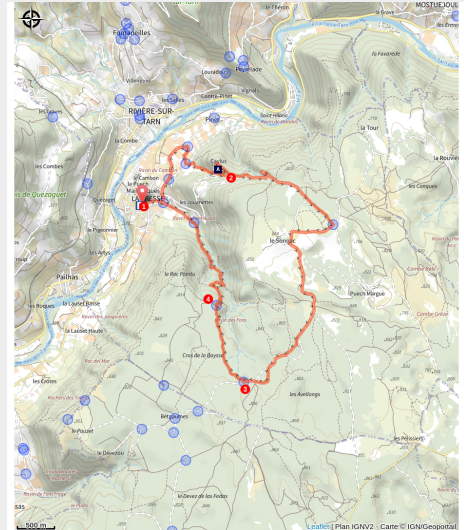


Trail N°06 - La Cresse

Gorges et Vallée du Tarn (GR® 736)



L'équipe de Belgique de trail sur le parcours 6 (GBarrabe)



Une montée vitaminée parmi les vergers, une chevauchée près du centre équestre sur le Causse Noir, puis une descente hautement technique dans un ravin encaissé : une boucle savoureuse comme la cerise de La Cresse

La descente piégeuse dans le ravin de Font Auzal - attendez-vous à varier les poses de pied - est le morceau de bravoure final de ce parcours splendide, qui commence par l'ascension des coteaux de La Cresse, parmi les vergers, jusqu'au hameau médiéval de Caylus juché sur son promontoire. Un pur régal de trail, à flanc de falaise comme sur les larges pistes forestières du Causse Noir

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 2 h

Longueur : 12.2 km

Dénivelé positif : 502 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Histoire et patrimoine, Point de vue

