

**Le Grand Hôtel** \*\*  
Hôtel\*\* et Restaurant à Aups, aux portes du Verdon...  
Franck & Virginie Meissel  
Cuisines Traditionnelles et Provençales - Truffes - Gibiers  
Pizzeria - Repas de groupes - Chambres tout confort  
Parking privé - Pension et demi-pension  
www.grand-hotel-aups.com - f Meissel Le Grand Hôtel  
Z. place du Gendarme Duchatel - 83630 Aups - Tél. 04 94 70 10 82 - 06 10 25 90 53

**Couleur encre de fille**  
COIFFEUR BRÛLER VISAGISTE  
LE LUNDI, MARDI, MERCREDI ET VENDREDI DE 9H00 À 18H00  
ET LE SAMEDI DE 9H00 À 16H00  
SUR RDV 06.85.69.09.69  
RUE ERNEST MILLET, 8360 AUPS

**Le Point Chaud de lili**  
31 Avenue Georges Clémenceau  
83630 AUPS - Tél. : 04 94 85 87 19

Adresses utiles

- Mairie ..... D4
- Bureau d'information Touristique  
Maison de la truffe ..... D3
- Siège de la Communauté  
de Communes ..... D3
- La Poste ..... C4
- Centre aéré ..... C3
- Collège Henri Nans ..... B2-B3
- École Élémentaire  
Jean Moulin ..... B2-C2-C3
- École Maternelle Beau Soleil ..... E4-E5
- Trésor Public ..... D4
- Médiathèque ..... D3
- Salle communale  
Foyer Romano ..... D4
- Maison de Services au Public ..... E4
- Crèche «Le relais des bambins» ..... D4
- Caisse d'Épargne ..... C4
- Consult Station ..... D5
- Crédit Agricole ..... E4
- Police Municipale ..... D4
- Gendarmerie ..... F4-F5
- Pompiers ..... D5
- Musée Simon Segal ..... B4
- Maison de Santé Pluriprofessionnelle ..... D3
- Pharmacie ..... D4
- Centre Médical ..... E4
- Dentistes ..... ZA LES UCHANES
- Vétérinaire ..... ZA LES UCHANES
- Camping International ..... E5
- Camping Oasis du Verdon ..... E2
- Camping Saint-Lazare ..... E6
- Hôtels ..... C4-D4, C3 et D3
- Notaires ..... F4
- Station essence ..... F4  
et ZA LES UCHANES
- Borne de recharge pour véhicules  
électriques ..... D3  
et ZA LES UCHANES
- Aire de service camping-car ..... D5
- Laverie automatique ..... ZA LES UCHANES

Autres adresses utiles

- Boulodrome ..... D3
- Cimetière ..... D4-D5
- City Stade ..... E3
- Collégiale Saint-Pancrace ..... D3
- Cymnase ..... E3
- Lavoir ..... B4
- Maison de retraite ..... F4
- Moulin à huile ..... D1
- Notre-Dame de la Délivrance ..... B3-C3
- Poids Public ..... D4
- Square ..... D3
- Stade ..... G4
- Supermarché ..... ZA LES UCHANES
- Tennis ..... E3
- Tour de l'Horloge ..... C3
- Tour Sarrazine ..... C4

Lotissements  
Résidence

- Aires (Rés. Les) ..... C2
- Cadran Solaire (Rés. Le) ..... A4-B4
- Cigalière (Lot. La) ..... A3-A4
- Clos des Espiguières (Lot. Le) ..... I4
- Clos du Verdon (Lot. Le) ..... A4-A5
- Espiguières (Rés. des) ..... I5
- Ferrage (Lot. La) ..... D2
- Grave (Lot. de La) ..... G3
- Vallée d'Aups (Lot. La) ..... F3

