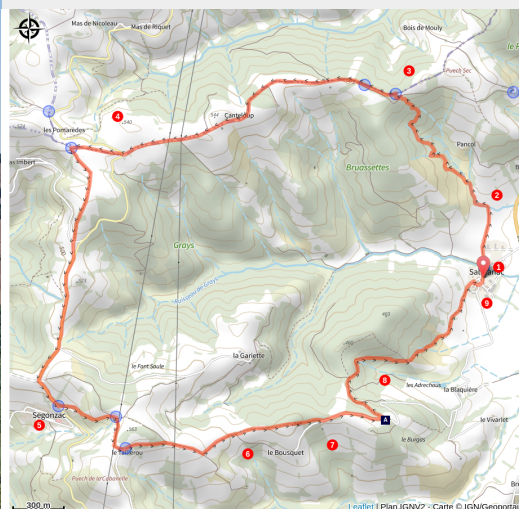


Canteloup

Des falaises de Roquefort au Rougier



Canteloup (Roquefort tourisme)



De superbes vues sur la plaine alluviale du Dourdou, aux teintes rougeoyantes, et sur la plaine de Salmanac vous attendent au gré de cette boucle familiale à travers champs et bois

Le ruisseau de Grays vous accompagne au début de cette balade familiale qui gravite autour du village de Salmanac. Passé un pont romain à une arche, le parcours ondule parmi les buttes puis, au gré d'une montée forestière, vous emmène sur un plateau. Au retour à Salmanac, ne manquez pas la petite chapelle et les deux sarcophages attenants

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 2 h 45

Longueur : 9.4 km

Dénivelé positif : 341 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Flore, Point de vue

Itinéraire

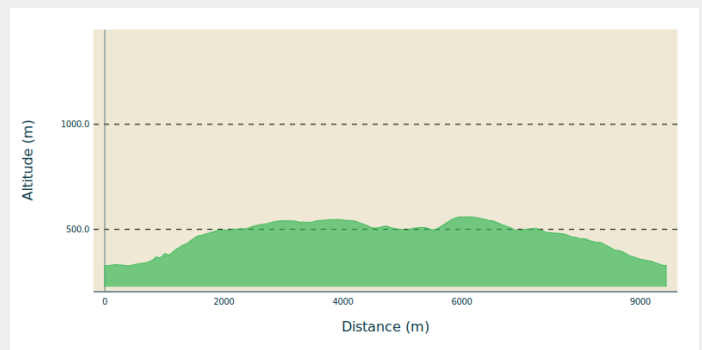
Départ : Salmanac (Commune de Vabres l'Abbaye)

Arrivée : Salmanac (Commune de Vabres l'Abbaye)

