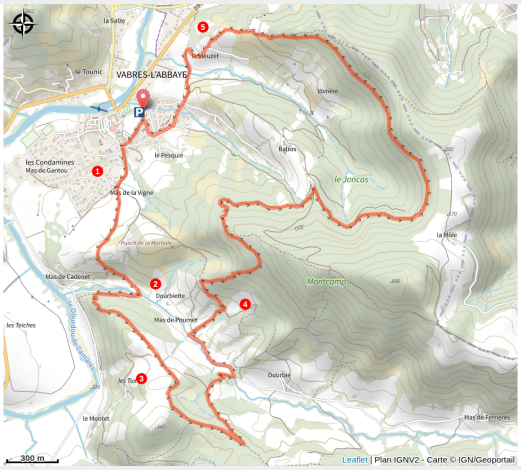
Trail N°25 - Vabres-l'Abbaye / Montcamp

Des falaises de Roquefort au Rougier



Montée de Dourbiette (Fest'Trail)



Entre la llanura del Dourdou y los límites del Rougier, recorra un paisaje de transición, predominantemente boscoso, que, entre senderos estrechos y tramos técnicos, se revela poco a poco como un magnífico terreno de juego para los corredores de trail.

He aquí un recorrido de "descubrimiento" de trail por partida doble. Primero, por su distancia accesible y su trazado en el corazón de un paisaje poco conocido, el Joncas, de colores vibrantes. Después, por su perfil : pese a su apariencia tranquila y sus 500 m de desnivel positivo, esta ruta circular, salpicada de subidas y tramos erosionados, presenta todas las

Información útil

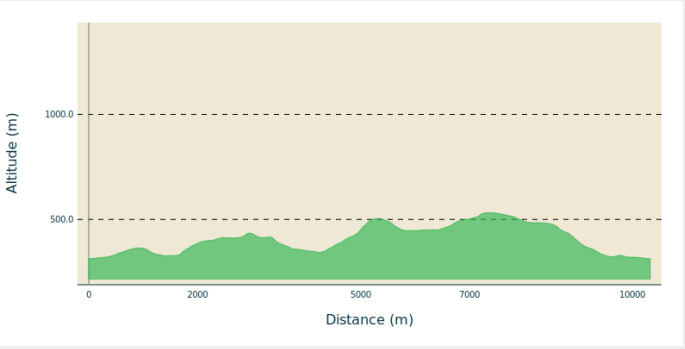
- Práctica : Trail
- Duración : 1 h 30
- Distancia : 10.3 km
- Desnivel positivo : 421 m
- Dificultad : Fàcil
- Tipo : Boucle
- Temática : Point de vue

dificultades que un corredor de trail deberá afrontar correctamente.

Itinerario

Salida : Aparcamiento del área para autocaravanas de Vabres-l’Abbaye
Llegada : Aparcamiento del área para autocaravanas de Vabres-l’Abbaye
Puntos de interés : Grands Causses Espace Trail
Communes : 1. Vabres-l'Abbaye

Perfil altimétrico



Altitud mín 313 m Altitud máx 532 m

1. Este recorrido comienza suavemente por un bonito sendero bordeado por un pequeño muro de piedra. Después de cruzar el arroyo a pie, recorrerá 100 metros por carretera, hará un giro a derecha e izquierda y comenzará una bonita subida por un sendero técnico y erosionado, con 40 m de desnivel positivo, lo justo para encontrar el ritmo adecuado.
2. A continuación, se adentrará en el valle de la Dourbiette para afrontar las laderas de Montcamp. Aquí comienza la parte más intensa del recorrido, con senderos pedregosos, tramos de una sola pista muy divertidos y sinuosos, y bonitas pistas de tonos rojizos, ya que el Rougier está cerca. En algunos claros de la vegetación podrá contemplar el municipio de Vabres, que se extiende por el valle del Dourdou.
3. Tras atravesar este bosque de pequeños robles, se adentrará en un bonito bosque tranquilo y refrescante en verano. Es el momento de recuperar el aliento, porque el tramo final es el que da todo su valor a este recorrido.
4. Después de un breve tramo por carretera, comienza una subida muy técnica por el sendero de Joncas, erosionado por el paso del tiempo. El terreno exige prudencia y atención, pero será todo un placer para los corredores de trail que descubran, bien escondido en este bosque de Vanière, un tramo exigente y una auténtica joya que merece la pena disfrutar.
5. Al llegar a la granja de Vieuzet, solo tendrá que dejarse llevar cuesta abajo hasta el punto de partida, sin dejar de prestar atención al recorrido por esta zona residencial.

En su camino...


la Salze
le Tounic
VABRES-L'ABBAYE
le Vieuzet
Vanière
Balros
le Pesquié
les Condamines
Mas de Gantou
Mas de la Vigne
le Joncas
la Môle
Puech de la Martelle
Mas de Cadenet
Dourbiette
Montcamp
Mas de Poumet
les Teiches
le Dourdou de Camarès
les Tux
Dourbie
le Montet
Mas de Ferrières
1
2
3
4
5
300 m
Leaflet | Plan IGNV2 - Carte © IGN/Geoportail

Información útil

Recomendaciones

Reserva de agua - Reserva energética - Calzado adecuado - Chaqueta impermeable

Matériel

Lleve consigo una reserva de agua y ropa adecuada.

Comment venir ?

Transportes

Toda la información está disponible en el sitio web de la oficina de turismo.

Acceso por carretera

Por la D999, entre Millau y Albi, 4 km después de Saint-Affrique

Parking recomendado

Aparcamiento del área para autocaravanas de Vabres-l'Abbaye

Puntos de información

OT Pays du Roquefort (St-Affrique)
Boulevard Aristide Briand, 12400 Saint-Affrique

contact@roquefort-tourisme.fr
Tel : 0565585600
http://www.roquefort-tourisme.fr/