**Val'Presse**  
Presse • FDJ • Librairie • Cadeaux  
4 avenue Clémenceau  
83630 AUPS  
04 94 85 44 06

**Fleurs de Fleurs - ZAOU**  
18 avenue Georges Clémenceau  
83630 AUPS  
04 94 67 05 20

**DÉSIR'OLIVES CAVISTE**  
HUILE D'OLIVES & DÉRIVÉS  
VINS DE LA REGION  
20 avenue Albert 1<sup>er</sup> • 83630 AUPS  
Tél. 04 94 70 07 18 • Port. 06 82 40 97 57  
desir-olives@orange.fr • www.caviste-destroville.fr

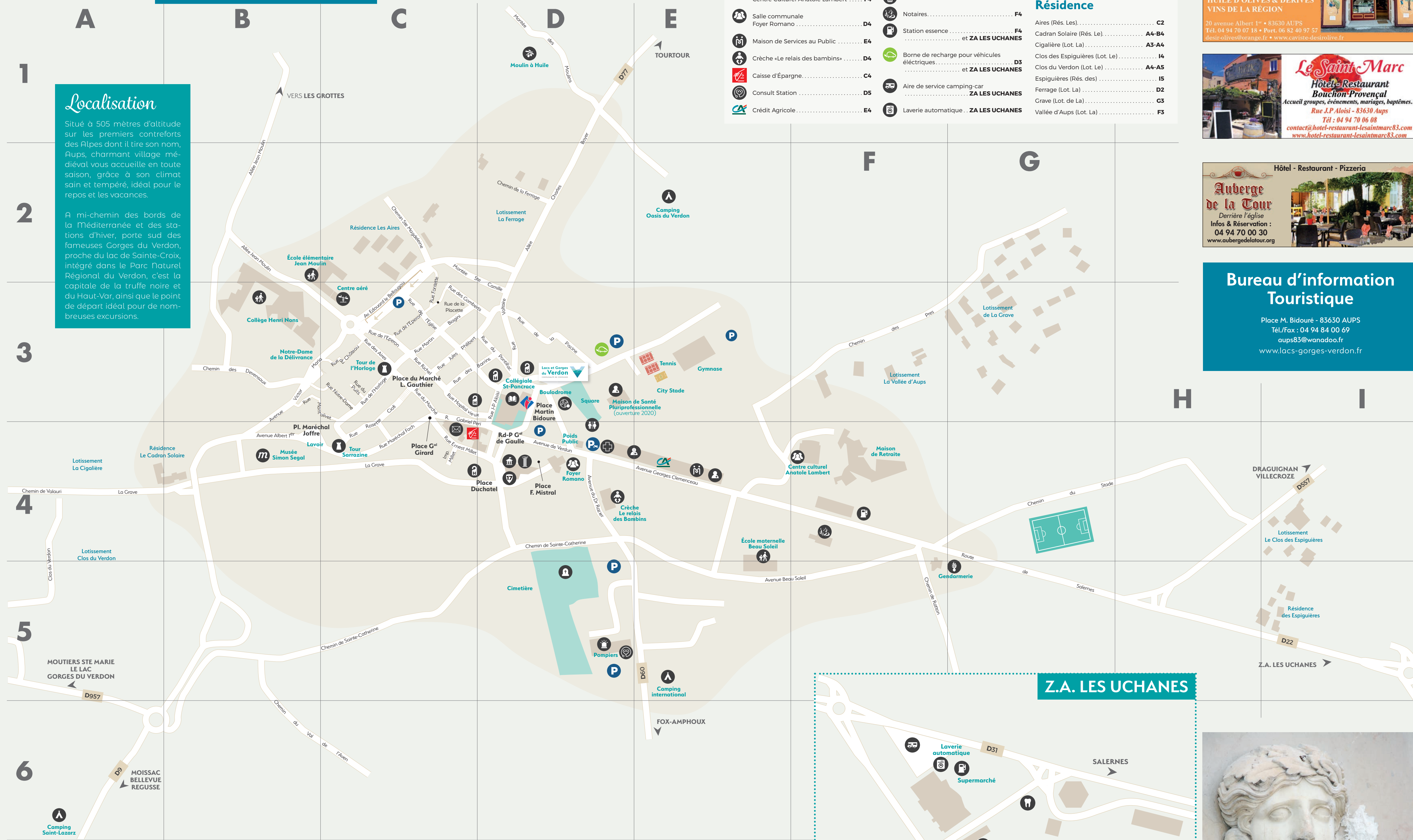
**Le Saint-Marc**  
Hôtel-Restaurant  
Bouche-Provençal  
Accueil groupes, événements, mariages, baptêmes...  
Rue J.P. Aloisi - 83630 Aups  
Tél : 04 94 70 06 08  
contact@hotel-restaurant-lesaintmarc83.com  
www.hotel-restaurant-lesaintmarc83.com

