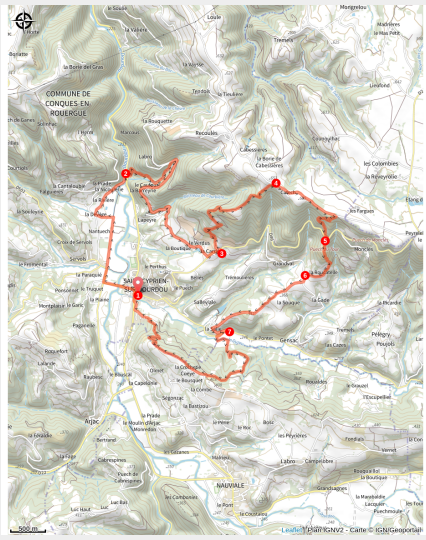
Parcours Terra Trail n°13 St Cyprien

Croix du phyloxera, Saint-Cyprien



Chaque foulée vous transporte des anciens marécages asséchés par les moines jusqu'aux hauteurs panoramiques du Verdus.

En quittant le village, autrefois célèbre pour son artisanat foisonnant et ses foires ancestrales, vous franchirez le Dourdou au moulin de Sanhes avant de vous enfoncer dans les bois. L'ascension vous mènera sur les crêtes où un vaste point de vue se dévoile, s'étendant par temps clair jusqu'aux monts du Cantal. Le parcours devient plus technique et sauvage lors de la descente par une sente étroite et boisée. Ne manquez pas le crochet par la « Croix du Phylloxéra », vestige poignant érigé à la fin du XIXe siècle, offrant un panorama sur la vallée du Duzou. Entre passages à gué et traversées de

Información útil

Práctica : Senderismo

Distancia : 18.1 km

Desnivel positivo : 696 m

Dificultad : Medio

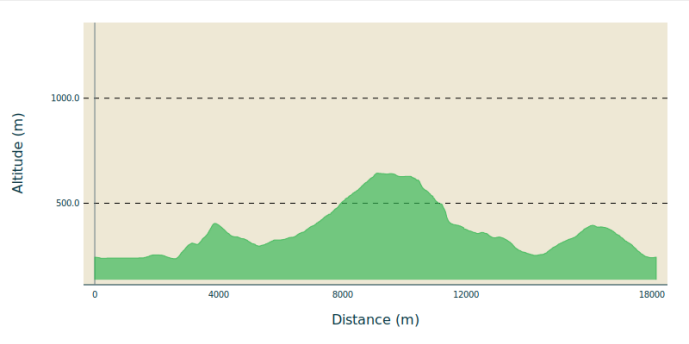
Tipo : Boucle

hameaux, vous profiterez du microclimat qui fait la renommée de ce secteur.

Itinerario

Salida : Parking Régis
Llegada : Parking Régis
Communes : 1. Conques-en-Rouergue 2. Nauviale

