

Cette carte a été créée
à l'initiative du Parc naturel régional des Alpilles
en collaboration avec l'ensemble des acteurs du tourisme
du Pays d'Arles, via un financement européen,
dans le but de poursuivre l'engagement dans un tourisme
durable, valorisant les richesses naturelles,
patrimoniales et humaines du territoire.

Parc naturel régional des Alpilles
Maison du Parc - 2 boulevard Marceau
13210 SAINT-RÉMY-DE-PROVENCE
Ouvert du lundi au vendredi
de 9h à 12h et de 14h à 17h
Tel : +33 (0)4 90 90 44 00

contact@parc-alpilles.fr www.parc-alpilles.fr
parcalpilles

ÉDITION 2026
Cartographie : SIT Pnr Région Sud - Conception graphique :
www.c-graphik.fr - Impression : Imprimerie De Rudder

©Photos : Nicolas WATTEAU - IMAG'IN

Guide gratuit
Ne peut être vendu
Ne pas jeter sur la voie publique - 2026

En partenariat avec :

Cette carte a été financée par :





1 Au cœur de la Montagnette

MOYEN
GRAVEL + VTC
Départ/Arrivée : **Barbentane**
30 km
+ 130 m

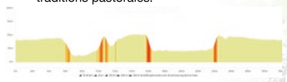
Cette boucle vous laissera des souvenirs plein la tête. Cette virée sur les abords de Graveson, village du peintre fauviste Auguste Chabaud, vous emmène jusqu'à l'abbaye de Saint-Michel de Frigolet. Il faut encore un peu d'endurance pour aller jusqu'à la Chapelle Notre Dame.



2 Saint-Rémy-de-Provence, La Routo pèr draio e pèr camin à VTT

MOYEN
VTT
Départ/Arrivée : **Saint-Rémy-de-Provence**
32,3 km
+ 233 m

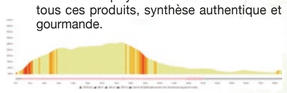
À travers le plateau de la Petite Crau, cette boucle VTT vous emmène sur l' ancienne voie de transhumance empruntée par les troupeaux pour rejoindre les alpages. Entre paysages ouverts et chemins paisibles, l'itinéraire relie Saint-Rémy-de-Provence à Noves en passant par Eyragues, au cœur d'un territoire façonné par l'histoire et les traditions pastorales.



21 Lamanon, la plaine paysanne de la Durance en Gravel

MOYEN
GRAVEL + VTC
Départ/Arrivée : **Lamanon**
37,86 km
+ 337 m

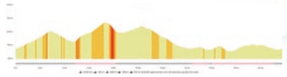
Un circuit qui vous permet de découvrir les terroirs de la Durance. En sillonnant les routes et les chemins, vous découvrez une variété d'activités agricoles qui dessinent un paysage diversifié, entre parcelles maraîchères et vergers, vignobles et champs de céréales. Le marché paysan de Sénas accueille tous ces produits, synthèse authentique et gourmande.



10 Aureille, le tour des Opies en Gravel

MOYEN
GRAVEL
Départ/Arrivée : **Aureille**
21,8 km
+ 338 m

Cap sur le secteur des Opies, point culminant des Alpilles ! Cette boucle Gravel vous conduit à proximité de ce sommet emblématique de la Provence ; contournez-le pour le découvrir sous toutes ses faces ! En fin de parcours, l'ancienne bergerie de la Romanière témoigne de l'importance du pastoralisme dans le massif.



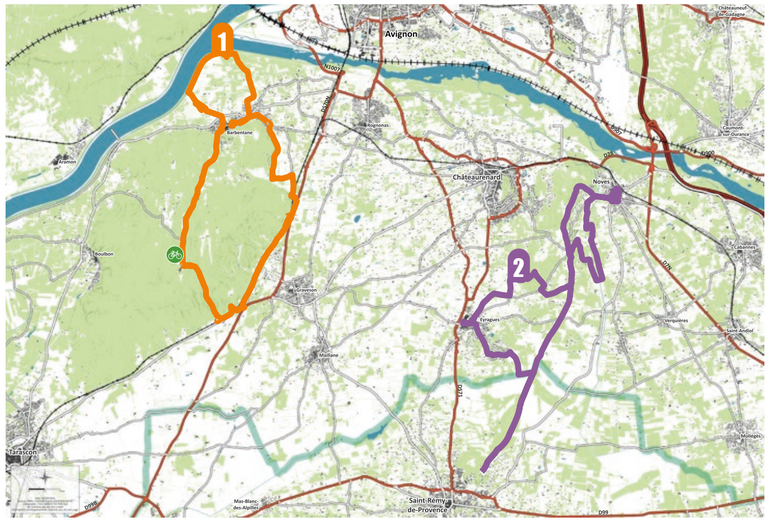
14 Mouriès, du Piémont à la Crau verte en Gravel