Hôtel - Restaurant - Pizzeria  
**Auberge de la Tour**  
Derrière l'église  
Infos & Réservation :  
04 94 70 00 30  
www.aubergedelatour.org

**Bureau d'information  
Touristique**  
Place M. Bidouré - 83630 AUPS  
Tél./Fax : 04 94 84 00 69  
aups83@wanadoo.fr  
www.lacs-gorges-verdon.fr

# Aups

PLAN - GUIDE 2019-2020



**Localisation**  
Situé à 505 mètres d'altitude sur les premiers contreforts des Alpes dont il tire son nom, Aups, charmant village médiéval vous accueille en toute saison, grâce à son climat sain et tempéré, idéal pour le repos et les vacances.  
A mi-chemin des bords de la Méditerranée et des stations d'hiver, porte sud des fameuses Gorges du Verdon, proche du lac de Sainte-Croix, intégré dans le Parc Naturel Régional du Verdon, c'est la capitale de la truffe noire et du Haut-Var, ainsi que le point de départ idéal pour de nombreuses excursions.

**Intermarché SUPER**  
leDRIVE  
OUVERT  
A l'année :  
du lundi au samedi  
de 8h30 à 19h30 sans interruption  
Du 1<sup>er</sup> juin au 30 septembre :  
ouvert aussi le dimanche matin  
de 8h30 à 13h  
Les Uchanes - 83630 AUPS  
04 94 70 13 33

**MOULIN À HUILE GERVASONI**  
Moulin du XVIII<sup>ème</sup> siècle  
Visite - Produits régionaux  
Ventes et dégustations  
HUILE D'OLIVE AOC PROVENCE  
Montée des Moulins - 83630 AUPS  
Tél : 04 94 70 04 66 • www.moulingervasoni.com

LA BOULANGERIE QUI SENT BON LA PROVENCE  
**BOULANGERIE  
CARLA & YANNICK MARION**  
1 RUE MARECHAL FOCH - AUPS  
04 94 70 06 31 - yannickcarlamarion@orange.fr

**af COMMUNICATION**  
Réalisation et Régie Publicitaire  
T. 04 75 51 88 40 - F. 04 75 53 75 65 - E. info@afcommunication.com  
10, allée Hispano Suiza - ZA Fortuneau - 26200 MONTEILMAR  
Bureaux secondaires : Bordeaux, Lyon et Strasbourg  
Nous vous remercions de votre confiance et de votre fidélité. Toute responsabilité sera assurée par nos équipes. Nous sommes à votre disposition pour toute information et pour vous accompagner dans vos projets.

