemental, mêlant espaces sauvages et empreintes de l'action humaine pour endiguer les caprices du fleuve et utiliser son énergie.

La première section de l'itinéraire, à faire en VTT, propose le tour du lac du Broc par une piste en terre. La seconde, sur piste cyclable, permet de longer les berges du Var jusqu'au pont Charles-Albert.

Départ à partir du parking du lac du Broc ou de celui du pont Charles-Albert.



Se rendre au lac du Broc

Depuis Nice, empruntez la RM 6202 puis la RM 6202 bis jusqu'à l'entrée du Parc Naturel Départemental. Une aire de stationnement se situe au sud du parc (15 mn depuis l'aéroport). Pour le parking nord, suivez la RM 6202 en direction de Plan-du-Var et de Digne jusqu'au pont Charles-Albert. Traversez alors le Var et rejoignez l'aire de stationnement à gauche après le rond-point.



Vous êtes dans un espace protégé

Le parc naturel départemental du lac du Broc ! Préservez cet environnement exceptionnel. www.cg06.fr

Sécurité : bien s'équiper, bien s'informer...

Choix du circuit adapté • État des vélos • Trousse de réparation • Météo • Casque • Boisson et nourriture • Vêtements adaptés • Respectez le code de la route



Certains circuits proposés par « Les Alpes-Maritimes à vélo » peuvent vous amener à emprunter des routes fréquentées. Vous devez, en tous moments, faire preuve de la plus grande prudence !

Numéro d'urgence européen : 112

Pensez à prévenir votre entourage de votre randonnée

Les points accueil « Alpes-Maritimes à vélo »

Il s'agit de professionnels du tourisme engagés dans une charte départementale d'accueil des visiteurs à vélo, qui mettent à votre disposition de l'information et des services adaptés à votre balade. *En savoir plus : www.cg06.fr - Rubrique « Envie d'Alpes-Maritimes - Découverte touristique - Envie de balade à vélo - Alpes-Maritimes à vélo ».*

En savoir plus !

Retrouvez toutes les Balades famille et les itinéraires des Alpes-Maritimes à vélo

Conseil général des Alpes-Maritimes
www.cg06.fr

Sur les randonnées (pédestre, VTT, canyoning)
www.randoxygene.org

Sur les hébergements, activités, guides, etc.
Comité Régional du Tourisme Riviera Côte d'Azur
www.cotedazur-tourisme.com

Les Alpes-Maritimes à Vélo!



Tous vélos

+ 6 ans

 6,6 km

 30 m

 1 h 30

BALADE FAMILLE N° 3

AU FIL DU FLEUVE VAR

Along the River Var

Around the Lac du Broc

This cycle path is close to the sea, and is safe, secure and accessible for everyone, even the youngest children. It will show you the multiple aspects of the Var river and its tributary, the Estéron. Next to the industrial area, you will enter a local nature park, with wild spaces and signs of man's efforts to harness the river's caprices and use its hydroelectric power.

The first part of the itinerary consists of a tour of the Lac du Broc, along a trail. The second part runs along a cycle path, following the Var river to the Charles-Albert bridge.

The itinerary starts from the Lac du Broc car park or the car park at the Charles-Albert bridge.

