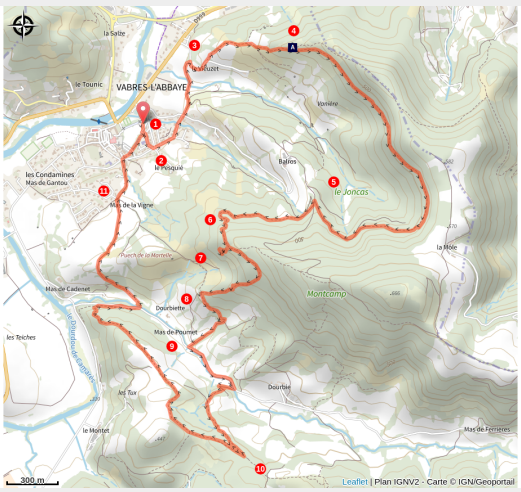
Circuit du Joncas et de La Martelle

Des falaises de Roquefort au Rougier



Vabres l'Abbaye (Virginie Govignon)



Dans un paysage empreint de quiétude, entre deux vallées qui présagent la rencontre des rivières Sorgues et Dourdou, cette grande boucle vous invite à découvrir un patrimoine discret et étonnant

Tout un passé se recompose au fil de cette balade bucolique en pays vabrais. Tombes wisigothiques, carrière de sable désaffectée, grotte de Saint-Apolit jalonnent cette rando qui passe à travers les bois et le site du Joncas, qu'irriguent plusieurs ruisseaux. De difficulté moyenne, ce parcours est la version longue du « Circuit des tombes par Saint-Apolit ».

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 3 h 15

Longueur : 10.7 km

Dénivelé positif : 440 m

Difficulté : Moyen

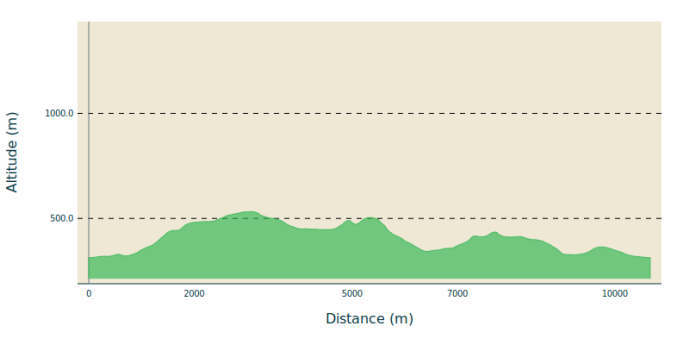
Type : Boucle

Thèmes : Flore, Histoire et patrimoine, Point de vue

Itinéraire

Départ : Parking de l'aire des camping-cars de Vabres-l'Abbaye
Arrivée : Parking de l'aire des camping-cars de Vabres-l'Abbaye
Balisage : PR
Communes : 1. Vabres-l'Abbaye