MOYEN
GRAVEL + VTC
Départ/Arrivée : **Mouriès**
34,4 km
+ 313 m

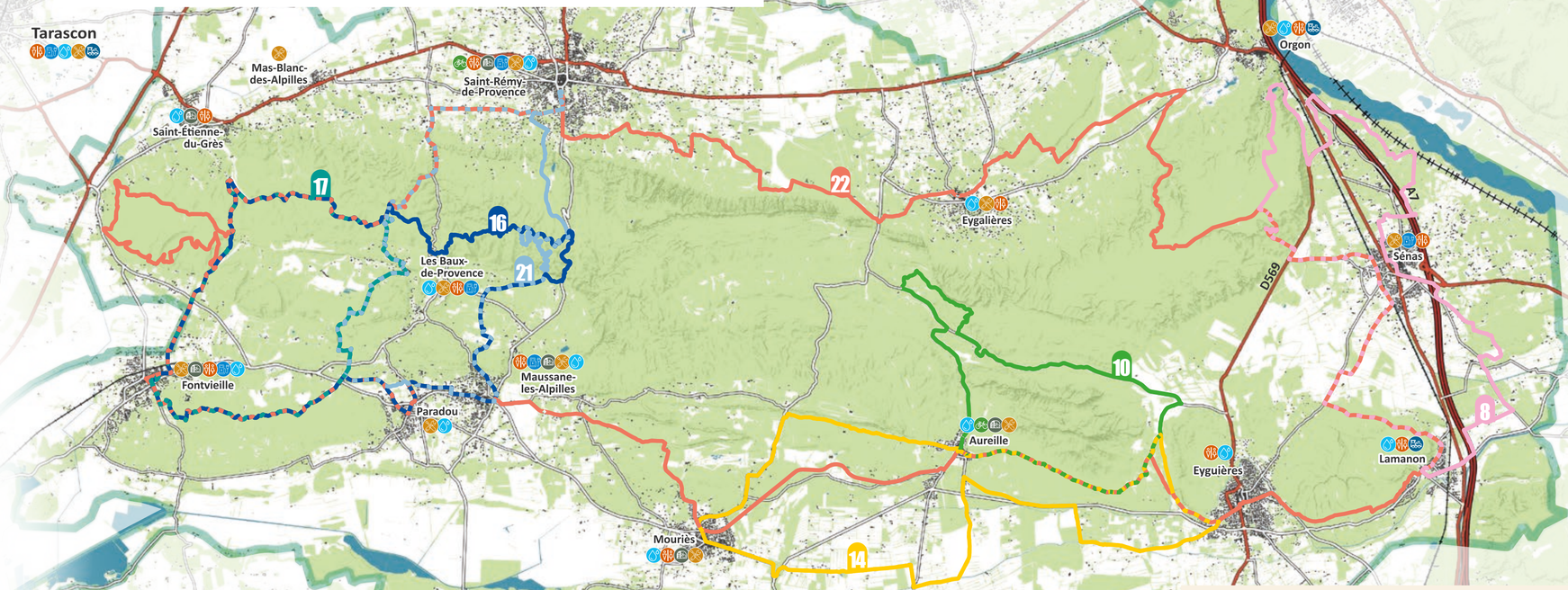
En suivant les sentiers et les chemins qui serpentent doucement les pentes du massif, on découvre une variété de paysages fascinants. La diversité est frappante : dès le départ de la plaine de la Crau, les falaises et les crêtes découpées se dévoilent sous la lumière.



Itinéraires non balisés



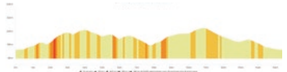




16 Fontvieille, panoramas de la Provence à la mer Méditerranée en Gravel

DIFFICILE
GRAVEL
Départ/Arrivée : **Fontvieille**
39,6 km
+ 490 m

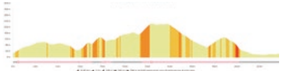
Cette boucle Gravel promet des souvenirs inoubliables ! Entre petites routes et chemins, partez à la conquête des plus beaux panoramas des Alpilles. Au fil des ascensions, l'effort est largement récompensé par des vues spectaculaires s'étendant du mont Ventoux jusqu'à la Méditerranée.



