



LE MATÉRIEL NÉCESSAIRE | THE NECESSARY EQUIPMENT |

 Masque obligatoire (pour profiter du spectacle des poissons !)| *Mask obligatory (to make the most of the sight of the fish.)*

 Tuba et palmes fortement recommandés (pour évoluer en toute sécurité sur la totalité du parcours balisé)| *Snorkel and flippers strongly recommended (to take advantage of the trail in complete safety.)*

 Combinaison courte de type shorty conseillée en fonction de la température de l'eau (pour apprécier pleinement toute la promenade)| *Short wetsuit recommended depending on the water temperature (to appreciate the whole promenade.)*

 Plaquettes immergeables conseillées (disponibles dans les magasins de plongée, pour identifier les espèces et compléter les informations présentées sur les panneaux immergés)| *Diving information cards recommended (available in diving shops, to identify the species and complete the information on the boards.)*


LES RÈGLES DE SÉCURITÉ | SAFETY RULES |

 Vérifiez la météo (évités les jours de vent ou lorsque la mer est agitée)| *Check the weather forecast (avoid windy days or with rough sea.)*

 Prévenez toujours une personne restée à terre de votre destination et de la durée de votre activité
| Inform someone staying on land of where and how long you will be snorkelling. |


 Évitez de toucher aux organismes marins, certains peuvent être urticants ou venimeux
| Avoid touching marine organisms, some of them might be venomous or cause itching. |


LES COMPORTEMENTS RESPECTUEUX DU MILIEU

 Évitez de piétiner le lieu de mise à l'eau et de racler les fonds marins avec les palmes
| Do not trample the shore and try to avoid scraping the sea floor with the flippers. |

 Ne nourrissez pas les animaux | *Do not feed animals. |*

 Ne collectez pas d'organismes vivants (coquillages, oursins, etc.) | *Do not collect living organisms (shellfish, sea urchins, etc.) |*

 Évitez de retourner les pierres et ne dérangez pas les animaux marins | *Do not turn rocks or stones upside down and do not disturb marine life. |*

 Contribuez à maintenir les sites propres en ramassant les déchets trouvés sous l'eau | *Help to keep the sites clean and pick up waste found underwater. |*



Ne pas jeter sur la voie publique - Do not throw away on public highway. | © Photos : Florent Beau | 2022



DÉCOUVREZ NOS

Sentiers Marins

| DISCOVER OUR UNDERWATER TRAILS |



Plus d'infos ?
Scannez ce QR code



QU'EST-CE QU'UN SENTIER MARIN ?

| WHAT IS AN UNDERWATER TRAIL ? |

C'est un site propice à la découverte des paysages et de la vie marine depuis la surface. Librement accessible à toute personne sachant nager, il est souvent aménagé avec des bouées et des panneaux d'information présentant les espèces et leurs habitats.

| This is a site conducive to the discovery of seascapes and marine life from the surface of the water. It is freely accessible for all persons who can swim, it is often equipped with buoys and information boards that indicate the species. |

EN AUTONOMIE OU EN VISITE GUIDÉE

| INDEPENDENTLY OR GUIDED TOUR |

Décryptez les richesses de la vie marine et comprenez le fonctionnement de ces milieux de vie exceptionnels aux côtés de guides passionnés ! Tarif : 9€ par personne

| Discover the beauty of marine life and learn to understand this exceptional environment with the help of enthusiastic guides! |

1

Inscription en ligne



SENTIER MARIN DE LA POINTE DES SARDINAUX

| THE UNDERWATER TRAIL OF SARDINAUX POINT |

SAINTE-MAXIME

Visite guidée le vendredi

Lieu : Espace Naturel Sensible des Sardinaux

Accessibilité : à pied depuis la D559 (5 à 10 min)

Mise à l'eau : depuis la plage au pied de l'ancien bunker

Durée estimée : 1h à 1h30

Site exposé au vent d'Est

Place : Natural Area of Sardinaux

Accessibility : walk from D559 (10 mins)

Start : from the beach near the ancient bunker

Estimated length : 1h to 1h30

Exposed to the east wind



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION AUPRÈS DES OFFICES DE TOURISME

| INFORMATION AND BOOKING AT THE TOURIST OFFICES |



Renseignements

04 94 55 75 55



Renseignements

04 98 12 64 00

2

Inscription en ligne



SENTIER MARIN DE PAMPELONNE

| THE UNDERWATER TRAIL OF PAMPELONNE |

RAMATUELLE

Visite guidée le mercredi

Lieu : Plage de Pampelonne

Accessibilité : par la route de Bonne Terrasse, à pied depuis l'aire de camping-cars (5 mn)

Mise à l'eau : depuis la plage au début du sentier littoral

Durée estimée : 40 à 50 min

Site exposé au vent d'Est

Place : Beach of Pampelonne

Accessibility : via the road of Bonne Terrasse, walk from the camper area (5 minutes)

Start : from the beach near the beginning of the coastal footpath

Estimated length : 40 to 50 minutes

Exposed to the east wind

Lieu : Plage de Bonporteau

Accessibilité : à pied depuis la D559 (10min)

Mise à l'eau : depuis la partie gauche de la plage, nager vers la pointe rocheuse

Durée estimée : 1 h

Site exposé aux vents

Place : Beach of Bonporteau.

Accessibility : walk from D559

Start : from the beach, swim towards the rocky point

Estimated length : 1 h

Exposed to winds

Information



LA CROIX VALMER

SENTIER MARIN DE L'ÎLOT DU CROCODILE À JOVAT

| THE UNDERWATER TRAIL OF « ÎLOT DU CROCODILE » |

Visite guidée le jeudi

3



Renseignements

04 94 55 12 12



Renseignements

04 94 01 92 10

CAVALAIRE-SUR-MER

SENTIER MARIN DE BONPORTEAU

| THE UNDERWATER TRAIL OF BONPORTEAU |

Visite guidée le mardi

4

Inscription en ligne



Ces sentiers marins sont aménagés chaque année de juin à septembre.