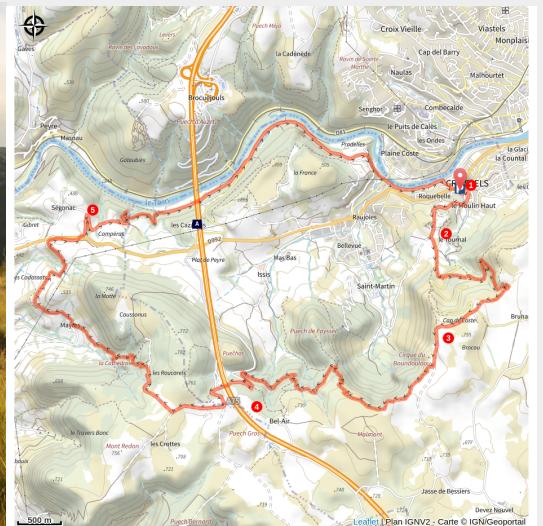


# Trail N°04 - Creissels / Le Larzac

Des Gorges du Tarn au Causse du Larzac



Les corniches du Boundoulaou (GBarrabe)



De l'étendue du Larzac aux abords du Viaduc de Millau, un parcours en tous points immense. Trois départs possibles et une même sensation exaltante au moment d'atteindre le plateau et de dérouler sous le ciel des causses

Une ascension agréable, le sentier du Facteur, vous expédie à l'assaut du Larzac, vaisseau calcaire tout en faux-plats montants, qui vous réserve une vue d'exception sur le cirque du Boundoulaou. Passé un col, un single vous redescend dans la vallée pour un final déroulant par la Trace verte du Viaduc, qui risque d'en laisser (des traces) si vous n'en avez pas gardé sous le pied !

## Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 4 h

Longueur : 20.9 km

Dénivelé positif : 821 m

Difficulté : Moyen

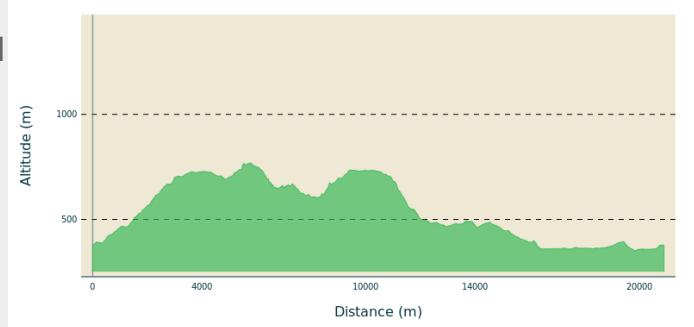
Type : Boucle

Thèmes : Eau, Géologie, Point de vue

# Itinéraire

**Départ :** Parking salle des fêtes, Creissels  
**Balisage :**  Grands Causses Espace Trail  
**Communes :** 1. Creissels  
2. Saint-Georges-de-Luzençon

## Profil altimétrique



1. Départ depuis la place principale puis on grimpe pour rejoindre l'école, on traverse le cours d'eau puis on rejoint le sentier qui contourne le Tournal pour sortir à l'aire de d'atterrissement de Brunas.
2. Quelques dizaines de mètres de bitume puis on enchaîne sur le sentier du Facteur qui nous mène sur le Larzac et rejoindre l'aire de décollage de Brunas et son chalet.
3. On passe devant l'aire de vision de Cap de Coste pour rejoindre le sentier du Boundoulaou. Le sentier redescend vers un petit col dont on prend le chemin de gauche en lisière de forêt pour rejoindre la piste sud du Viaduc.
4. La piste remontée, on passe sous l'autoroute pour récupérer les grandes pistes des Cathédrales. La pistes récupère un sentier qui descend sur la ferme de Mayres puis continue jusqu'à la D992 et plonge avant le hameau de Ségonac.
5. On descend depuis une piste pour rejoindre la Trace Verte. Retour jusqu'à Creissels et la place centrale.

# Sur votre route...



Viaduc de Millau (A)

# Toutes les informations pratiques

## ⚠ Recommandations

Prévoir de l'eau et un équipement adapté à la pratique du trail

## Comment venir ?

### Transports

Se déplacer [en bus ou en train](#), en covoiturage [Aires de covoiturage](#), en autostop [Rezopouce](#).

### Accès routier

Creissels, à 5 minutes à l'ouest de Millau

### Parking conseillé

Parking devant la salle des fêtes, Creissels

## ⓘ 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...

---



## ➡️ Viaduc de Millau (A)

343 m de haut (une vingtaine de plus que la Tour Eiffel) pour 2.5 km de long. 3600 tonnes d'acier pour son tablier.

Une prouesse technique, un ouvrage d'art contemporain classé "Grands Sites de Midi-Pyrénées".

Des visites insolites : Jardins des explorateurs et découverte de la pile P2, parcours en canoë, en barque avec les Bateliers du Viaduc. à pied, en Quad, en parapente ...

Crédit : ©Grands sites Midi-Pyrénées