



## INFOS PRATIQUES

Office de Tourisme de Mougins  
Place des Patriotes - village  
+33 (0)4 92 92 14 00  
mouginstourisme.com

Centre Administratif  
72 chemin de l'Horizon  
04 92 92 50 00

N° d'urgence - 112

### ATTENTION !

Nous vous rappelons que l'emploi du feu sous toutes ses formes est interdit sur la totalité du chemin pédestre.

La cueillette et le prélèvement de tous végétaux et minéraux sont également proscrits sur la totalité du parc de la Valmasque et de l'étang Fontmerle.

Les chiens doivent être tenus en laisse.

Vos ordures sont à déposer dans les corbeilles mises à disposition à cet effet.



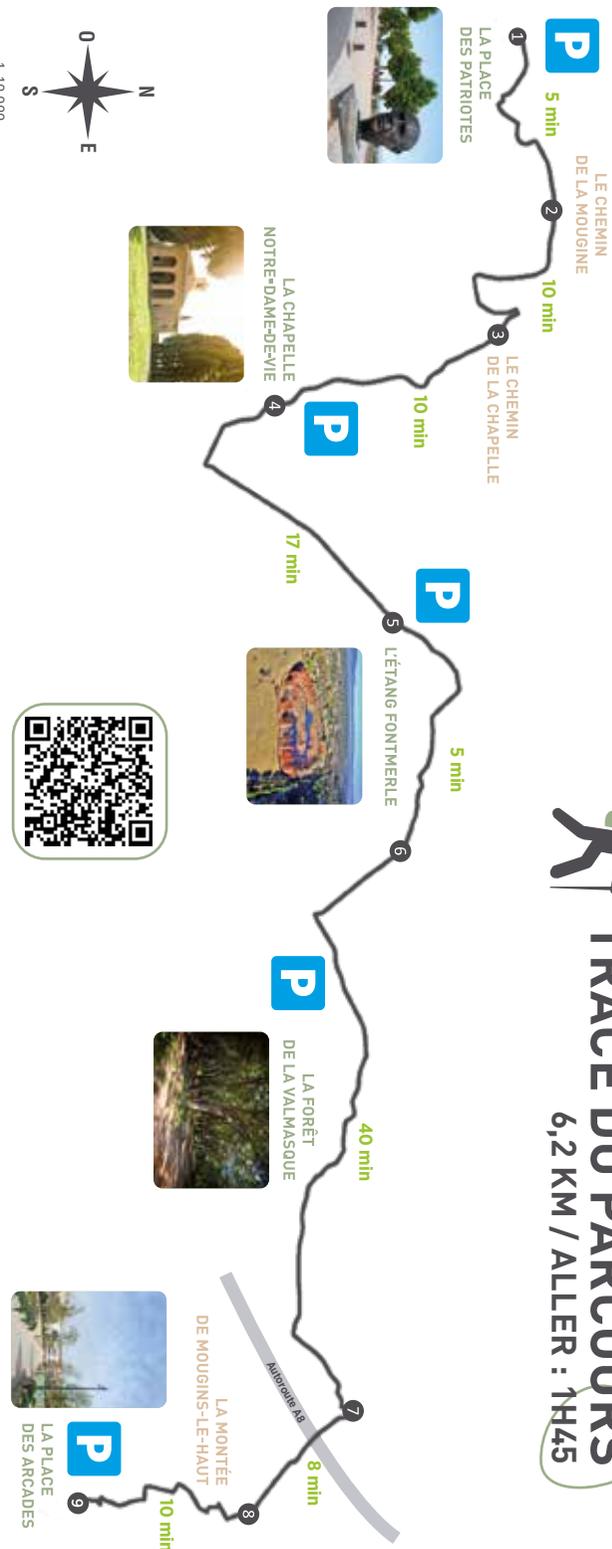
**MOUGINS**  
CÔTE D'AZUR  
FRANCE



 **PAS À PAS**

*de Mougins Village  
à Mougins-le-haut*

 **TRACÉ DU PARCOURS**  
6,2 KM / ALLER : 1H45



## 1 LA PLACE DES PATRIOTES

De là, vous avez une vue imprenable sur les collines du Pays de Grasse. De l'office de tourisme (**43.60123/6.99450**), vous descendez l'avenue Jean Charles Mallet, traversez le boulevard Courteline et descendez les escaliers menant au parking (**43.60084/6.99728**).

Après avoir traversé le parking, vous descendez le long de l'avenue du Moulin de la Croix sur 50 m, et bifurquez sur votre droite, sur le chemin de la Mougine.