**Index des rues**

Aires (Rue des) ..... C3	Château (Rue du) ..... C3	Gautier (Pl. Louis) ..... C3	Maria (Avenue Victor) ..... B3-C3	Piscine (Rue de la) ..... D3	Sainte-Magdeleine (Ch. de) ..... C2
Clémenceau (Avenue G.) ..... D4-E4-F4	Clofi (Rue Rosette) ..... C3-C4	Général de Gaulle (Rond-Point) ..... D4	Millet (Imp.) ..... C4	Placette (Rue de la) ..... D3	Salernes (Route de) ..... G4-G5-H5-I5
Devensaux (Ch. des) ..... B3	Duchatel (Pl. du Gendarme) ..... D4	Girard (Place Général) ..... D4-E4-F4	Milleville (Rue Ernest) ..... C3-C4-D4	Pontillac (Rue du) ..... D3	Stade (Ch. du) ..... F4-G4-H4
Aloisi (Rue Jean-Pierre) ..... D3	Église (Rue de l') ..... C3	Combert (Rue des) ..... C3-D3	Mistral (Pl. Frédéric) ..... D4	Prés (Ch. des) ..... F3-G3-C3	Val de l'Aven (Ch. du) ..... B5-B6-C6
Barrins (Rue des) ..... C3-D3	Éperon (Rue de l') ..... C3	Montolivet (Rue) ..... B3-C3	Montolivet (Rue) ..... B3-C3	Puits (Rue du) ..... C3	Verdon (Clos du) ..... A4
Beausoleil (Avenue) ..... E4-E5-F4-F5	Ferrage (Ch. de la) ..... D2	Moulin (Allée Jean) ..... B1-B2-B3-C3	Moulin (Allée Jean) ..... B1-B2-B3-C3	Ratton (Ch. de) ..... F4-F5-G5	Verdon (Avenue de) ..... D4
Biagini (Rue Martin) ..... C3	Foch (Rue Maréchal) ..... C3-C4	Horloge (Rue de l') ..... D1	Moulin (Allée Jean) ..... B1-B2-B3-C3	Rozier (Avenue du Docteur) ..... C3	Voltaire (Rue) ..... D3
Bidouré (Pl. Martin dit) ..... D3	Fontette (Rue) ..... C2-C3	Notre-Dame (Rue) ..... B3-C3	Notre-Dame (Rue) ..... B3-C3	Sainte-Camille (Montée) ..... C2-D2-D3	
Boyer (Allée Charles) ..... D1-D2		Le Bellegou (Avenue Edouard) ..... C2-C3	Philibert (Rue Jules) ..... C3	Sainte-Catherine (Ch. de) ..... B5-C5-D4	



## URGENCES

<b>CENTRE ANTIPOISON</b> .....	04.91.75.25.25
<b>EAUX DE PROVENCE (Service des Eaux)</b>	
Service clientèle .....	09 77 40 94 31
Service urgences .....	09 77 42 94 31
<b>E.D.F./G.D.F.</b>	
service clientèle .....	09 69 32 15 15
urgence dépannage (Enedis) .....	09 72 67 50 83
<b>HOPITAL DE DRAGUIGNAN</b> .....	04 94 60 50 00
<b>URGENCES</b> (International) .....	112
<b>GENDARMERIE</b> .....	17
<b>POMPIERS</b> .....	18 ou 112
<b>S.A.M.U.</b> .....	15
<b>URGENCES PERSONNES MALENTENDANTES</b>	
.....	114 par fax ou sms

## NUMEROS UTILES

<b>ASSISTANCE SOCIALE</b> .....	04 83 95 59 60
<b>BIBLIOTHEQUE MUNICIPALE</b> .....	04 94 70 07 72
<b>C.C.L.G.V.</b> .....	04 94 70 19 12
<b>COLLEGE HENRI NANS</b> .....	04 94 70 01 16
<b>CONSEIL GENERAL-DTRPF</b>	
Subdivision du Haut-Var Verdon .....	04 98 102 150
<b>CRECHE « LE RELAIS DES BAMBINS »</b> .....	04 94 70 02 98
<b>DDTM</b> .....	04 94 46 83 83
<b>ECOLE MATERNELLE BEAUSOLEIL</b> .....	04 94 70 05 54
<b>ECOLE ELEMENTAIRE JEAN MOULIN</b> .....	04 94 70 04 79
<b>MAIRIE</b> .....	04 94 70 00 07
<b>MAISON DE RETRAITE</b> .....	04 94 50 28 50
<b>NOTAIRES</b>	
Maître Philippe MENARD .....	04 98 10 29 10
& Maître Cécile MENARD .....	04 94 84 00 69
<b>BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE</b> .....	04 94 70 00 53
<b>PAROISSE D'AUPS</b> .....	04 94 70 00 42
<b>PERCEPTION</b> .....	04 98 10 29 43
<b>M.S.A.P.</b> .....	06 75 15 18 80
<b>SERVICE JEUNESSE</b> .....	06 80 88 14 28
<b>TAXI ZAOU</b> .....	06 80 88 14 28