17 Fontvieille, sur la trace des taureaux camarguais en Gravel

MOYEN
GRAVEL
Départ/Arrivée : **Fontvieille**
24 km
+ 396 m

Itinéraire Gravel au départ des Arènes de Fontvieille, haut lieu de la culture taurine. Cette boucle emprunte des chemins ombragés et roulants au cœur des paysages des Alpilles. Au fil du parcours, il n'est pas rare de croiser les célèbres taureaux camarguais, symboles vivants des traditions provençales.



24 De Saint-Rémy-de-Provence, à la vallée des Baux en Gravel

DIFFICILE
GRAVEL
Départ/Arrivée : **Saint-Rémy-de-Provence**
32,3 km
+ 517 m

Au départ de Saint-Rémy-de-Provence, cette boucle Gravel vous fait traverser les Alpilles du nord au sud. Entre pistes et routes, elle offre de magnifiques panoramas sur la plaine d'Entreconque, la forteresse des Baux-de-Provence et les vignobles de l'AOP des Baux-de-Provence. Une immersion au cœur de la Provence.



22 Le tour des Alpilles en deux jours en Gravel

DIFFICILE
GRAVEL
Départ/Arrivée : **Saint-Rémy-de-Provence + Lamanon**
110 km
+ 1446 m

Deux jours de Gravel au cœur des Alpilles pour découvrir l'ensemble du massif. Entre paysages variés et villages provençaux, cet itinéraire vous invite à explorer toutes les facettes d'un territoire qui n'aura bientôt plus de secret pour vous.



Les Véloroutes

LA VIARHÔNA

Cet itinéraire cyclable de 815 km qui relie le Lac Léman à la Mer Méditerranée vous embarque le long du Rhône pour une aventure riche d'histoire(s), des Gallo-Romains à nos jours. À Arles, depuis le pont Van Gogh, l'itinéraire ViaRhôna prend la direction du delta du Rhône sur une belle voie verte le long du canal d'Arles à Bouc. À Port-Saint-Louis-du-Rhône, une piste cyclable vous conduira pour une baignade bien méritée à la plage Napoléon. www.viarhona.com

La Méditérannée à Vélo

La Méditerranée à vélo est la partie française de l'EuroVelo 8 qui relie 11 pays européens, depuis l'Espagne jusqu'à la Turquie puis Chypre sur 7 500 km. Sur le territoire, l'itinéraire permet de relier Tarascon à Cavaillon en passant par les Alpilles par une voie verte aménagée.
www.lameditterraneeavelo.com

La Durance à vélo

Voie verte aménagée de 22 km en bord de Durance entre Plan-d'Orgon et Rognonas. Cette piste, au cœur de la nature, emprunte l'ancienne voie ferrée du Val de Durance et permet une liaison entre Avignon et la Méditerranée à Vélo (EV8).

Goûtez aux Valeurs Parc

Choisir un produit agricole, une prestation touristique ou un hébergement bénéficiaire de la marque Valeurs Parc naturel régional, c'est favoriser les professionnels impliqués dans le développement durable du territoire. www.destination-parcs.fr

CHEMINS DES PARCS Totalement gratuit, retrouvez les circuits pédestre, cyclo, VTT et équestre des 9 Parcs naturels régionaux de Provence-Alpes-Côte d'Azur sur www.cheminsdesparcs.fr avec la possibilité de télécharger les traces GPX des circuits.

Accueil Vélo

"Accueil Vélo" est une marque nationale qui garantit un accueil et des services de qualité le long des itinéraires cyclables pour les cyclistes en itinérance.

Retrouvez l'ensemble des prestataires labellisés en contactant les offices de tourisme. ou sur le site : www.francevelotourisme.com/accueil-velo

Risque Incendie

En été, les espaces naturels sont particulièrement exposés aux risques d'incendie. L'accès est réglementé par arrêté préfectoral du 1er juin au 30 septembre pour protéger les promeneurs et les sites. Renseignez-vous avant votre sortie, pendant la période estivale au 08 11 20 13 13 (prix d'un appel local) ou sur http://bpatp.paca-ate.fr/



Quelques "BONNES PRATIQUES"

- Respectez les espaces naturels, lieux de vie riches et fragiles de nombreux animaux.
- Restez sur les itinéraires officiels, balisés ou proposés sur www.cheminsdesparcs.fr pour limiter l'érosion et les dérangements.
- Partagez l'espace avec les autres usagers du territoire. Restez éloignés des chiens de berger.
- Respectez les propriétés privées.

