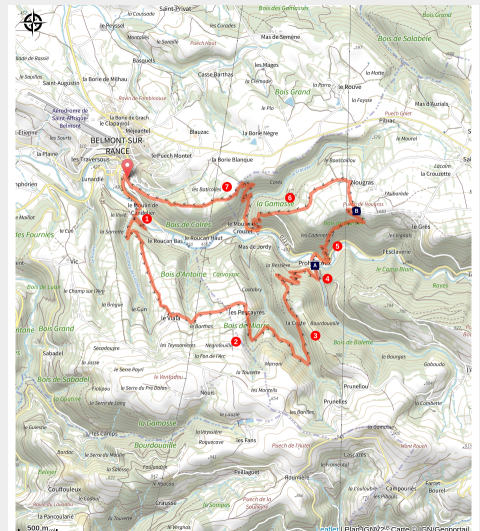


Trail N°31 Belmont - Vallée du Rance

Des falaises de Roquefort au Rougier



Collégiale de Belmont (G.Bertrand)



Arpentez les vallons et les ravins du pays belmontais, parsemés de forêts sauvages et de châtaigneraies anciennes : un terrain de jeu idéal pour un trail tout en relances, ascensions, descentes déroulantes et sinuosités

Au départ de la collégiale de Belmont, cette escapade sur les coteaux de la vallée du Rance alterne les montées techniques sur les plateaux, les descentes joueuses en milieu ombragé et les passages en ravin, avec en bonus un franchissement de ruisseau à gué. Au Puech de Nougras, ne manquez pas la statue-menhir, spectatrice de vos efforts sur ce parcours tout en variations