## SANTE

**AMBULANCE**  
ROYAL AMBULANCE .....

**CABINET DENTAIRE**  
FRANCIS Fadé (Chirurgie-dentaire) .....

**INFIRMIER(IÈRES)**  
ASTIER Marie-Josée .....

**AUTRET Myriam** .....

**CANUT Eva** .....

**DUTREY Elisabeth** .....

**GAMBY Geneviève** .....

**GRENEAUX Sophie** .....

**GUILLOT Karen** .....

**JOUAN Dorothee** .....

**MEISSEL Aurore** .....

**POLLY Alexandra** .....

**RIEU Louis** .....

**RIEU Muriel** .....

**MÉDECINS**  
CABINET MEDICAL des Docteurs  
BENICHOU / CUVELLE .....

CABINET MEDICAL des Docteurs  
KHOUEIRY / ANDRAOS .....

**PHARMACIE**  
FAURE et LAMBERT .....

**PÉDIATRE**  
HABIB Danielle .....

**ORTHOPÉDISTE / PODOLOGUE**  
GUILLEMARD Grégory .....

ALLEGRINI Marceline .....

JACOD Marie .....

**PNEUMOLOGUE**  
HARB Eric .....

**KINÉSITHÉRAPEUTES**  
BRISSON Elise .....

PASSAVANT Aurore .....

PROTOT Philippe .....

REQUIER Odette .....

**OSTÉOPATHES**  
STEIDL Léa .....

POINSIGNON Jean-Bernard .....