Balisage : — PR

Communes : 1. Vabres-l'Abbaye
2. Saint-Affrique

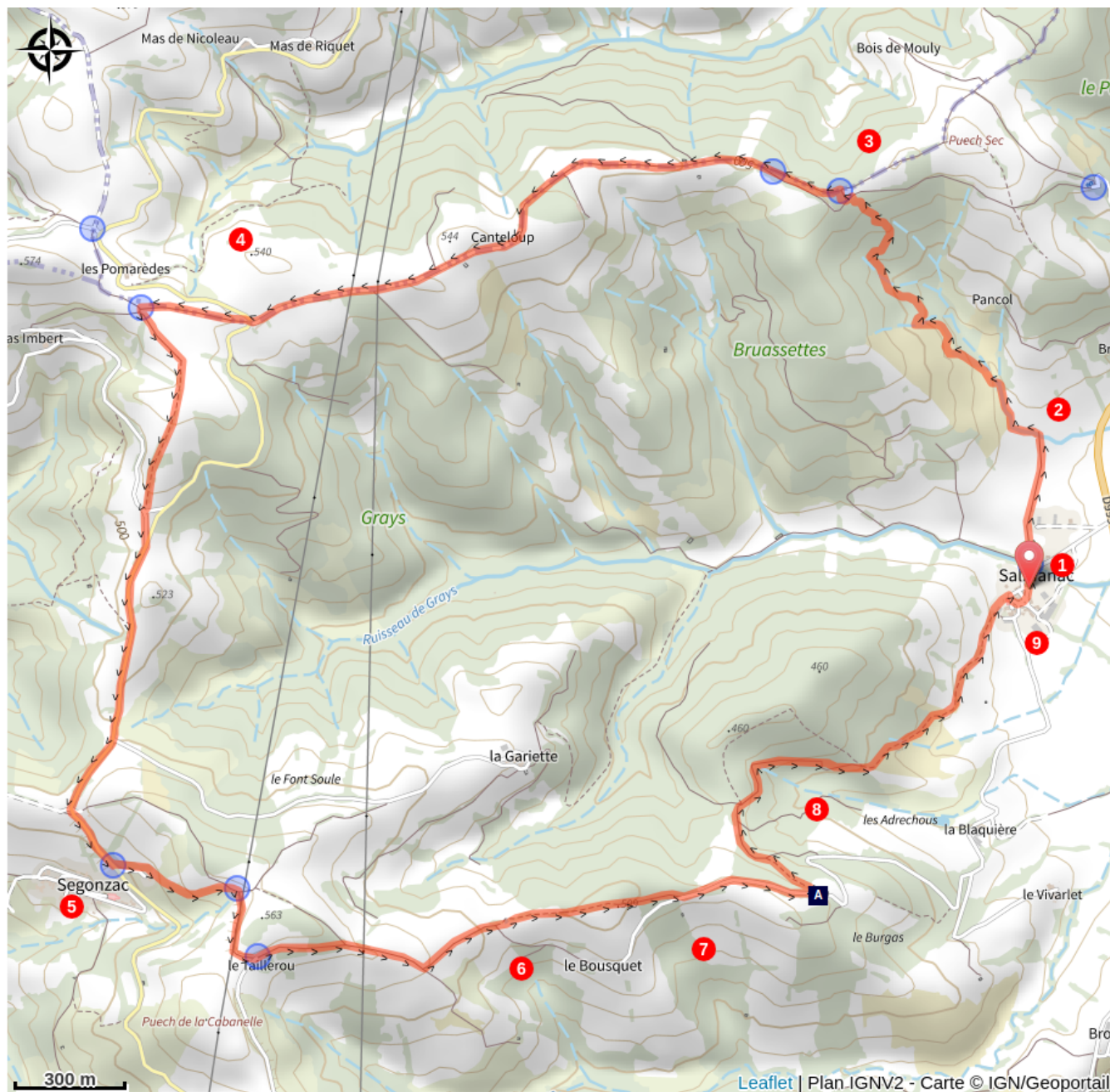
Profil altimétrique



Altitude min 327 m Altitude max 560 m

1. A la sortie du village prendre le chemin sur votre droite, puis longer les champs jusqu'au petit ruisseau.
2. Tourner à gauche et poursuivre jusqu'à la traversée du petit pont romain. Ensuite, continuer sur le sentier balisé remontant à travers bois. A la sortie du bois, prendre à gauche sur 20 m puis à droite.
3. Prendre le chemin sur votre gauche, puis continuer tout droit pendant environ 2km en suivant les directions Cantaloup, puis les Pomarèdes. .
4. Arrivé à l'ancienne laiterie des Pomarèdes prendre le chemin tout droit sur 400 m, puis tourner à gauche et suivre le sentier jusqu'à la route goudronnée. Continuer sur cette route jusqu'à l'entrée de Ségonzac.
5. Avant d'entrer dans le village, prendre un petit sentier à gauche et le remonter jusqu'au Taillerou. Passer à gauche des bâtiments et suivre le chemin direction le Bousquet.
6. Arrivé à une petite mare sur la gauche, la contourner et remonter la lisière du bois, suivre ce sentier jusqu'à la route.
7. Poursuivre sur 400 m environ, puis prendre le sentier en épingle sur votre gauche. Continuer sur le sentier balisé à travers bois.
8. Environ 100m après la sortie du champs, prendre sur votre droite, puis continuer à descendre dans le bois jusqu'à Salmanac.
9. Arrivé à Salmanac, tourner à droite pour observer la petite chapelle et deux sarcophages.

Sur votre route...



👁 Point de vue (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, 3,5 km au sud de Vabres l'Abbaye, tourner à droite direction Salmanac.

Parking conseillé

Dans le hameau de Salmanac

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

Lieux de renseignement

OT Pays du Roquefort (St-Affrique)

Boulevard Aristide Briand, 12400 Saint-Affrique

contact@roquefort-tourisme.fr

Tel : 0565585600

<http://www.roquefort-tourisme.fr/>



Sur votre route...



📍 Point de vue (A)

Vue sur la plaine de Salmanac et le Rougier.

Crédit : Roquefort Tourisme