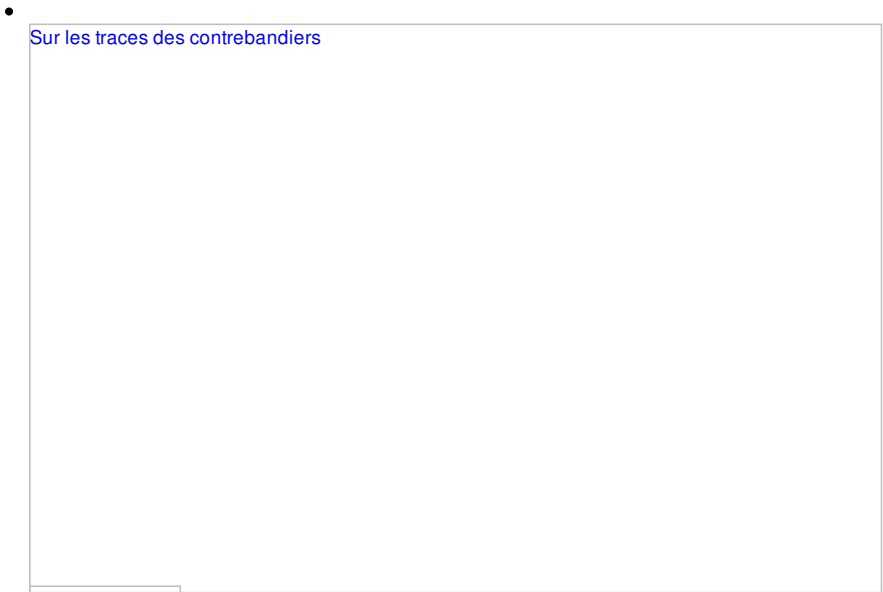




Sentier du littoral

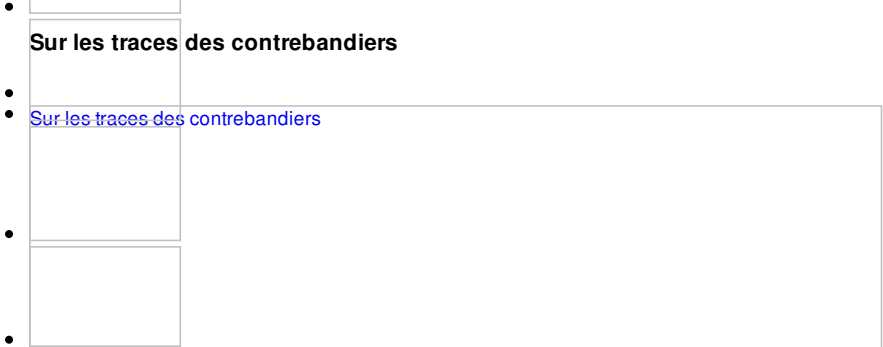
## Sur les traces des contrebandiers

Accessible à tous, il présente cependant quelques passages délicats où les personnes âgées et les jeunes enfants auront besoin d'aide.



[1]

### Sur les traces des contrebandiers



## Tour Royale - Anse Magaud

### Intérêt du circuit

Accroché à la falaise, ce sentier offre l'une des plus belles vues sur la Rade de Toulon, la Presqu'île de Giens, le Cap de Carqueiranne et Saint-Mandrier-sur-Mer.

Itinéraire

Départ de la Tour Royale. Nos ancêtres toulonnais du XVI<sup>e</sup> siècle y ont édifié la Grosse Tour (1514-1524), appelée aussi Tour Royale, premier ouvrage de défense du port, première tour à canons construite en bord de rade.

- 1 Elle fut célèbre par sa piètre résistance aux Impériaux en 1525, ses sinistres cachots, sa plate-forme embellie par le souvenir de la générale Bonaparte venue saluer le départ de son époux pour l'Égypte en 1798. Demandée par la population toulonnaise, alarmée de voir son port de commerce sans cesse ouvert aux flottes ennemies, la construction de la Tour Royale démarre en 1514 sur les ordres de Louis XII et est terminée en 1524 par l'ingénieur italien De La Porta.

### Sur les traces des contrebandiers

- 2 En cheminant de crique en crique, rejoignez la plage de la Mitre qui vous surprendra avec son rocher en forme de pain de sucre sculpté par la mer. Cette plage de sable et graviers accueille en été un poste de secours pour votre sécurité si un bain vous tente.

