

# Chastelle et Goutals- Trail n°23

PNR\_AUBRAC



Les estives aux abords de la forêt (@Mathilde Sagnes)



Une belle escapade autour de Saint-Urcize, idéale pour une sortie qui "déroule".

Immersion en plein cœur de l'Aubrac, au départ du charmant village de Saint-Urcize.

Chemins dans les estives, passages de rivières, sentiers dans la forêt: un circuit varié qui devrait vous combler.

## Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 2 h 45

Longueur : 20.0 km


Dénivelé positif : 455 m

Difficulté : Difficile

# Itinéraire

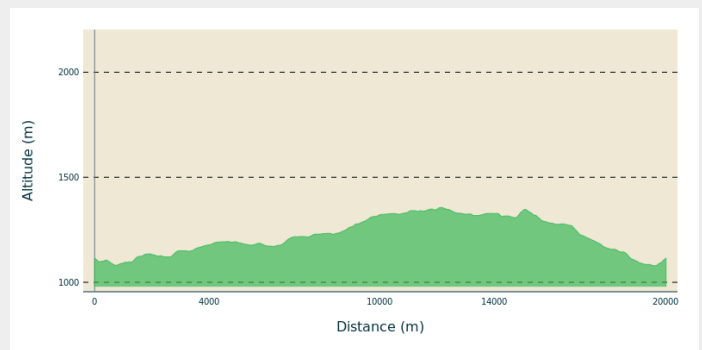
**Départ :** Village de Saint-Urcize

**Arrivée :** Village de Saint-Urcize

**Balisage :**  Lozère Trail Nature

**Communes :** 1. Saint-Urcize  
2. Recoules-d'Aubrac

## Profil altimétrique



Altitude min 1079 m Altitude max 1356 m

1. Après 500 mètres en descente pour sortir du village, cap au nord. Les 6 kilomètres qui suivent sont très roulants: une piste assez large entre de beaux pâturages, en faux plat montant
2. S'enchaîne ensuite une section de 1.5 kilomètre sur une petite route peu fréquentée
3. La fin de la partie goudronnée annonce le début d'une montée un peu plus conséquente, mais les pentes restent cependant douces.
4. Arrivée à la station de Saint-Urcize, le chemin laisse place à un magnifique sentier vallonné, dans une splendide forêt.
5. 1361 mètres d'altitude, c'est le roc de Carbonade, et le point le plus haut de l'itinéraire. La boucle continue joyeusement à serpenter dans le joli bois de Saint-Urcize
6. La descente devient un peu plus raide. La sortie de la forêt approche. S'en vient alors un agréable chemin qui ramène tranquillement au village.

# Sur votre route...



# Toutes les informations pratiques

## **Recommandations**

Traversées de propriétés privées, chiens interdits, même tenus en laisse.  
Itinéraire généralement enneigé de mi-novembre à début avril.  
Itinéraire déconseillé par temps de brouillard.

Suivre le balisage.

Respecter la nature :

- ne rien jeter sur le chemin,
- ne rien emporter de ce qui appartient à la nature,
- ne jamais s'écarter des chemins balisés,
- si besoin, effectuer ses besoins naturels loin des cours d'eau,
- montrer l'exemple en récupérant les déchets abandonnés par d'autres,
- respecter les mesures environnementales spécifiques aux zones naturelles traversées.

Respecter autrui :

- respecter les agriculteurs en refermant systématiquement barrières,
- respecter les autres usagers des sentiers -en période de chasse, soyez vigilant,
- si vous croisez des personnes en difficulté, entraide et solidarité sont les mots clefs,
- prévenir la collectivité si un problème est rencontré sur le sentier.

Se respecter :

- bien évaluer son niveau sportif et la difficulté de l'itinéraire avant de partir,
- se munir des réserves en eau et nourritures adéquates,
- être vigilant lors des passages sur routes,
- regarder les prévisions météorologiques, et se vêtir en conséquence,
- il est recommandé d'emporter son téléphone portable.

## **Lieux de renseignement**

### **Les Pays de Saint-Flour - Bureau de Chaudes-Aigues**

3 Place du Gravier, 15110 Chaudes-Aigues

[chaudesaigues.info@pays-saint-flour.fr](mailto:chaudesaigues.info@pays-saint-flour.fr)

Tel : 04 71 23 52 75

<https://www.pays-saint-flour.fr/>



## **Source**