Veillez, signalez, participez sur sentinelles.sportsdenature.fr

N'hésitez pas à partager votre itinéraire sur outdoorvision.fr

Pensez aux transports en commun !
Possibilité d'emport vélos à l'arrière des bus pour les lignes 707 entre Avignon et Saint-Rémy-de-Provence / Arles et la ligne 703 entre Arles et Port-Saint-Louis-du-Rhône.
Itinéraire | Zou! (maregionsud.fr)

INFORMATIONS TOURISTIQUES

OFFICE DE TOURISME INTERCOMMUNAL ALPILLES EN PROVENCE	alpillesenprovence.com	+33 (0)4 90 92 05 22
OFFICE DE TOURISME INTERCOMMUNAL TERRE DE PROVENCE	myterredeprovence.fr	+33 (0)4 32 61 96 30
OFFICE DE TOURISME INTERCOMMUNAL CŒUR DE LA PROVENCE	lecoeurdelaprovence.fr	+33 (0)4 90 47 98 40
OFFICE DE TOURISME DES BAUX DE PROVENCE	lesbauxdeprovence.com	+33 (0)4 90 54 34 39
OFFICE DE TOURISME DE MAUSSANE-LES-ALPILLES	maussane.com	+33 (0) 4 90 54 23 13
BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE D'ORGON	myterredeprovence.fr	+33 (0)4 90 73 00 01
PROVENCE TOURISME	provencetourisme.pro	
PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR TOURISME	provence-alpes-cotedazur.com	

3 Eygalières, entre vignes et forêts en Gravel

MOYEN — GRAVEL + VTC — Départ/Arrivée : **Eygalières** — 16,2 km — + 203 m

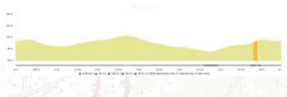
Entre vignobles et forêts, cette boucle Gravel serpente au pied des Alpilles sur des chemins accessibles et peu exigeants. Une montée mène à la Tête de Long Jean, offrant une vue imprenable sur la face sud du massif des Alpilles, récompense idéale de cette escapade.



4 Eygalières, la chapelle Saint-Sixte en Gravel

FACILE — GRAVEL + VTC — Départ/Arrivée : **Eygalières** — 6,5 km — + 63 m

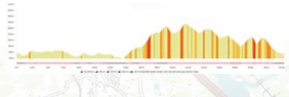
Balade facile et accessible à tous, cet itinéraire mène jusqu'à la chapelle Saint-Sixte, un incontournable du patrimoine des Alpilles. Le retour se fait par le village d'Eygalières, à la découverte de son patrimoine architectural et de ses ruelles de caractère.



11 Eygalières, la petite traversée des Alpilles en VTT

DIFFICILE — VTT + VTTAE — Départ/Arrivée : **Eygalières** — 34,4 km — + 545 m

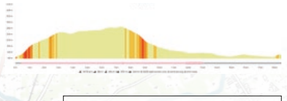
En VTT, découvrez le piémont des Alpilles, entre vignobles et oliveraies, avant de prendre de la hauteur et de vous enfoncer au cœur du massif. Entre pistes caillouteuses, reliefs calcaires et crêtes, profitez d'une immersion au plus près des paysages et de l'identité du territoire.



1 Orgon, le plateau par la vallée heureuse en VTT

MOYEN — VTT + VTTAE — Départ/Arrivée : **Orgon** — 17,4 km — + 240 m

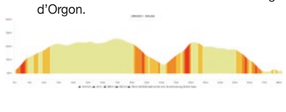
Au départ d'Orgon commencez par une ascension vers le plateau, où de superbes points de vue s'ouvrent sur le Petit Luberon et la plaine de la Durance. Le retour se fait tranquillement par le village d'Orgon, à la découverte de son patrimoine et de son authenticité.