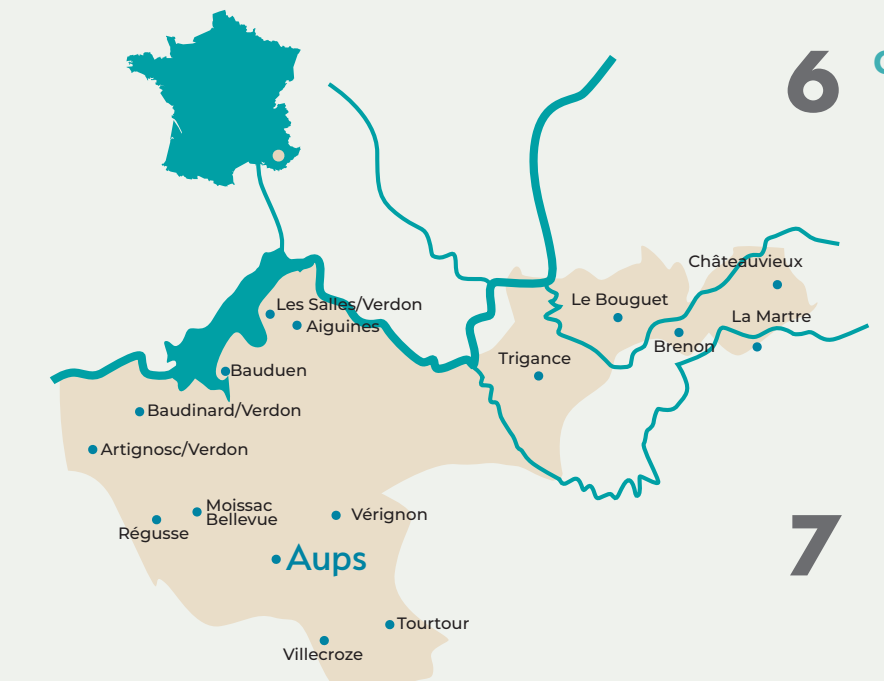
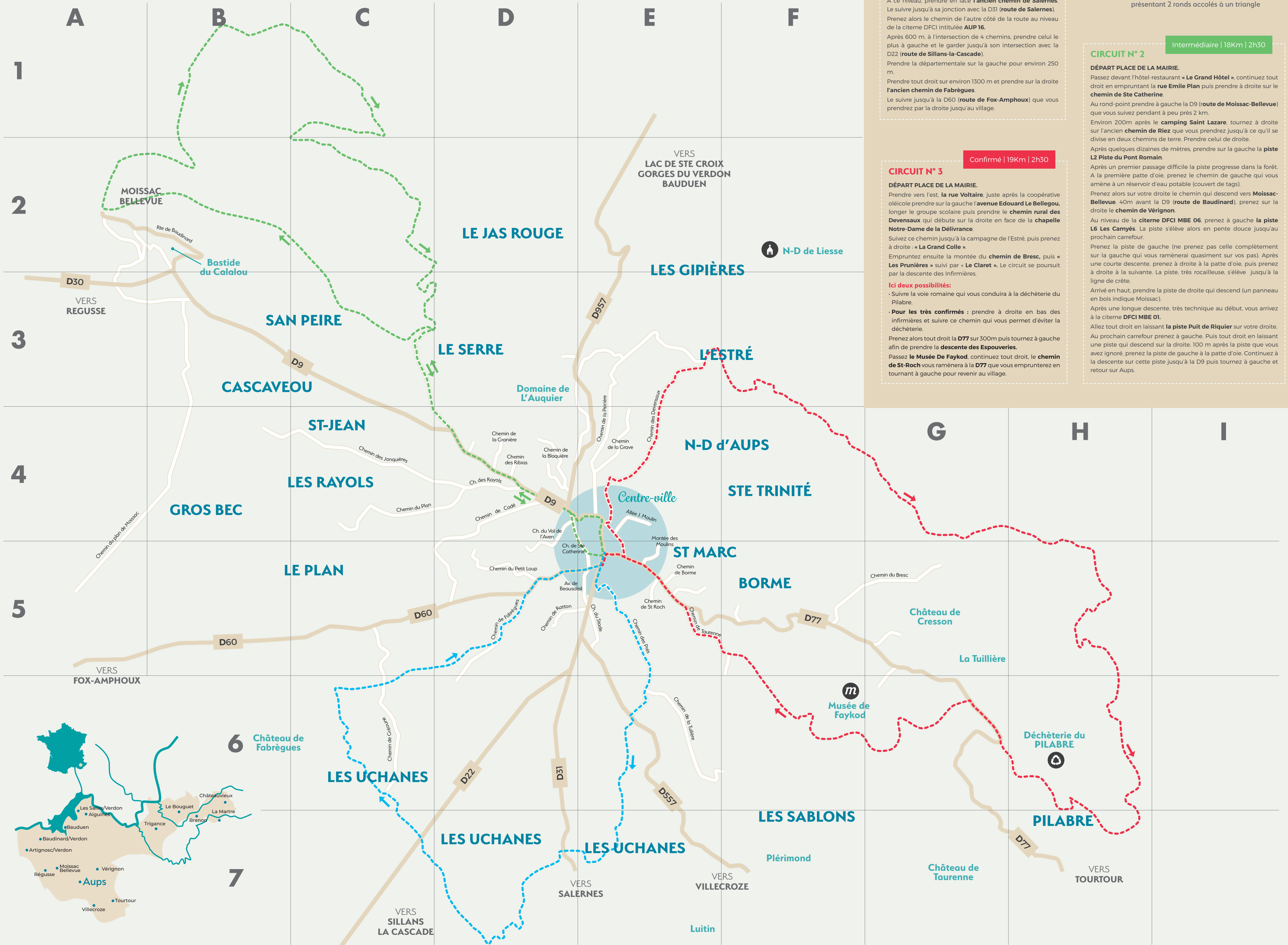
PROTOT Philippe .....

