

Parcours Terra Trail n°2 La Vinzelle



Trail de la Vinzelle



immersion totale pour un travail de foncier et de dénivelé sur l'un des sentiers les plus sauvages de la destination. Entre le mythique village de Conques, joyau de l'art roman sur le chemin de Saint-Jacques, et le bourg escarpé de La Vinzelle, ce tracé exigeant vous transporte dans un décor fascinant.

En parcourant les crêtes de Vielmont ou en grim pant vers la ferme de La Bécarie — ancien refuge des « Enfarinés » — vous profiterez de panoramas vertigineux sur la vallée du Lot. Ce parcours technique, qui serpente entre bois profonds et sentiers abrupts, vous fera franchir le Pont des Pèlerins et côtoyer l'héritage d'Henry Mouly, figure de la culture occitane. Une

Infos pratiques

Pratique : Trail

Longueur : 40.9 km

Dénivelé positif : 1908 m

Difficulté : Très difficile

Type : Boucle

aventure physique intense où chaque montée, de la chapelle de Monédiès aux rochers de la Roque-Basse, est une rencontre avec l'histoire millénaire de l'Aveyron.

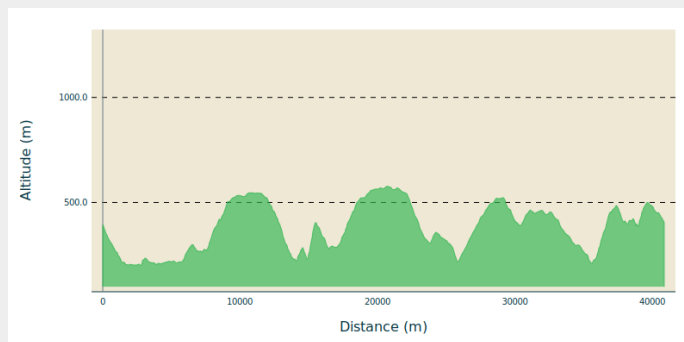
Itinéraire

Départ : Parking du village

Arrivée : Parking du village

Communes : 1. Conques-en-Rouergue

Profil altimétrique



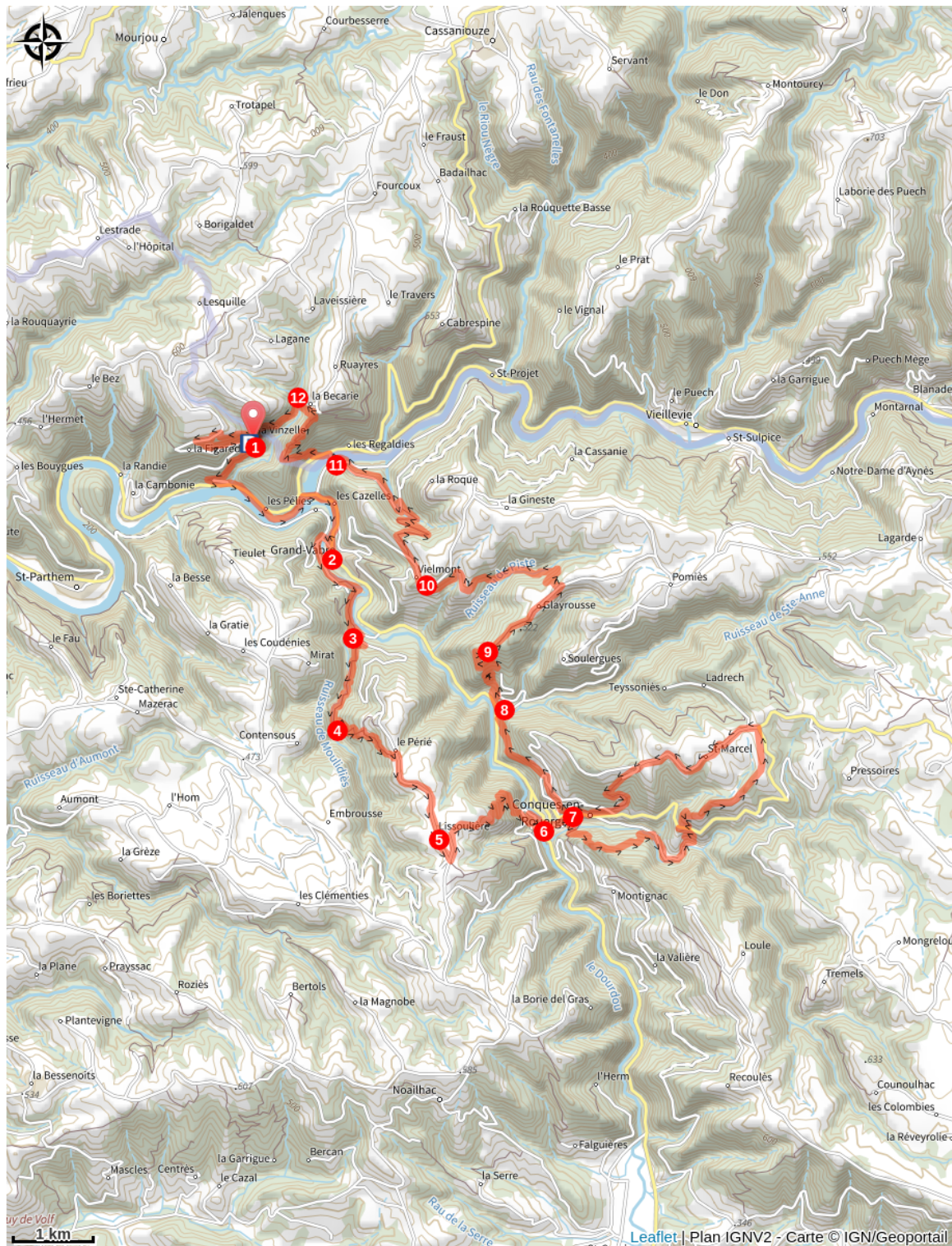
Altitude min 199 m Altitude max 577 m

1. Descendre la route en poursuivant à gauche, toujours en descendant. Prendre à gauche un très agréable chemin (ancienne route de La Vinzelle) qui rejoint la D 42. Suivre la route sur 100 m à gauche. Obliquer à droite sur un chemin bordant le Lot jusqu'au pont de Grand-Vabre. Suivre la D901 jusqu'à atteindre le village.
2. À Grand-Vabre, emprunter la D 901 jusqu'au restaurant « Chez Marie », puis à gauche la D 229 en direction d'Almont-les-Junies. 100 m après le Pont de Miquel, prendre à gauche sur 500 m la route du Pouget. Bifurquer à gauche sur le parcours de santé parallèle à la rivière. Traverser un ruisseau affluent du Dourdou.
3. Après la passerelle, rejoindre la route menant à Estampes. Tourner à droite et remonter la route jusqu'au virage. Après le virage prendre à droite un sentier dans le bois jusqu'à la chapelle de Monédiès.
4. À Monédiès, le chemin s'élève en serpentant en direction du Périé. 50 m après la fontaine du Périé, tourner à droite. La petite route conduit vers le village d'Aujols. (Voir texte sur Monédiès p.13).