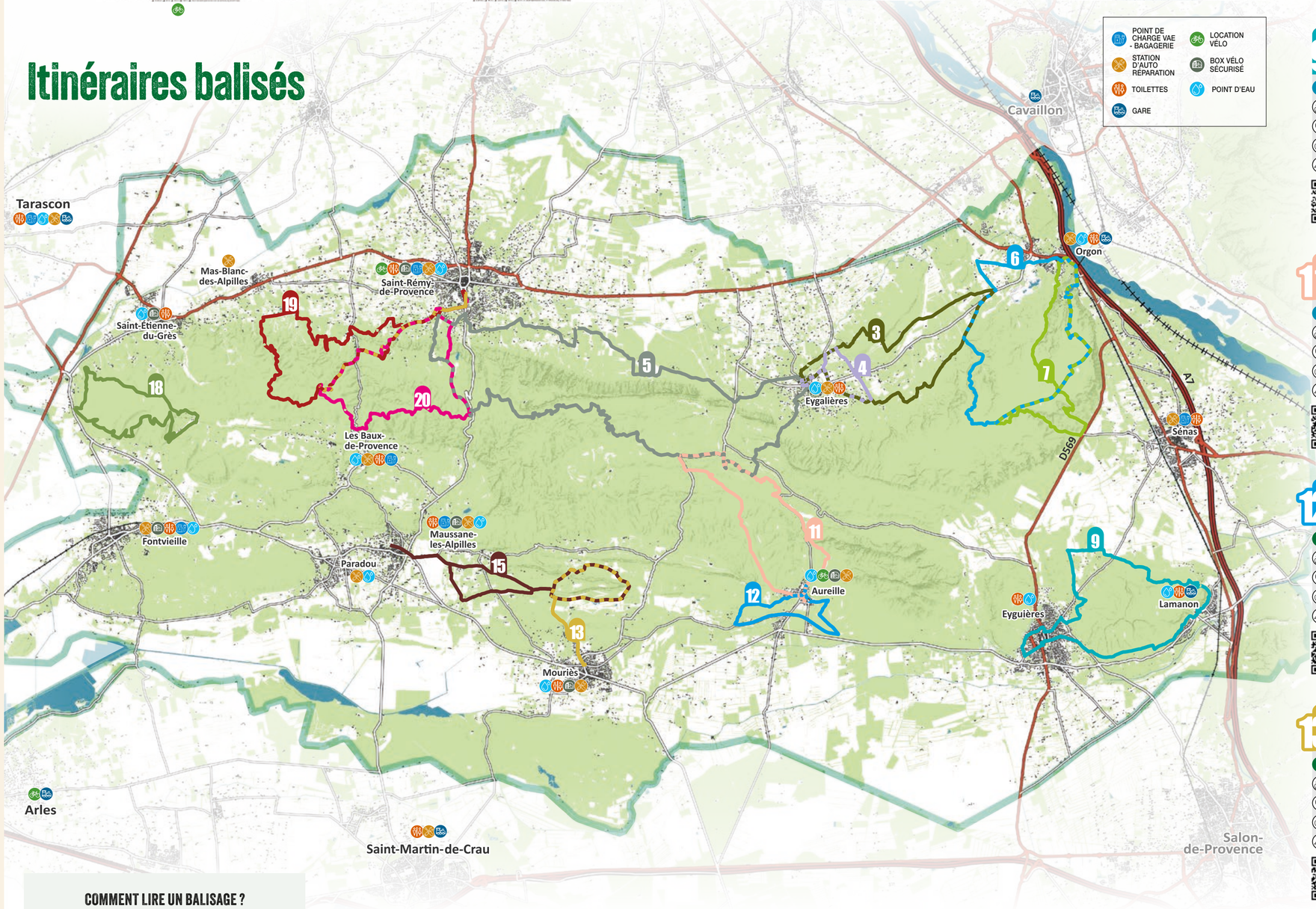
7 Orgon, du plateau au Grand Vallon en VTT

DIFFICILE — VTT + VTTAE — Départ/Arrivée : **Orgon** — 18,2 km — + 362 m

Parcours sportif menant du plateau d'Orgon au Grand Vallon. Avec quelques passages exigeants, cette boucle séduira les amateurs de sensations. La descente offre de superbes points de vue sur le vallon de Lavau, propices à une pause contemplative. Le retour permet de découvrir le charme méconnu du village d'Orgon.



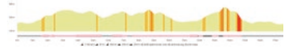
Itinéraires balisés



14 Eyguières, le tour du Défends en VTT

MOYEN — VTT + VTTAE — Départ/Arrivée : **Eyguières** — 17,24 km — + 216 m

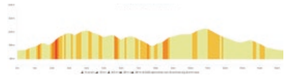
Au départ des contreforts nord-est des Alpilles, cette boucle VTT vous emmène autour du Défends d'Eyguières. Entre vignobles, fontaines, chemins ombragés et panoramas sur le plateau d'Orgon, l'itinéraire dévoile une mosaïque de paysages provençaux. Une belle façon de découvrir une facette plus confidentielle des Alpilles.