- 3 Arrêtez-vous à une table d'orientation qui évoque l'évolution de la rade au cours des siècles. Peut-être croiserez-vous le regard des paquebots se dirigeant vers l'île de beauté. Ce belvédère offre un remarquable panorama sur la charmante presqu'île de Saint-Mandrier mais également sur le Cap de Carqueiranne, sur la pointe d'Escampo-Barriou à Giens, et enfin sur la Batterie de la Croix des Signaux à Saint-Mandrier-sur-Mer.

Le sentier vous mènera jusqu'au Port Saint-Louis, qui rassemble de nombreux pointus et tartanes, embarcations typiques de la région. Tous les matins, les « petits métiers », ces bateaux de 3 à 15 m de long reviennent chargés de poissons.

Les pêcheurs proposent leurs produits de la pêche devant de jolis cabanons multicolores qui enluminent le Quai Bellerive. Le fruit de leur pêche est en vente vers 10h, rascasses, loups, girelles...

Arrivé au Fort Saint-Louis, deux possibilités s'offrent à vous :

4

- Pendant la belle saison nous vous suggérons de prendre la promenade ombragée Henri Fabre pour rejoindre l'Anse Tabarly et reprendre le sentier du littoral.

- En dehors de la période estivale, longez le bord de mer jusqu'à la dernière anse qui rejoint le sentier du littoral et qui accueille l'école municipale de voile, le club de pirogues, et le Yacht Club de Toulon. Le sentier suit la plage le long de l'école municipale de voile et de la propriété du Petit Bois, Espace Naturel Sensible Départemental.

S'élever progressivement au-dessus de la falaise. Vous arriverez à un belvédère où trois tables d'interprétation vous attendent. Des récits sur les personnages célèbres de la région vous seront relatés. Vous longerez de jolies criques à l'eau transparente.

## 5 Vous emprunterez un escalier menant à la Corniche Charles-de-Gaulle afin de contourner les éboulements au droit de la résidence du Cap Brun, ainsi que de part et d'autre de la plage du vieux moulin. L'itinéraire fléché vous conduira par le chemin de la Batterie Basse en direction de l'anse Méjean.

Ce sentier arrive sur un petit parking qui marque la fin du sentier du littoral.

Mais la balade ne s'arrête pas là !

Nous vous proposons de poursuivre la randonnée jusqu'à l'Anse Magaud en passant par l'Anse Méjean, deux sites incontournables, qui ont su conserver un charme désuet.

## 6 Du parking de la Batterie Basse vous poursuivrez en passant sous un petit tunnel qui débouche sur l'Anse Méjean. Vous serez agréablement surpris par ce superbe petit port de pêche où les cabanons, maisons de pêcheur blanches aux volets bleus rappellent quelque peu l'ambiance de la plage dans les années 1930.

Après cette petite halte vous pourrez rejoindre l'Anse Magaud. Au bout de l'Anse Méjean vous emprunterez sur votre gauche un chemin entre deux murs, puis au niveau du N° 367 vous tournerez à droite.

## 7 Sur les traces des contrebandiers

Descendre un petit chemin qui chemine jusqu'à l'Anse Magaud. Un restaurant pourra vous proposer quelques spécialités de poissons de Méditerranée. Un petit conseil, à la belle saison, pensez à réserver !

### Sur les traces des contrebandiers

## 8 Remontez sur une petite route goudronnée pour rejoindre la Corniche Charles de Gaulle bordée de belles villas de ce quartier tranquille jusqu'au point de départ du port Saint-Louis.

### Sur les traces des contrebandiers

## Infos pratiques

Durée

4h00 A/R

Difficulté

Très facile

S'équiper

Bonnes chaussures

Appareil photo

Cartes conseillées

1/25000 - n°3346 OT

Distance

11 km A/R

Dénivelé

30 m

À ne pas manquer

Une halte sur la plage pour un pique-nique au bord de l'eau ou un déjeuner en terrasse à l'ombre des cannisses sera le bienvenu !