Perfil altimétrico

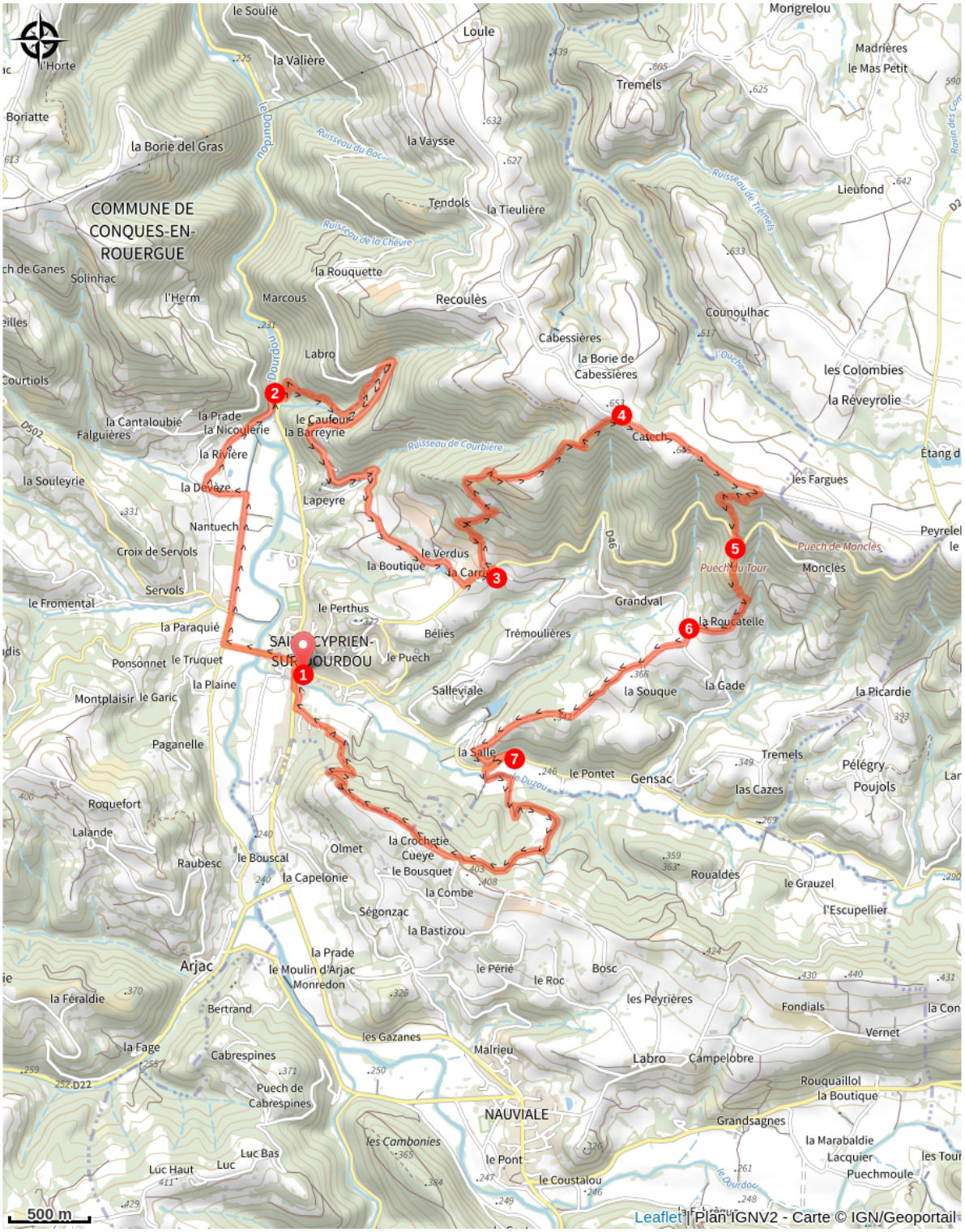


Altitud mín 236 m Altitud máx 643 m

1. Depuis le parking, prendre à gauche sur la D46. Après environ 50 m, tourner à droite, puis à gauche au niveau de la mairie. Continuer sur une centaine de mètres en laissant l’école primaire sur votre droite. Suivre la route tout droit jusqu’à l’intersection suivante, puis prendre à droite en direction de Noailhac. Suivre cette route sur environ 400 m avant de bifurquer à droite et poursuivre sur la route jusqu'au moulin de Sanhes.
2. Traverser le pont sur le Dourdou et s'engager sur le chemin de randonnée en face, qui monte dans les bois. Après quelques centaines de mètres, quitter le sentier principal et prendre à droite la route de la Rouquette, la suivre sur 1,5 km. Rejoindre ensuite la route de la Boutique, en passant par le lieu-dit Le Verdus, jusqu’à atteindre la D46. Tourner à gauche pour continuer votre parcours. Après le lieu-dit La Carrière, à 150m, virer en épingle à gauche.
3. Monter par une petite route, puis une piste forestière tantôt dans les bois, tantôt à découvert. Rejoindre la crête et une route (passage canadien).
4. Quitter le GR® et prendre la route à droite sur 800 m. Après avoir dépassé un bois de sapins, à 200 m, s’engager dans le bois à droite sur un étroit sentier (être très vigilant, passage peu visible) ; descendre à travers bois par une « sente » à peine marquée (bien suivre le balisage) jusqu’à la D 46.
5. Déboucher sur la route au niveau d’un virage (être extrêmement prudent). Traverser et faire un aller/retour à la « Croix du Phylloxéra » en empruntant le sentier en face (large panorama sur la vallée du Duzou, la croix a été érigée à la fin du XIXe siècle lors de l’épidémie qui dévasta le vignoble). Revenir à la route D 46 et la remonter à droite sur 500 m. Obliquer à droite vers Monclès. Virer en épingle à droite. Descendre vers la vallée. En cours de descente, bifurquer à droite sur un chemin de terre (être attentif). Traverser à gué un petit ruisseau. Atteindre la petite route de Grandval.