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 2 h

Longueur : 16.5 km

Dénivelé positif : 636 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

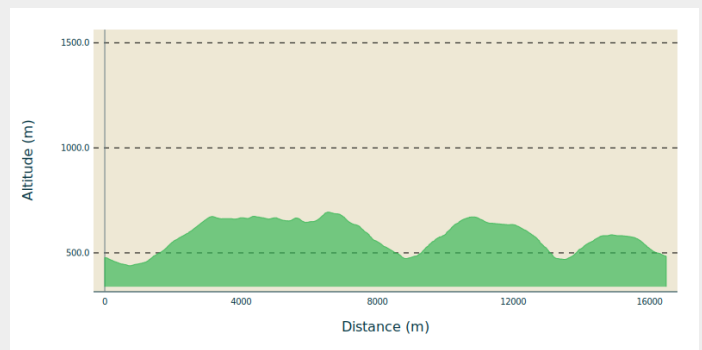
Itinéraire

Départ : Belmont

Arrivée : Belmont

Communes : 1. Belmont-sur-Rance
2. Mounes-Prohencoux

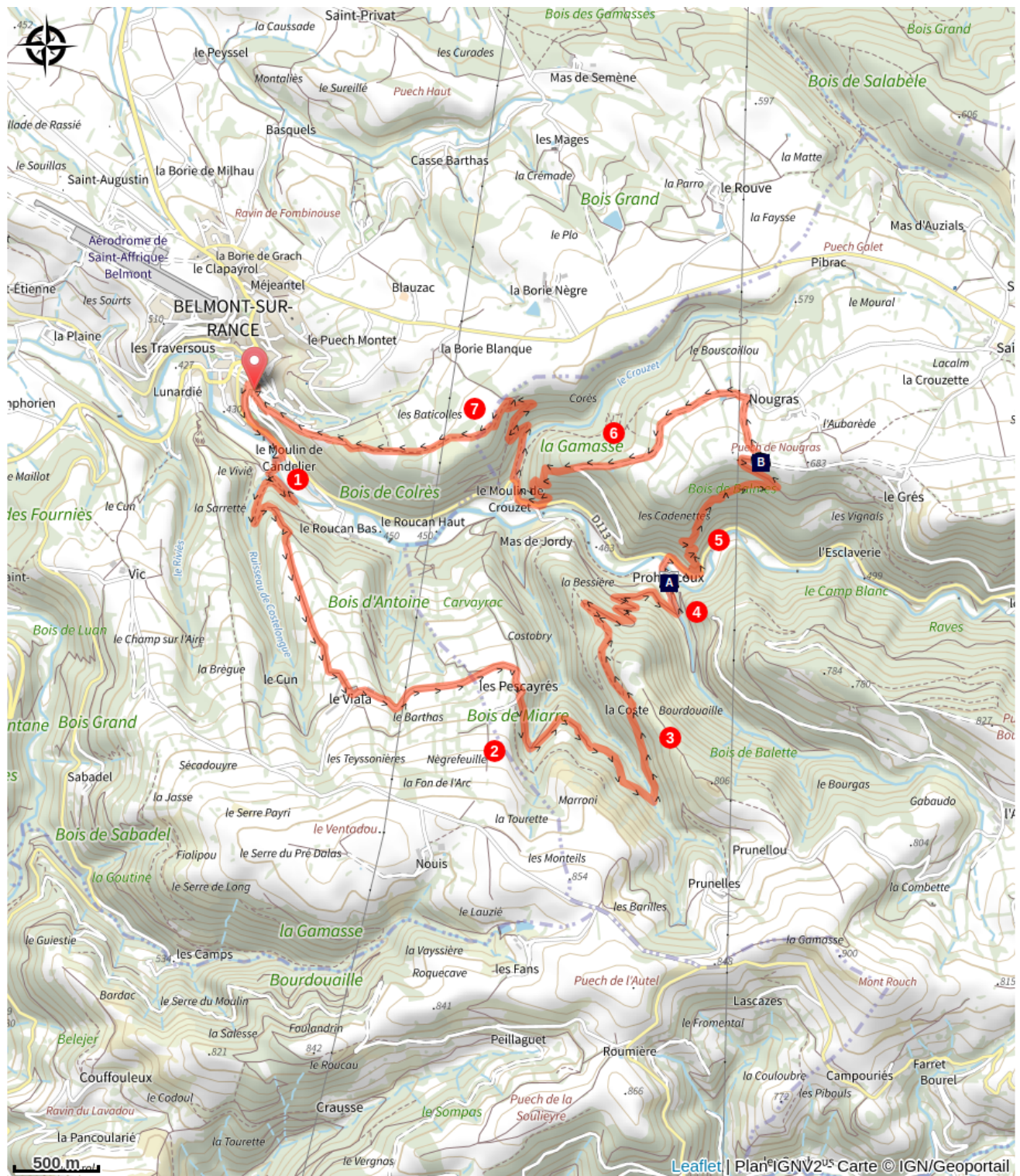
Profil altimétrique




Altitude min 439 m Altitude max 694 m

1. Après une petite descente jusqu'au Moulin de Candelier, on attaque franchement la montée sur Le Viala, un bon échauffement pour se hisser sur le plateau avec 220 m+ au menu de cette première bosse. Au sommet, belle vue sur ces monts tout en rondeurs, les difficultés se cachant dans le creux des vallons.
2. Une belle invitation pour dénicher ces spots techniques. Le premier d'entre eux, il arrive vite après avoir dépassé Les Pescayres. On s'engage alors dans un très beau ravin où le sentier a été totalement rénové pour se laisser glisser jusqu'au fond où l'on franchit à gué le ruisseau de Prunelles.
3. Après avoir «sauté» le petit cours d'eau, très beau cheminement sous couvert, il faut admirer ces gros châtaigniers centenaires, vénérables totems dans cette forêt sauvage et isolée. Un stop aux ruines du hameau La Coste s'impose également. Du haut du chemin, on peut admirer cet ensemble dévoré par une végétation généreuse ainsi que les constructions attenantes dont le réseau imposant de mieux murets.
4. La descente sur Prohencoux se fait sans problème, on récupère, c'est souple, c'est ludique, on jette un œil à ce petit hameau isolé.
5. Vous voilà à l'amorce d'un nouveau sentier qui était en sommeil. Le voici rénové pour grimper rive droite sur les flancs de la vallée du Rance, un très beau sentier bâti, exemple parfait du travail de construction d'autrefois qui inspire le respect. Là encore, ce sont 220 m+ à avaler pour se hisser au sommet du Puech de Nougras et à la ferme éponyme.
6. Nous sommes au km 12 et la course devient «active» dans son final avec la descente à la confluence du Crouzet et du Rance. Dans le bois de la Gamasse, l'allure est vive mais juste derrière, ça remonte franchement sur l'autre versant avec une pente à 10% tout en lacets sur 1 km.
7. Le final est en descente, on relâche, on profite de la vue, en plongeant sur le village en passant devant la chapelle de Sériguët.

Sur votre route...



 Prohencoux (A)

 Statue-Menhir du Puech de Nougras 1 (B)

Toutes les informations pratiques

Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

Zones interdites au bivouac

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre

Contact :

Se rapprocher de l'Office de Tourisme local

Le bivouac se définit comme le campement d'une nuit en pleine nature, constitué d'une installation discrète dressée à la tombée de la nuit et un camp plié au lever du jour (19h-9h). Il se pratique à la belle étoile, ou simplement sous une tente légère et dans un espace naturel. C'est une pratique principalement utilisée par les vététistes, les canoéistes ou les randonneurs, souhaitant dormir et n'ayant d'autres choix que de s'installer dans la nature, car trop éloignés de toutes infrastructures.

[Plus d'infos ici](#)

Lieux de renseignement

Office de Tourisme Rougier Aveyron Sud

contact@tourisme-rougier-aveyron.com

Tel : 0565992913

<http://www.tourisme-rougier-aveyron.com>



Sur votre route...



Prohencoux (A)

Il existait un château féodal à Prohencoux dès le XI^{ème} siècle, propriété du Vicomte de Béziers. Bâti vers 1625 par la famille de Juge sur un éperon rocheux, édifice de plan carré à allure massive, fenêtres à meneaux du XVI^{ème} siècle. Il y avait une chapelle paroissiale.

Crédit : OT du Pays Belmontais



Statue-Menhir du Puech de Nougras 1 (B)

Ce pays est habité. Il est peuplé de statues-menhirs dont l'âge est estimé à 3500 -2500 ans avant J.C. Toutes appartiennent au groupe rouergat, un des ensembles les plus abondants et certainement un des plus anciens. Il occupe dans le Sud de l'Aveyron, les bassins du Dourdou et du Rance principalement. A la différence des menhirs, ce sont de véritables statues aux motifs gravés ou sculptés.

Mystérieuses, elles sont inexplicables, elles n'expliquent rien ou si peu. Tantôt hommes, tantôt femmes, divinités terrestres, elles sont là et nous rappellent à la mémoire des hommes du Néolithique.