



COTIGNAC et son ROCHER L'ABBAYE du THORONET

Vendredi 20 Novembre 2026

COTIGNAC, labellisé plus beau village de France, est niché à l'ombre d'une falaise de tuf calcaire qui domine le vallon et rappelle son histoire géologique.

Ce village doit son aspect tortueux aux eaux de la Cassole qui le traverse.

Très minéralisé, ce cours d'eau a vu sa trajectoire modifiée plusieurs fois laissant derrière lui un relief singulier.



Accompagnés de notre guide, nous explorerons les ruelles pittoresques, la tour de l'horloge, les habitats troglodytes.

Entre le VIII^{ème} et le IX^{ème} siècles les grottes servaient de refuges aux habitants.



Jusqu'au XIX^{ème} siècle, le rocher était une carrière, on y puisait les pierres servant à la construction du village.

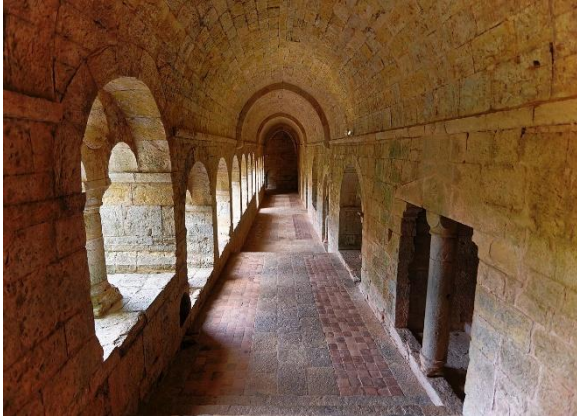
Nous déjeunerons sur le cours GAMBETTA avec au menu :

- Pâté en croute
- Daube à la provençale, pâtes
- Pâtisserie maison
- Vin et café.

Nous nous rendrons alors à l'abbaye du **THORONET**.

Cette abbaye édifée au XII^{ème} siècle, est considérée comme " la merveille" des abbayes cisterciennes de Provence (Sénanque et Silvacane).

Ce monument à l'acoustique remarquable a marqué des générations d'architectes parmi lesquels Le **CORBUSIER**, **FERNAND POUILLON**, **John PAWSON** ou encore **TADAO ANDO** !



Obéissant à une règle inspirée de celle de **Saint BENOIT** qui imposait une vie de prière et de travail dans un lieu à l'écart du monde, ces moines ont préférés le site du Thoronet à celui, construit d'abord à Notre Dame de **FORFIELLE** sur le territoire de Tourtour.

Ils sont sûrs alors de bénéficier sur cette terre de ressources naturelles abondantes.

Au XIII^{ème} siècle, l'Abbaye abrite une vingtaine de moines et quelques dizaines de convers.

Mais moins de deux siècles plus tard, le déclin de l'Abbaye est entamé.

En 1761, on assiste au départ des 6 derniers moines. L'Abbaye est vendue à des particuliers qui y installent étables et granges.

C'est en 1840, qu'elle est classée monument historique, l'état rachète progressivement le site et commence la restauration.

L'Eglise possède une acoustique exceptionnelle, adaptée à la résonance du chant grégorien.

Le son se transmet d'une extrémité à l'autre sans aucune déperdition ni déformation. L'église abbatiale est comparable à un instrument de musique magnifiant les sons.



Après cette journée riche de découvertes, nous rejoindrons Bandol.

Pour la visite pensez à être bien chaussés

PRIX : 85 €

Votre inscription définitive ne sera prise en compte qu'au dépôt de votre règlement.

Supplément par personne non adhérente : **8 €**

Prochaine sortie : le **JOUR de FETE**