**MATÉRIEL MÉDICAL (LOCATION, VENTE ET RÉPARATION)**  
AUPS MEDICAL CONFORT .....

**VÉTÉINAIRE**  
CLINIQUE DU GRAND CHENE .....

## Index des rues

Baudinard (Route de) .....	A2-B2	Moulin (Montée des) .....	E5
Beausoleil (Avenue de) .....	E5	Peirière (Ch. de la) .....	E3-E4
Blaquière (Ch. de la) .....	D4	Petit Loup (Ch. du) .....	D5
Borne (Ch. de) .....	E5	Plan (Ch. du) .....	C4-D4
Bresc (Ch. du) .....	F5-G5	Plan de Moissac (Ch. du) .....	A4-A5-B3-B4
Cadé (Ch. de) .....	D4-D5	Prés (Ch. des) .....	E5-E6
Devensaux (Ch. des) .....	E3-E4	Ratton (Ch. de) .....	D5-E5
Fabrègues (Ch. de) .....	D5-D6	Rayols (Ch. des) .....	D4
Granière (Ch. de la) .....	D4	Ribias (Ch. des) .....	D4
Grave (Ch. de la) .....	E4	Saint-Roch (Ch. de) .....	E5
Gréoune (Ch. de) .....	C5-E6	Sainte-Catherine (Ch. de) .....	D4-E5
Jonquières (Ch. des) .....	B4-C4-D4	Stade (Ch. du) .....	E5
Moulin (Allée Jean) .....	E4	Taurenne (Ch. de) .....	E5-F5
		Tuilière (Ch. de la) .....	E6
		Val de l'Aven (Ch. du) .....	D4-D5



## Les quartiers

Borne .....	F5
Cascaveou .....	B3-C3
Estré (L') .....	E3-F3
Gipières (Les) .....	E2-E3-F2-F3
Gros Bec .....	B4
Jas Rouge (Le) .....	D2
Notre-Dame d'Aups .....	E4-F4
Pilabre .....	H6-H7
Pian (Le) .....	B5-C5

Rayols (Les) .....	B4-C4
Sablons (Les) .....	F7
Saint-Jean .....	C7
Saint-Marc .....	E5-F5
Sainte-Trinité .....	F4
San Peire .....	B3-C3
Serre (Le) .....	D3
Uchanes (Les) .....	C6-D7-E7

## Les adresses utiles

<b>Les Domaines :</b>	
L'Auquier .....	D3
Château de Fabrègues .....	B6-C6
Château de Cresson .....	G5
Château de Taurenne .....	G7
La Tuilière .....	G5
Piérimond .....	F7
Luitin .....	E7-F7

<b>Autres :</b>	
Bastide du Calalou .....	B6
Déchetterie du Pilabre .....	H6
Musée de Faykod .....	F6
Notre-Dame de Liesse .....	F2

### CIRCUIT N° 1

Débutants | 11Km | 1h30

**DÉPART PLACE DE LA MAIRIE.**  
Prendre vers le sud l'**avenue Clémenceau**.  
Au niveau du magasin Planet Brico, prendre sur la gauche le chemin goudronné : le **chemin des Prés**. Le suivre sur 15 Km jusqu'à sa jonction avec la D557 (**route de Villecroze**).  
A ce niveau, prendre en face l'**ancien chemin de Salernes**. Le suivre jusqu'à sa jonction avec la D31 (**route de Salernes**). Prenez alors le chemin de l'autre côté de la route au niveau de la citerne DFCl intitulée **AUP 16**.  
Après 600 m, à l'intersection de 4 chemins, prendre celui le plus à gauche et le garder jusqu'à son intersection avec la D22 (**route de Sillans-la-Cascade**).  
Prendre la départementale sur la gauche pour environ 250 m.  
Prendre tout droit sur environ 1300 m et prendre sur la droite l'**ancien chemin de Fabrègues**.  
Le suivre jusqu'à la D60 (**route de Fox-Amphoux**) que vous prendrez par la droite jusqu'au village.