Bon à savoir

### Sur les traces des contrebandiers

Après avoir rempli votre panier de ces délicieux poissons voici la recette de la soupe de poisson :

### Sur les traces des contrebandiers

- 1,5 kg d'assortiments de poissons de roche écaillés et vidés (rascasse, saint-pierre, lotte, congre, vive...),

- 3 oignons,

- 2,5 cl d'huile d'olive,

- 3 grosses tomates,

- 3 gousses d'ail,

- 40 cl de vin blanc sec,

- 2 blancs de poireaux,

- thym, laurier, sel, poivre,

- 1 g de safran.

Faire suer les oignons et les poireaux émincés dans l'huile d'olive avec les têtes de poissons.

Ajouter l'ail pilé et les tomates, laisser mijoter 5 mn.

Ajouter ensuite les poissons coupés en tronçons, le vin blanc et les aromates (sauf le safran), mélanger vivement et laisser mijoter 15 mn.

Mouiller à l'eau froide, saler légèrement et laisser cuire à grande ébullition 30 mn. Retirer les aromates, les têtes de poissons et mixer la soupe, la passer au chinois en pressant fortement pour extraire tous les sucs. Remettre sur le feu. Faire bouillir doucement, ajouter le safran et rectifier l'assaisonnement.

Servir avec des croûtons frottés d'ail, du gruyère râpé et de la rouille.

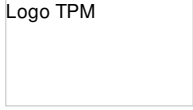
## Accès

Autre

Point de départ : Plage du Mourillon, Port Saint-Louis, Quai Bellerive Point d'arrivée : Anse Magaud Allez-y en bus... Avec les lignes le long du littoral (3,6 et 23)

tout le parcours est jalonné d'arrêts, avec des passages de bus toutes les 10 minutes. (Hors dimanche : toutes les 20 minutes)

Logo TPM



## Toulon Provence Méditerranée

### Hôtel de la Métropole

107 Boulevard Henri Fabre - CS 30536

83041 TOULON Cedex 09

Tél. : +33 (0)4 94 93 83 00

E-mail : [contact@metropoletpm.fr](mailto:contact@metropoletpm.fr)

Accueil du lundi au vendredi 8h - 18h

- [\\ ACCUEIL](#)
- [\\ MENTIONS LEGALES](#)
- [\\ PLAN DU SITE](#)
- [\\ CONTACT PRESSE](#)
  
- [\\ MÉDIATHÈQUE](#)
- [\\ PRESSE](#)
- [\\ NOUS REJOINDRE](#)
- [\\ LOGOS METROPOLE](#)

Suivez votre métropole :

--	--	--	--

---

**URL source:** <https://www.metropoletpm.fr/tpm/balade/traces-contrebandiers>

#### Liens:

[1] [https://www.metropoletpm.fr/sites/new.tpm-agglo.fr/files/styles/contenu/public/ctimport/balade/sur-les-traces-des-contrebandiers\\_1.jpg?itok=cXIQXQwy](https://www.metropoletpm.fr/sites/new.tpm-agglo.fr/files/styles/contenu/public/ctimport/balade/sur-les-traces-des-contrebandiers_1.jpg?itok=cXIQXQwy)

[2] [https://www.metropoletpm.fr/sites/new.tpm-agglo.fr/files/styles/contenu/public/ctimport/balade/sur-les-traces-des-contrebandiers\\_2.jpg?itok=FwdhnQw](https://www.metropoletpm.fr/sites/new.tpm-agglo.fr/files/styles/contenu/public/ctimport/balade/sur-les-traces-des-contrebandiers_2.jpg?itok=FwdhnQw)

[3] [https://www.metropoletpm.fr/sites/new.tpm-agglo.fr/files/styles/contenu/public/ctimport/balade/sur-les-traces-des-contrebandiers\\_3.jpg?itok=FYfgtrMB](https://www.metropoletpm.fr/sites/new.tpm-agglo.fr/files/styles/contenu/public/ctimport/balade/sur-les-traces-des-contrebandiers_3.jpg?itok=FYfgtrMB)

[4] [https://www.metropoletpm.fr/sites/new.tpm-agglo.fr/files/styles/contenu/public/ctimport/balade/sur-les-traces-des-contrebandiers\\_4.jpg?itok=BzSej-u\\_](https://www.metropoletpm.fr/sites/new.tpm-agglo.fr/files/styles/contenu/public/ctimport/balade/sur-les-traces-des-contrebandiers_4.jpg?itok=BzSej-u_)