

# Chrono Pouncho

Des Gorges du Tarn au Causse du Larzac



Un final...piquant (Festival des Templiers)



De la base au sommet de la Pouncho d'Agast, la falaise emblématique de Millau, il n'y a pas plus direct : distance 2,5km, dénivelé 480m ! Un parcours harassant et joueur qui se prête aux challenges les plus audacieux

Pouncho'Clock, challenge Pouncho Chrono, final du grand trail des Templiers ou encore théâtre d'un record de dix allers-retours en moins de 10h : ce tracé en pente raide est le spot de proximité par excellence pour les runners millavois. Avec ses singles exigeants et ses hautes marches en guise de final, la Chrono Pouncho est un redoutable demi-kilomètre vertical !

## Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 30 min

Longueur : 2.4 km

Dénivelé positif : 481 m

Difficulté : Moyen

Type : Montée

# Itinéraire

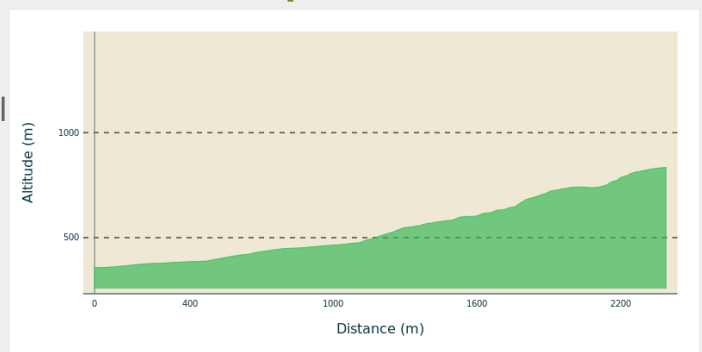
**Départ** : Rond Point du confluent - Millau

**Arrivée** : Aire de décollage Pouncho

**Balisage** : ➡ Grands Causses Espace Trail

**Communes** : 1. Millau

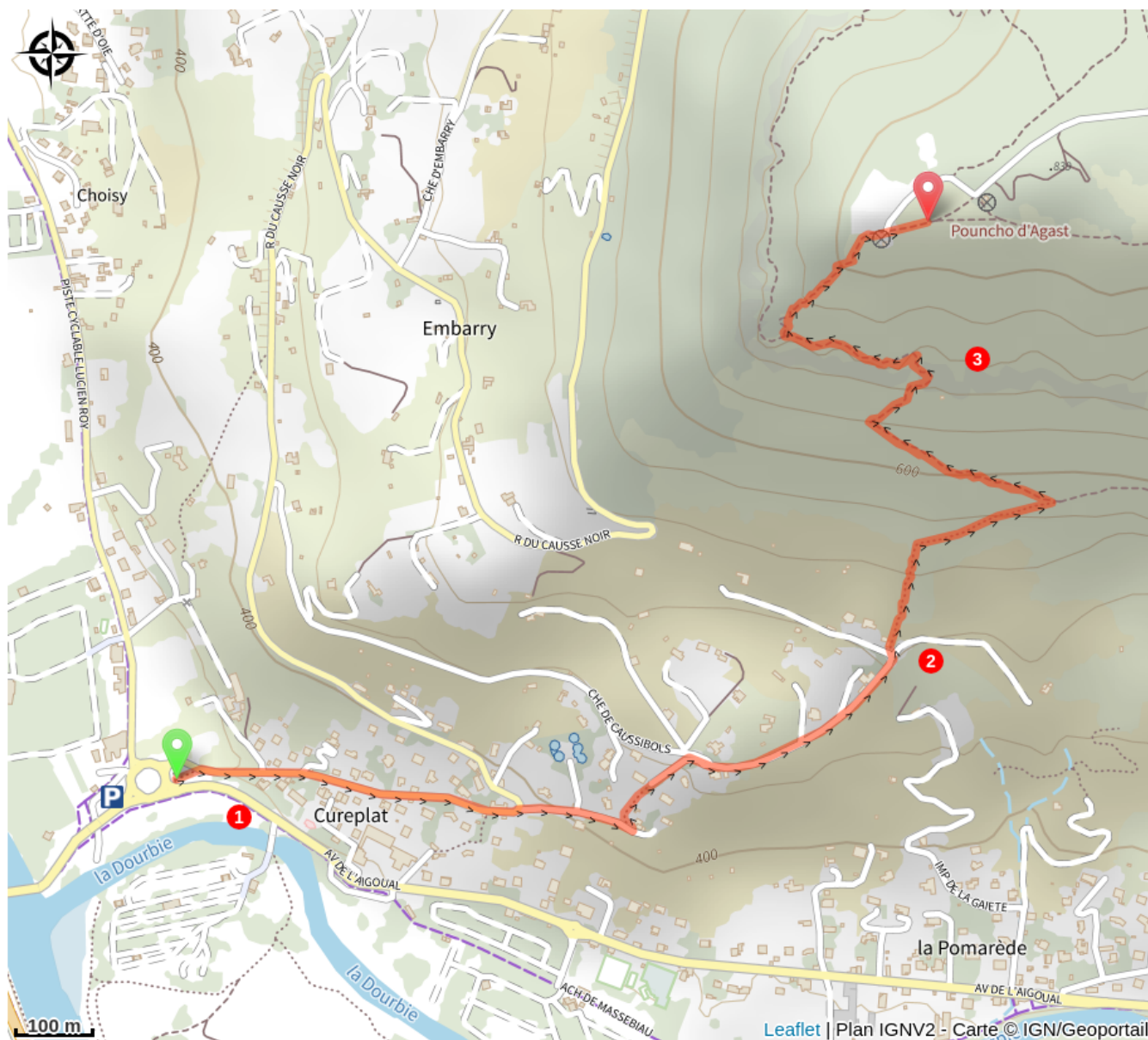
## Profil altimétrique



Altitude min 357 m Altitude max 834 m

1. On s'échauffe, ça démarre direct par la montée bitume de "la Pouch'" via la D110. Dans la première épingle, on tire tout droit avec encore un peu plus de pente et on ressort au calvaire du chemin de Caussibols.
2. On est entré dans le premier kilomètre et on passe d'un coup sur un single qui n'a pas oublié de grimper ! On rejoint les luminaires qui éclairent la Pouncho puis via deux grandes diagonales, on rejoint le passage de plus abrupt de l'ascension : entre les falaises.
3. Sortie sur un single en corniches pour quelques dizaines de mètres de répit. On attaque désormais la dernière partie, la plus cassante, on peut essayer sans les mains mais avec les 2 kms qui viennent de passer... On arrive enfin au "déco Pouncho"; quelques pas pour rejoindre l'aire de retournement puis l'escalier final. Le panneau libérateur est en haut des marches.

# Sur votre route...



# Toutes les informations pratiques

## 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

Zone des campings, au pied de la Pouncho.

### Parking conseillé

Parkings sur place