## 2 LE CHEMIN DE LA MOUGINE

Ce petit chemin serpente parmi de jolies propriétés ; arrivé en bas (**43.59985/7.00234**), tournez à gauche, passez sous la voie rapide, remontez le long de la glissière en bois jusqu'au passage protégé et traversez pour vous engager sur le chemin de la Chapelle.

## 3/4 LE CHEMIN DE LA CHAPELLE ET NOTRE-DAME-DE-VIE

Vous allez alors croiser un peu plus haut le canal de la Siagne. Ombragé, verdoyant et silencieux, ce chemin vous mènera sur les pas de Picasso jusqu'à la chapelle Notre-Dame de Vie (**43.59517/7.00600**), que le grand maître espagnol a peint à de multiples reprises.

Cette chapelle autrefois connue sous le nom de Notre-Dame de Villevieille, bâtie au XII<sup>e</sup> siècle est encadrée de magnifiques cyprès. Inscrite à l'Inventaire supplémentaire des Monuments historiques en 1927 ; le prieuré et ses abords sont classés monuments historiques depuis 1938. Après une restauration complète durant l'hiver 2012-2013, la chapelle s'offre à nouveau aux yeux du public. Elle accueille désormais un espace musée où est installé le « trésor de Notre-Dame de Vie » comprenant vestiges gallo-romains, ex-voto, stèles funéraires, statuettes et le bras reliquaire de Saint-Honorat, abbé fondateur de Lérins.

## 5 L'ÉTANG FONTMERLE

Continuez encore 150 m sur le chemin de la Chapelle, et tournez à gauche en direction de l'étang Fontmerle.

Lieu incontournable pour les joggeurs, repère des ornithologues amateurs et des amoureux de la nature, espace ludique pour les pique-niques en famille et les parties de football dans l'herbe. Accessible à tous (accès PMR et toilettes PMR), l'étang est la bulle d'oxygène de vos week-ends. L'été, les lotus en fleurs offrent un spectacle saisissant. Une soixantaine d'espèces d'oiseaux (canards, poules d'eau, hérons, foulques, aigrettes, ...) vivent ou s'arrêtent temporairement sur cet étang.

Traversez le parking en terre, prenez le cheminement piéton qui longe l'étang, jusqu'à un observatoire (**43.59765/7.01308**).

Au bout du cheminement piéton, traversez le chemin communal à droite (promenade l'Etang) et engagez-vous en montant une piste entre les propriétés : vous êtes désormais dans la forêt de la Valmasque !



## 6 LA FORÊT DE LA VALMASQUE

Après 100 m de montée, tournez sur votre gauche et gagnez un petit parking (**43.59801/7.01803**). Tournez à nouveau à gauche sur la voie goudronnée et de suite sur votre droite (petit pont en pierre). Vous verrez alors le puits et la source qui alimente l'étang de Fontmerle. Continuez sur la piste.

Prendre ensuite à droite Piste de Fontmerle VAS 21 (montée).

Au croisement de plusieurs pistes (**43.59528/7.02236**), descendre sur votre gauche la piste de la Mougnette; restez toujours sur la piste principale !

Au prochain carrefour, prendre à droite la piste des Bréguières VAS 25 (**43.59630/7.02662**) Restez sur la piste principale.

Puis engagez-vous sur votre gauche sur la piste de la Bergerie VAS 18 (**43.59264/7.03028**) sur 800m : vous allez notamment dépasser une barrière bois et allez bientôt rejoindre la

RD 135 (**43.59534/7.03797**) : traversez sur le passage protégé, prenez le sentier et après 20 m, tournez à droite sur un sentier pour rejoindre le pont de l'autoroute A8.

Passez sur le pont de l'autoroute, et après 100 m, traversez la RD 135 sur le passage piéton.

Prenez le sentier en montée, au niveau du chemin du Ferrandou (**43.59294/7.04134**).

## 7 LA MONTÉE DE MOUGINS-LE-HAUT

Toujours au travers des bois, vous grimpez jusqu'à l'allée des Séquoias (**43.59141/7.04036**). Remontez la rue sur votre gauche sur 20 m et prenez le petit chemin sur votre droite. Empruntez les escaliers, puis traversez le parking sur la droite. Prenez les escaliers, vous arrivez sur la rue de la petite Colline. Continuez sur la droite sur le trottoir jusqu'au passage piéton. Traversez-le et montez les escaliers. Bravo vous êtes arrivé(s) sur la Place des Arcades !

**En suivant les poteaux bois et les M de Mougins sur le sol, vous rejoindrez aisément la place des Arcades !**

Les M de Mougins



Les poteaux en bois



SI VOUS AVEZ GARDÉ QUELQUES FORCES VOUS POUVEZ TESTER LES 2,2KM DE PARCOURS DE SANTÉ ET SES 16 AGRÉS.

