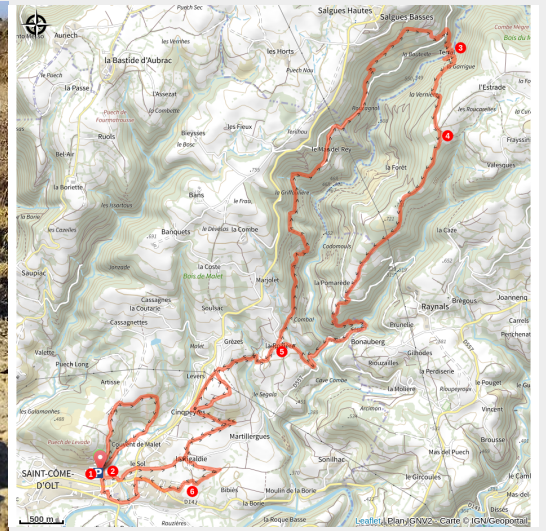


Trail d'Aqui - Saint-Côme-d'Olt

PNR_AUBRAC



Vue sur la vallée du Lot et le village de Saint-Côme-d'Olt (© CC CLT)



25.5 km - D+ 1100m - 18 % route - 47 % Chemin large - 35 % Monotrace - 100 % bonheur !

Courir quand bon vous semble... Courir avec qui vous voulez... Courir en se laissant guider... Courir en toute liberté !

Tous les parcours Trail d'Aqui disponibles ici : <https://www.traildaqui.fr/parcours/>

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 3 h 30

Longueur : 25.3 km

Dénivelé positif : 1036 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : Eau, Histoire et patrimoine, Paysage

Itinéraire

Départ : Parking du stade, Saint-Côme-d'Olt

Arrivée : Parking du stade, Saint-Côme-d'Olt

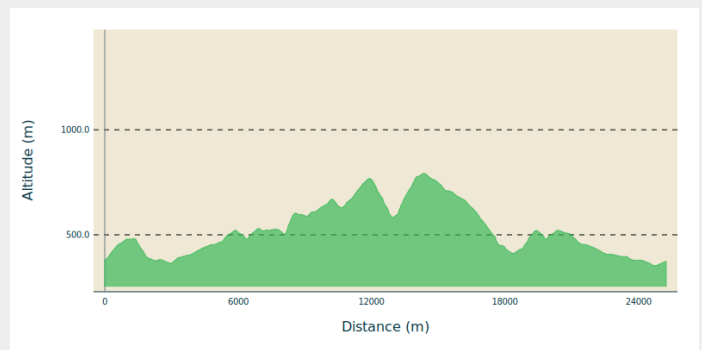
Balisage : 🚶 Trail d'Aqui

Communes : 1. Saint-Côme-d'Olt

2. Condom-d'Aubrac

3. Castelnau-de-Mandailles

Profil altimétrique



Altitude min 353 m Altitude max 792 m

1. Une première boucle de 3km vous amènera sur les hauteurs de St Come, non loin du Calvaire, au milieu des vignes. Vue imprenable sur le village et la vallée du Lot. Vous descendez alors sur le couvent de Mallet, imposant édifice et halte des pèlerins.
2. À partir de là, vous allez presque toujours grimper pendant 10km où vous cumulez 500 D+ : la Rigaldie, Cinqpeyres, la Rozière, le Mas del Rey et enfin les abords de Salgue Basse où le terrible chemin de l'âne vous conduira au moulin du Terral (1km et 150 D-).
3. Quelle fraîcheur au fond de cette vallée sauvage et préservée. Mais attention, la montée suivante est aussi sublime que terrible : 250 D+ en 1,2km. Au sommet, point de rencontre avec le GR, il reste 11km dont presque 10km de descente !
4. La descente est d'abord très roulante sur du carrossable, puis se transforme en monitrice technique sur le final avant le ruisseau. Difficile bosse jusqu'à la Rozière où vous êtes passés à l'aller (ne pas rater le point d'eau potable).
5. Après 2 morceaux communs à l'aller, vous partez Sud Est pour trouver une monitrice qui vous ramène tranquillement vers St Côme.
6. Comme de tradition sur Trail d'Aqui, le final est une découverte savoureuse des ruelles du village, restez vigilants au milieu des pèlerins et admirez l'architecture !

Sur votre route...



Toutes les informations pratiques

Comment venir ?

Parking conseillé

Parking du stade, Saint-Côme-d'Olt

Lieux de renseignement

**Office de Tourisme Terres d'Aveyron
- Bureau d'Espalion**

2, bd Joseph Poulenc, 12500 ESPALION

accueil@terresdaveyron.fr

Tel : 05 65 44 10 63

<https://www.terresdaveyron.fr/>



Source



Communauté de Communes Comtal Lot Truyère

<https://comtal-lot-truyere.fr/>