

V07, V07a et V07b : Beuil - Tavanières - Espaul

V07 : Beuil – Tavanières – Espaul 43 km, 1125m D+, 12 cols (court) ([voir sur ccWay](#)),

V07a : Beuil – Tavanières – Giarons – Espaul 54 km, 1650m D+, 16 cols (long) ([voir sur ccWay](#)),

V07b : Beuil – Tavanières – Espaul 52 km, 1000m D+, 13 cols (Gravel) ([voir sur ccWay](#)),

Départ : [Beuil](#) à 55 km de Gilette (1h05 en voiture). Stationnement à 30 m au nord du rond-point d'arrivée sur site.

Parking : 44.09643, 6.98626

Intérêts : Le massif des Cluots / Tête de Giarons au Sud du Col de la Couillole. Belles vues sur le Mercantour à l'Est, et sur le massif du Dôme de Barrot à l'Ouest.

Descriptif : Le V07 est cyclable à 90%, la version Gravel V07b en est très proche avec 3 cols shuntés. L'option V07a propose une vraie boucle de VTT cyclable à 75%, avec une belle descente sur le Cians, très technique. Il y a 16 cols à faire au total, qui sont tous sur le parcours V07a. Les 3 options se recoupant très souvent, on peut choisir à chaque fois une option différente, permettant un grand nombre de parcours « à la carte ».

Prendre la D30, route de la Couillole. Au km 3 (hormis V07b qui reste sur bitume), ne pas manquer une piste à 180+ à gauche, montant par Cruset et Ars, où elle devient un sentier menant au [Col Saint-Pierre, 1712 m](#). Poursuivre par une descente cyclable qui rejoint la D30 juste en dessous du [Col de la Couillole, 1678 m](#). Plein Sud, une bonne piste en pente douce mène au [Col de Terme Ribî, 1696 m](#). (V07 b : On peut shunter le col suivant en revenant tout de suite sur la piste principale qui continue vers le Sud.) Sinon, ici commence un poussage de 500m, suivi de plat jusqu'à la [Baisse de Pommier, 1774 m](#). De là 2 options :

V07a+b : prendre à gauche, descendre et rejoindre la piste principale, puis à droite jusqu'à la [Baisse de Tavanières, 1715 m](#). (+ V07b : en faisant au passage un très court aller-retour à droite à la [Bouche de Gairra, 1723 m](#).)

V07 : Tout droit puis (balise 62a) pousser à droite sur un raide sentier qui mène à flanc à la [Baisse de Clari, 1869 m](#). De là, au choix selon la hauteur des herbes : descendre à vue dans les herbes vers l'est jusqu'à retrouver une sente à flanc, ou monter nord-nord-est à la **Tête de Pommier** (1913m) et prendre la piste qui redescend sur la crête direction Est, rejoignant le tracé par la sente vers la cote 1800 ; continuer la descente sur la [Bouche de Gairra, 1723 m](#) puis la [Baisse de Tavanières, 1715 m](#).

Les 3 parcours se rejoignent à la [Baisse de Tavanières, 1715 m](#), d'où un aller-retour (à VTT uniquement) est possible, en sentier S3 roulant à la descente, au [Col de Lanse, 1847 m](#).

V07 et V07b : retour direct au [Col de la Couillole](#) puis par la D30, 100m après **Cougne**, prendre la piste à Droite (bal 40).

V07a : Demi-tour jusqu'à la Bouche de Gairra où il faut monter vers l'ouest une piste raide, prendre à la balise 123 un sentier de flanc qui se perd un peu avant d'atteindre à vue la [Baisse de Clari, 1869 m](#). De là, monter à gauche une piste qui passe ensuite à gauche d'une dépression (**le Cros**) puis monte à la balise 121 ou un sentier à droite mène à la balise 76 qui est un col non nommé entre la **Tête de Giarons** et la **Tête de Pérail**. Là débute un single balisé de jaune, alternant parties roulables et pédestres. Attention, à la cote 1800, à descendre à gauche (rochers) en laissant à droite une sente horizontale sans issue. À Giarons (1653, oratoire, bal 74) prendre à 180° vers le sud, puis descendre un mauvais sentier passant à proximité d'une bergerie où la trace se perd un peu. À la cote 1547 on retrouve un sentier assez cyclable qui descend et ramène par une passerelle sur la D28 à la cote 1280. Remonter la D28, jusqu'au parking à Beuil puis à la balise 40 où on prend à gauche.

Deuxième boucle : Tour de la Tête de Garnier

Cette boucle facultative permet de glaner facilement 4 à 7 cols cyclables à 100% à VTT et à 95% en Gravel, avec 2 options.

Grimper par la piste, en restant sur la droite, jusqu'à [La Colle](#) (en option, 1787), où on fait demi-tour pour redescendre sur le [Col de l'Espaul](#) (1748), et de là vers l'ouest au [Col des Huerris](#) (1765, dans le Golf de Valberg, demander l'autorisation s'il y a du monde, et attention aux balles perdues !).

V07 : revenir au [Col de l'Espaul](#) et prendre à droite vers la [Baisse de la Crête du Lac de Laons](#) (1760) puis descendre sur le [Col de Sainte-Anne](#) (1551) et rentrer directement au point de départ à Beuil.

V07a et V07b : Après le court aller-retour au [Col des Huerris](#), redescendre sur la place de Valberg : [Col du Quartier](#) (1673).

(De là, les plus motivés pourront aller faire en aller-retour côté Sud entre 1 et 5 cols du début du circuit V11 !)

Prendre la route du retour D28 en glanant au passage en court aller-retour le [Col des Atres](#) (1674) puis le [Col de Sainte-Anne](#) (1551) d'où on va chercher en aller-retour le [Collet du Guérin](#) (1638) avant de rentrer au point de départ à Beuil.

Attention : tous ces cols sont déjà proposés dans le parcours V11.