10 Aureille et les civadières en VTT

MOYEN — VTT + VTTAE — Départ/Arrivée : **Aureille** — 15,5 km — + 344 m

Partez d'Aureille, petit village typiquement provençal entre Alpilles et Crau, pour ensuite grimper au cœur de massif des Alpilles et flirter avec ses paysages calcaires. La Caume, les Calans, les Opies et bien sûr les Civadières... autant de reliefs à admirer, pour en avoir plein la vue !



12 Aureille, au pied des Alpilles en VTT

FACILE — VTC + VTT + VTTAE — Départ/Arrivée : **Aureille** — 8,1 km — + 74 m

Boucle familiale ludique au pied des Alpilles, idéale pour découvrir en toute tranquillité le charmant village d'Aureille. Entre oliveraies et paysages typiquement provençaux, le majestueux massif des Alpilles accompagne l'itinéraire du début à la fin.



13 Mouriès, les caisses de Jean-Jean en Gravel

FACILE — GRAVEL + VTC — Départ/Arrivée : **Mouriès** — 10,1 km — + 84 m

Boucle Gravel au départ de Mouriès, alternant pistes, chemins et petites routes, à la découverte de paysages façonnés par des millions d'années d'histoire. Entre reliefs calcaires, patrimoine naturel et vestiges de l'oppidum gaulois, cet itinéraire invite à la contemplation et à l'évasion.



COMMENT LIRE UN BALISAGE ?

BALISAGES GRAVEL



BALISAGES VAE



BALISAGES BRUN

Les différents circuits sont repérés par des numéros. Ils sont classés en fonction de leur difficulté par la couleur des numéros.



NIVEAUX DE DIFFICULTÉS

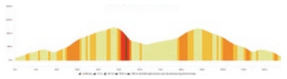
Quel que soit le type de pratique

- FACILE — Parcours découverte ou en famille.
- MOYEN — Parcours pour tous les pratiquants.
- DIFFICILE — Parcours pour pratiquant régulier et entraîné.
- TRÈS DIFFICILE — Parcours réservé aux pratiquants très expérimentés.

18 Tarascon, la forêt méditerranéenne à VTT

MOYEN — VTT + VTTAE — Départ/Arrivée : **Tarascon** — 14 km — + 385 m

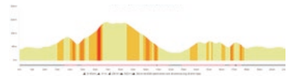
Boucle VTT dans la partie ouest des Alpilles, empruntant d'agréables pistes ombragées au cœur des pinèdes et offrant de beaux points de vue dégagés sur les paysages environnants. L'itinéraire passe également à proximité de la chapelle Saint-Gabriel.



19 Saint-Rémy-de-Provence, Valample et les cascades à VTT

MOYEN — VTT + VTTAE — Départ/Arrivée : **Saint-Rémy-de-Provence** — 21,2 km — + 377 m

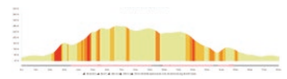
Randonnée VTT sur une partie du massif des Alpilles moins touristique et plus atypique, alternant vallons sauvages et pinèdes, points de vue superbes et passages en crête, ainsi que la vallée ouverte sur le vignoble, en passant par les cascades !



21 Saint-Rémy-de-Provence, les crêtes par le lac de Peïroou en VTT

MOYEN — VTT + VTTAE — Départ/Arrivée : **Saint-Rémy-de-Provence** — 18 km — + 319 m

Au départ de Saint-Rémy-de-Provence, partez à la découverte de ses alentours. Après le lac du Peïroou, une montée boisée vous mène au cœur du massif des Alpilles, où de magnifiques points de vue s'ouvrent sur la citadelle des Baux-de-Provence et les paysages environnants.



5 Mausanne-les-Alpilles, les caisses de Jean-Jean en Gravel

FACILE — GRAVEL + VTC — Départ/Arrivée : **Maussane-les-Alpilles** — 16,2 km — + 125 m

Balade à vélo au pied des Alpilles, alternant petites routes de campagne, oliveraies, mas provençaux et chemins boisés. De beaux points de vue s'ouvrent sur le vallon Rouge, avant une agréable parenthèse de fraîcheur le long du canal.