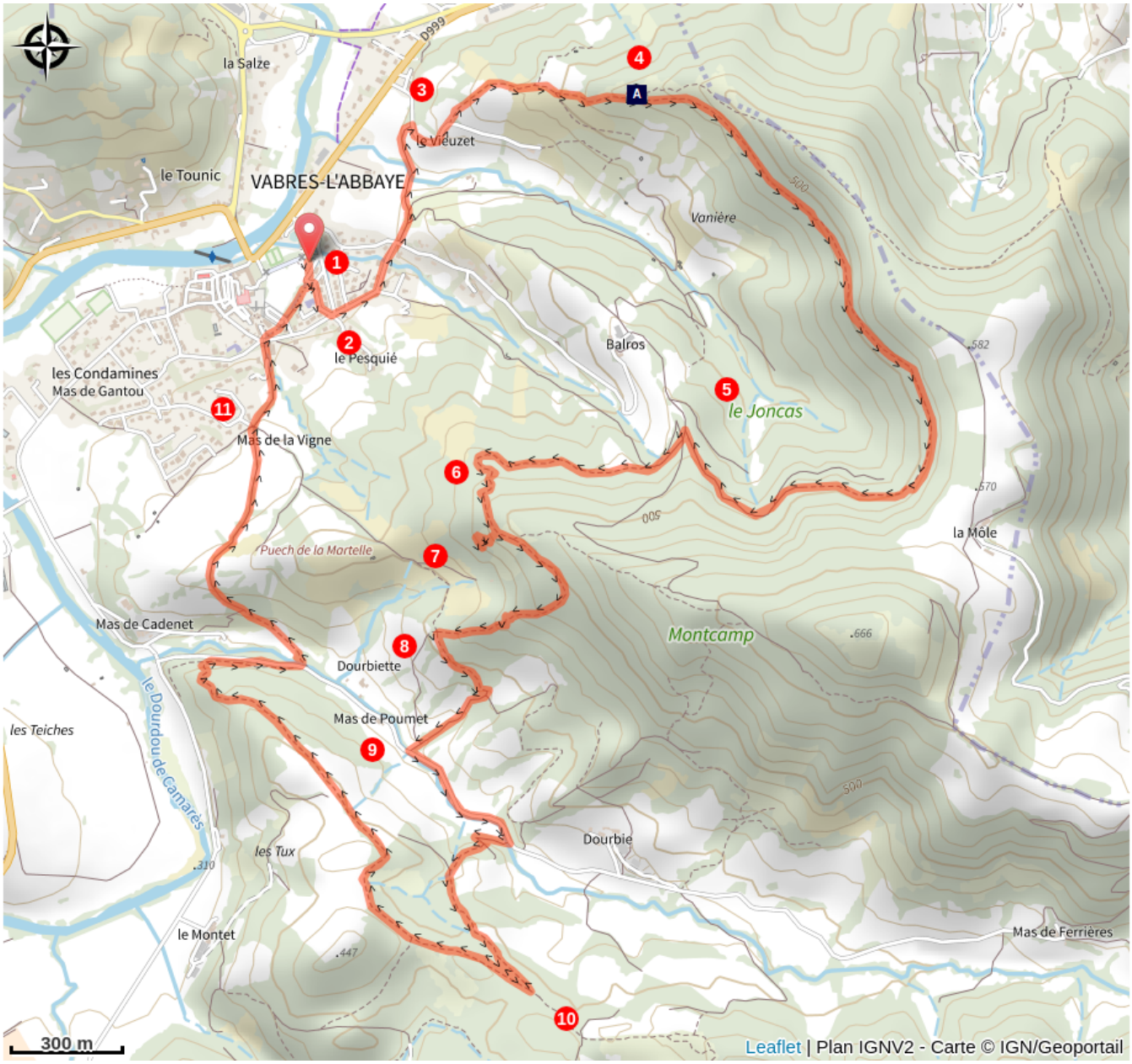
Profil altimétrique



Altitude min 313 m Altitude max 532 m

1. Depuis l'angle sud du parking, monter en direction de l'école, puis la longer jusqu'à atteindre la Rue du Pesquié.
2. Prendre à gauche la rue du Pesquié jusqu'à l'embranchement de Balros, continuer tout droit direction Vanière, le Vieuzet, les Tombes, le Joncas.
3. A la sortie du Vieuzet quitter le chemin goudronné pour prendre le sentier à gauche direction les tombes et le Joncas. Continuer sur 600 m.
4. A gauche, un petit aller-retour est possible pour voir les tombes creusées dans le rocher (suivre le balisage).
5. Au sud-est de Balros tourner à gauche, monter sur 30 m, puis descendre légèrement à droite. Au carrefour suivant, au sud de Balros, continuer tout droit sur la piste pendant 600m. Prendre le chemin qui monte sur la gauche sur 150 mètres.
6. Arrivé au belvédère, profiter de la vue sur Vabres l'Abbaye, puis continuer sur le sentier en direction du Sud sur 100m.
7. Sur votre droite possibilté de faire un aller retour à une grotte. C'est une ancienne carrière de sable. Sinon continuer tout droit sur 50 mètres jusqu'au carrefour du Puech de la Martelle. Descendre à droite en direction de Saint-Apolit.
8. Au carrefour de Saint-Apolit prendre à gauche.
9. A la route, tourner à gauche, puis continuer sur 400m avant de prendre à droite.
10. Au carrefour du Frioulas, tourner à droite en épingle. Descendre dans le bois sur environ 1,7 km. Arrivé à la route, tourner à droite et la suivre sur 150 mètres avant de prendre à gauche. Sauter le ruisseau puis suivre le sentier du Rougeiras, en direction de Vabres.
11. A l'entrée de Vabres, au carrefour du Mas de la vigne descendre tout droit par le chemin des écoliers, et rejoindre le point 2 puis le parking de départ.

Sur votre route...



Les tombes (sépultures wisigothiques) (A)

Toutes les informations pratiques

Matériel

Prévoir une réserve d’eau et une tenue adaptée

Comment venir ?

Transports

Toutes les informations sur le site de l'office de tourisme

Accès routier

Sur la D999 Millau - Albi, à 4km de Saint-Affrique

Parking conseillé

Parking de l'aire des camping-cars de Vabres-l'Abbaye

Lieux de renseignement

OT Pays du Roquefort
Avenue de Lauras, 12250 Roquefort/ Soulzon

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



Sur votre route...



Les tombes (sépultures wisigothiques) (A)

À Vabres-l’Abbaye, deux groupes de tombes rupestres wisigothiques (Ve-VIIe siècles) sont visibles sur un plateau surplombant le village. Creusées dans la roche, ces sépultures, souvent pour deux personnes, renseignent sur la stature moyenne des habitants de l’époque (environ 1,62 m pour les hommes et 1,54 m pour les femmes). Ce site, étudié par la Société Archéologique du Rougier et des Avant-Causses, constitue un précieux témoignage des pratiques funéraires et de la vie locale à l’époque wisigothique.

Attribution : Roquefort Tourisme