Lungo il fiume Var

Intorno al lago del Broc

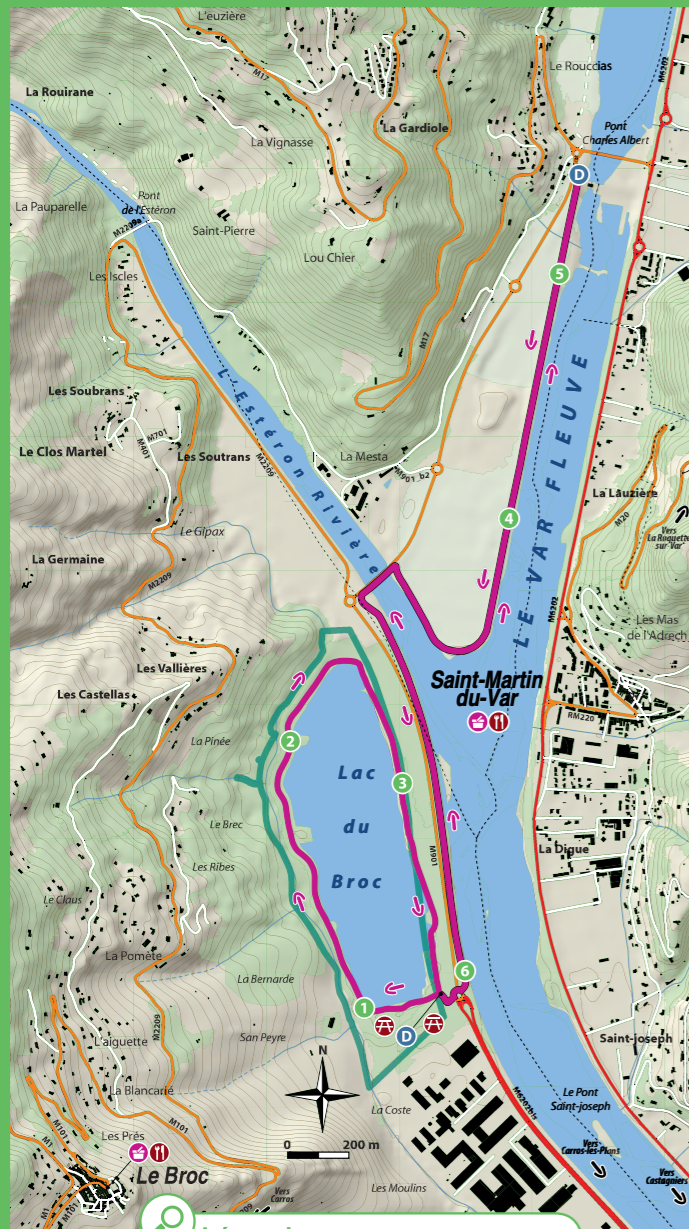
Vicino al litorale, questo percorso protetto e accessibile ai più piccoli, vi rivela aspetti ignorati del fiume Var e del suo affluente l'Estéron.

A prossimità della zona industriale, penetrerete nel Parco naturale dipartimentale, che intreccia spazi selvaggi e impronte dell'azione umana per contenere i capricci del fiume e utilizzarne l'energia.

La prima sezione dell'itinerario propone il giro del lago del Broc su una pista in terra. La seconda sezione, su pista ciclabile, permette di costeggiare gli argini del Var fino al ponte Charles-Albert.

Partenza dal parcheggio del lago del Broc o dal parcheggio del ponte Charles-Albert.





Légende

- D Départ Parking
- 1 Point découverte
- Sens conseillé
- Route goudronnée
- Limite du Parc naturel départemental
- 🍴 Restaurant
- 🍷 Alimentation
- 🍽️ Table de pique-nique
- ♿️ Piste forestière



1 Plongez-vous dans l'histoire du lac du Broc

Aujourd'hui classé espace naturel départemental, ce lac de 22 ha, aux eaux pures et limpides, est une ancienne zone d'extraction de granulats (gravière). Alimenté par la nappe phréatique du Var et de son affluent l'Estéron, il est devenu le bonheur des pêcheurs, des promeneurs et des amoureux de la nature.

2 Observez la majesté des oiseaux

Apprenez à reconnaître crabier, sarcelle, aigrette, cigogne, avocette, héron, poule d'eau ou autre tadorne, sterne ou blongio. Un observatoire ornithologique panoramique vous donne la possibilité d'observer quelques-unes des 260 espèces d'oiseaux présentes au niveau de l'estuaire du Var (dont plus de 40 oiseaux migrateurs trouvant ici une halte salutaire).