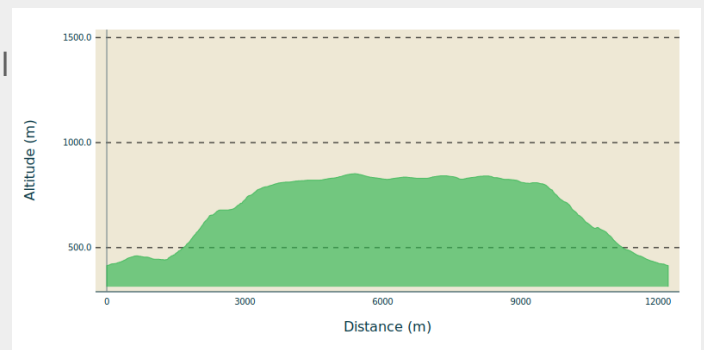
Itinéraire

Départ : Carrefour de l'église, La Cresse

Balisage : ➡ Grands Causses Espace Trail

Communes : 1. La Cresse

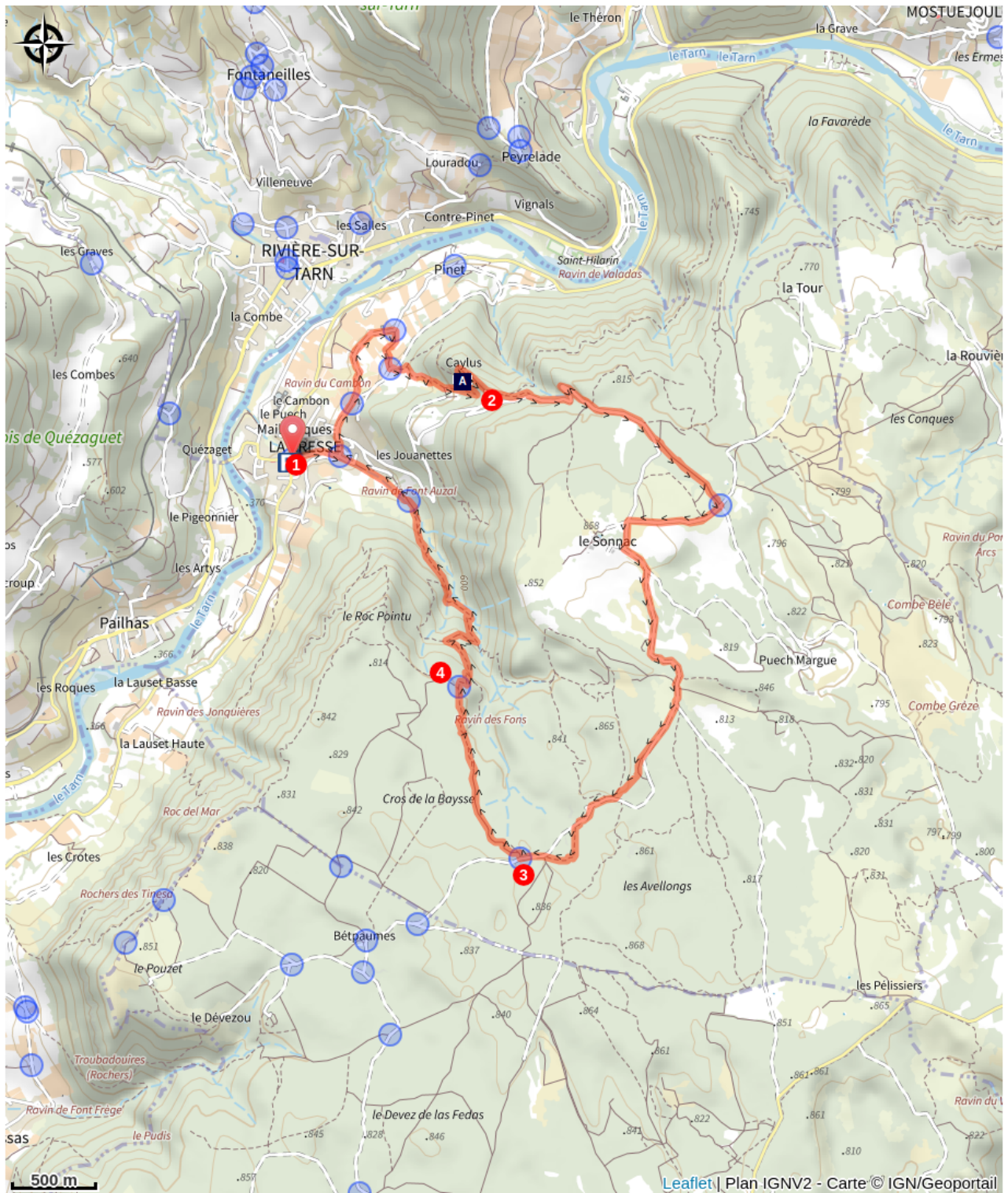
Profil altimétrique



Altitude min 414 m Altitude max 852 m

1. Du centre du village, on emprunte la route vers le Causse puis on navigue sur des pistes au milieu des cerisiers qui nous amène au hameau de Caylus, ses bâtisses remarquables et sa vue époustouflante.
2. Un single nous permet de monter au-dessus du village pour rejoindre la route du Sonnac. Passé le centre équestre, on déroule sur une piste boisée pendant environ 3 kms.
3. Après le grand espace de retournement, un petit chemin entre dans le bois, on le suit jusqu'à bifurquer dans la forêt pour aller trouver l'entame de la descente.
4. Un single technique serpente dans les bois jusqu'à rejoindre le ravin de Font Auzal, on passe entre les habitations des Jouanettes avant de retrouver la route du Causse et retrouver notre point de départ.

Sur votre route...



La Vallée des Respirs (A)

Toutes les informations pratiques

Recommandations

Réserve d'eau de 1,5 l - réserve énergétique - blouson de pluie.

Comment venir ?

Transports

Pour trouver un moyen de transport rendezvous sur [Transport Aveyron](#). Pensez au covoiturage et à l'autostop [Rezopouce](#) ; [Aires de covoiturage](#)

Accès routier

Depuis Millau, prendre la direction de Paulhe via la D187.

Parking conseillé

Eglise de la Cresse

Lieux de renseignement

Office de Tourisme Millau Grands Causses

1, place du Beffroi, 12100 MILLAU

contact@ot-millau.fr

Tel : 05 65 60 02 42

<https://www.explore-millau.com/>



Source



Espace Trail cofinancé par l'Union Européenne



GRANDS CAUSSES Espace Trail

<https://rando.parc-grands-causses.fr/search?practices=18>

Sur votre route...



👁️ La Vallée des Respires (A)

Le long de l'itinérance en Vallée du Tarn, l'artiste Bruno Mercet a imaginé, en co-production avec le Parc des Grands Causses, l'installation de 5 plateformes de contemplation du paysage.

Conçues sous la forme d'un tapis de yoga et d'un coussin zafu, modulées à chaque station, ces plateformes invitent à ralentir le rythme et à ouvrir en grand les yeux pour saisir l'essence de chaque sous-unité paysagère : vallée fleurie, vallée urbaine, vallée sèche, vallée noyée, vallée enchantée, laissez-vous glisser...

[Pour en savoir plus...](#)

Crédit : RWJ-PNR Grands Causses