6. La suivre à gauche sur 150 m. Tourner à droite vers La Souque. Avant la ferme, continuer tout droit sur un chemin de terre. À La Salle, prendre à gauche au niveau de la piscine et descendre la route jusqu’à la D 502.
7. Prendre à droite sur 150m puis prendre le sentier à gauche sur 500m. Prendre à droite au premier croisement et poursuivre le chemin sur 600m. Prendre à gauche au prochain croisement et rejoindre la route. Continuer sur 100m puis

prendre le chemin en face sur 1km. Prendre à le chemin en épingle à gauche. Descendre la route qui traverse le lotissement et prendre à droite àprès la dernière maison du lotissement. Rejoindre la départementale pour retrouver votre point de départ.

En su camino…


le Soulié
Loule
Mongrelou
Madrières
le Mas Petit
la Valière
l'Horte
Tremels
Boriatte
la Borie del Gras
la Vaysse
Ruisseau du Bac
Ruisseau de Tremels
Lieufond
COMMUNE DE CONQUES-EN-ROUERGUE
Tendols
la Tieulière
Ruisseau de la Chèvre
la Rouquette
Solinhac
l'Herm
Marcous
Recoulès
Counoulhac
Cabessières
la Borie de Cabessières
Labro
les Colombies
la Réveyrolie
la Cantaloubie
Falguières
la Prade
la Nicoulerie
le Caufour
la Barreyre
Ruisseau de Courbière
Catech
la Rivière
la Souleyrie
la Devèze
Lapeyre
les Fargues
Nantuech
Croix de Servols
le Verdus
la Boutique
la Carri
Puech de Monclès
Moncles
Servols
le Fromental
le Perthus
Grandval
la Roucatelle
la Paraquié
Béliès
Trémoulières
SAINT-CYPRIEN-SUR-DOURDOU
Ponsonnet
le Truquet
le Puech
la Plaine
Salléviale
la Souque
la Gade
la Picardie
Montplaisir
le Garic
Paganelle
la Salle
le Pontet
Gensac
Tremels
Pélégry
Poujols
las Cazes
Roquefort
Lalande
Olmet
la Crochetie
Cueye
le Bouscal
Raubesc
la Capelonie
le Bousquet
la Combe
Roualdès
le Grauzel
l'Escupellier
Ségonzac
la Bastizou
la Prade
Arjac
le Moulin d'Arjac
Monredon
le Périé
le Roc
Bosc
les Peyrières
la Féraldie
Bertrand
Fondials
Vernet
les Gazanes
la Fage
Cabrespines
Malrieu
Labro
Campelobre
Puech de Cabrespines
Rouquaillol
la Boutique
NAUVIALE
Grandsagnes
les Cambonies
la Marabaldie
Lacquier
Luc Bas
Luc Haut
Luc
le Pont
le Coustalou
Puechmoule
500 m
Leaflet | Plan IGNV2 - Carte © IGN/Geoportail

Información útil

Comment venir ?

Acceso por carretera

À Rodez, prendre la direction Conques par la D 901 jusqu’à Saint-Cyprien (30 km de Rodez).