5. Continuer tout droit jusqu'à une intersection, puis prendre à gauche en direction des Angles. Prendre le sentier tout droit jusqu'à atteindre une route. Poursuivre à gauche.
6. Traverser le Pont des Pèlerins pour regagner Conques par la rue Charlemagne.
7. Depuis le centre de Conques, prendre la rue pavée qui conduit à la porte de la Vinzelle que l'on franchira. Continuer tout droit vers l'oratoire de La Capelette. 200 m plus loin, rejoindre la D 42. L'emprunter à gauche sur 350 m. Dans le grand virage, s'engager sur la piste qui se transforme en sentier étroit jusqu'au lieu-dit Sainte-Anne.
8. À Sainte-Anne, emprunter la D 901 vers Grand-Vabre sur 130 m. Emprunter un sentier tout droit. Dans un virage en épingle, s'engager dans un sentier qui grimpe en serpentant jusqu'au lieu-dit La Borde.
9. À La Borde, emprunter le chemin de char sur 2 km jusqu'à Glayrouse. Après le hameau, prendre à gauche sur 100 m puis à droite le long d'une parcelle

(chicanes) pour pénétrer dans le bois. Continuer à descendre et traverser un petit ruisseau à gué puis remonter le sentier sur 2 km jusqu'à Vielmont.

10. A Vielmont, prendre la route des crêtes à droite sur 300m puis prendre le sentier qui monte sur la droite. Après le pylône électrique prendre le chemin à droite qui descend dans les bois et prendre à gauche le chemin de la roque-basse jusqu'au pont de Coursavy.
11. Traverser et prendre à gauche sur 200 m. Bifurquer à droite sur un sentier escarpé à travers bois. Au second croisement poursuivre à droite et monter à flanc, dans les bois, puis à découvert vers la ferme de La Bécarie (magnifiques points de vue sur la vallée du Lot et La Vinzelle). Continuer à gauche (laisser le GR® 465 à droite et le chemin de la Bécarie). Descendre au ruisseau par un sentier très abrupt (soyez très prudent).
12. Passer le ruisseau et continuer à flanc sur un chemin. Descendre vers La Vinzelle, prendre le chemin des croix puis suivre le chemin qui borde un pré jusqu'à la route de Cassaniouze. Descendre la route sur 400m et prendre le chemin en épingle sur la gauche jusqu'à La Vinzelle.

Sur votre route...



Toutes les informations pratiques

Comment venir ?

Accès routier

Depuis Rodez, suivre la D901 jusqu'à Grand-Vabre. Traverser le village jusqu'au pont sur la rivière Lot. Puis suivre la direction Figeac.