### CIRCUIT N° 3

Confirmé | 19Km | 2h30

**DÉPART PLACE DE LA MAIRIE.**  
Prendre vers l'est, la **rue Voltaire**, juste après la coopérative oléicole prendre sur la gauche l'**avenue Edouard Le Bellegou**, longer le groupe scolaire puis prendre le **chemin rural des Devensaux** qui débute sur la droite en face de la **chapelle Notre-Dame de la Délivrance**.  
Suivez ce chemin jusqu'à la campagne de l'Estré, puis prenez à droite : « **La Grand Colle** ».  
Empruntez ensuite la montée du **chemin de Bresc**, puis « **Les Prunières** » suivi par « **Le Claret** ». Le circuit se poursuit par la descente des infirmières.  
**Ici deux possibilités :**  
- Suivre la voie romaine qui vous conduira à la déchèterie du Pilabre.  
- **Pour les très confirmés :** prendre à droite en bas des infirmières et suivre ce chemin qui vous permet d'éviter la déchèterie.  
Prenez alors tout droit la **D77** sur 300m puis tournez à gauche afin de prendre la **descente des Espoveries**.  
Passez le **Musée De Faykod**, continuez tout droit, le **chemin de St-Roch** vous ramènera à la **D77** que vous emprunterez en tournant à gauche pour revenir au village.

# parcours V.T.T.

Balisage : les itinéraires sont jalonnés par une balise présentant 2 ronds accolés à un triangle

### CIRCUIT N° 2

Intermédiaire | 18Km | 2h30

**DÉPART PLACE DE LA MAIRIE.**  
Passez devant l'hôtel-restaurant « **Le Grand Hôtel** », continuez tout droit en empruntant la **rue Emile Pian** puis prendre à droite sur le **chemin de Ste Catherine**.  
Au rond-point prendre à gauche la D9 (**route de Moissac-Bellevue**) que vous suivez pendant à peu près 2 km.  
Environ 200m après le **camping Saint Lazare**, tournez à droite sur l'ancien **chemin de Riez** que vous prendrez jusqu'à ce qu'il se divise en deux chemins de terre. Prendre celui de droite.  
Après quelques dizaines de mètres, prendre sur la gauche la **piste L2 Piste du Pont Romain**.  
Après un premier passage difficile la piste progresse dans la forêt. A la première patte d'oie, prenez le chemin de gauche qui vous amène à un réservoir d'eau potable (couvert de tags).  
Prenez alors sur votre droite le chemin qui descend vers **Moissac-Bellevue**. 40m avant la D9 (**route de Baudinard**), prenez sur la droite le **chemin de Véronig**.  
Au niveau de la **citerne DFCl MBE 06**, prenez à gauche la **piste L6 Les Camyès**. La piste s'élève alors en pente douce jusqu'au prochain carrefour.  
Prenez la piste de gauche (ne prenez pas celle complètement sur la gauche qui vous ramènera quasiment sur vos pas). Après une courte descente, prenez à droite à la patte d'oie, puis prenez à droite à la suivante. La piste, très rocailleuse, s'élève jusqu'à la ligne de crête.  
Arrivé en haut, prendre la piste de droite qui descend (un panneau en bois indique Moissac).  
Après une longue descente, très technique au début, vous arrivez à la citerne **DFCl MBE 01**.  
Allez tout droit en laissant la **piste Puit de Riquier** sur votre droite.  
Au prochain carrefour prenez à gauche. Puis tout droit en laissant une piste qui descend sur la droite. 100 m après la piste que vous avez ignoré, prenez la piste de gauche à la patte d'oie. Continuez à la descente sur cette piste jusqu'à la D9 puis tournez à gauche et retour sur Aups.