3 Taquez un peu la truite ou le brochet

On peut trouver dans le lac truites, brochets, tanches, vairons, perches, gardons, ablettes, carpes et même des écrevisses. La pureté exceptionnelle de l'eau favorise le développement d'une population piscicole abondante et variée. Le lac est un lieu très prisé pour la pratique de la pêche, mais attention, il est impératif d'être muni d'une carte de pêche pour pouvoir pratiquer.

4 Imaginez un instant le fleuve comme une frontière

Imaginez-vous ici, il y a 250 ans... Souvent frontière entre la France et le Comté de Nice, le fleuve fut le théâtre de nombreux combats. Le passage entre Saint-Martin-du-Var et Le Broc, où un pont franchissait le fleuve, fut aussi le lieu de tous les commerces, source d'enrichissement pour les villages. L'activité de contrebande n'y était jamais totalement absente...



5 Apprenez à lire le paysage

Les premiers reliefs et flancs de montagnes sont constitués de conglomérats de galets arrondis, appelés poudingues. Ils se sont déposés au Tertiaire, il y a entre 2 et 5 millions d'années, à une époque où le lit du Var constituait un vaste delta situé à plusieurs centaines de mètres au-dessus de son altitude actuelle... Depuis, il s'est progressivement encaissé, notamment durant les périodes glaciaires, mettant à jour ces formations géologiques.



6 Retrouvez les traces des crues

On peut encore observer ici les traces de la crue du 5 novembre 1994. Elle provoqua d'importants dégâts tout au long du parcours du fleuve où l'eau inonda le centre administratif et l'aéroport. Ce fut le plus fort débit jamais enregistré (3 770 m³/s) pour ce fleuve aux colères aussi violentes que soudaines.

Remontez jusqu'à l'origine des digues

Pour dompter les caprices du fleuve, la partie finale du Var fut progressivement endiguée à partir de 1845. Cela a permis le développement du village de Plan-du-Var et l'urbanisation de la plaine, de l'agriculture (notamment l'horticulture) et de l'exploitation des gravières. L'endiguement réduisit également les zones insalubres, où sévissaient de nombreuses maladies.



Insolite

Le Var est un fleuve torrentiel de régime méditerranéen. Lors de la période d'étiage (en été et en hiver) son débit est extrêmement faible, alors qu'à la fonte des neiges et durant les pluies d'automne, il peut entrer en crue de façon soudaine.

Que faire dans les environs ?

Ne manquez pas de visiter les villages perchés alentours d'origines médiévales, vous offrant un panorama inégalé sur la plaine du Var.



Pour les plus courageux, allez visiter le village du Broc à pied. Un chemin partant du bord du lac vous permet de l'atteindre en 1 h 30 environ, puis de redescendre par le petit hameau d'Aiguette et retrouver ainsi l'extrémité nord du lac (carte TOP 25 – IGN – 3642 ET). Profitez de sa belle place à arcades et empruntez ses ruelles et petits passages voûtés (10 mn en voiture).

Après votre promenade à vélo, l'aire de fitness du lac du Broc vous permet d'améliorer votre condition physique.

Chaque été, le Conseil général propose des animations autour de la pêche et de l'observation des oiseaux pour découvrir l'environnement du lac du Broc. Informations et programme auprès de la Maison de la Nature sur www.cg06.fr.

N'oubliez pas vos jumelles !

Services pratiques

Attention : la baignade dans le lac est interdite !

Autour du lac, vous trouverez :

- Parking gratuit ;
- Aires de pique-nique ;
- Sanitaires et point d'eau à l'entrée du parc ;
- Sentier accessible aux personnes à mobilité réduite.

À proximité, vous trouverez :

- Hébergements, restauration et commerces au village ;
- Boulangerie au pont Charles-Albert (sur la RM 6202).



Cet itinéraire est accessible avec une joëlette.

