

TRAIL N°41 - Le Cayroux

Du sud Larzac au Lac du Salagou



sentier dans les ruffes (CDRP34)



Dans un paysage singulier qui témoigne du volcanisme de la chaîne de l'Escandorgue, voici un parcours plutôt fun qui s'étire vers les ruffes rouges du Salagou et se termine avec vue sur la vallée de la Lergue et le pic Baudille

Sur le plateau, ne manquez pas le dolmen. Mais avant de l'atteindre, il faudra monter une pente de 170D+ sur une borne, qui se présente sans crier gare après un démarrage en douceur. A l'autre bout du plateau, une descente technique et fun vous entraîne au bourg du Puech. Après une petite route parmi les vignes et un monotrace avec patrimoine à la clé, le parcours finit plus tranquille, sur une belle ligne de crête

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 2 h

Longueur : 11.7 km

Dénivelé positif : 372 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

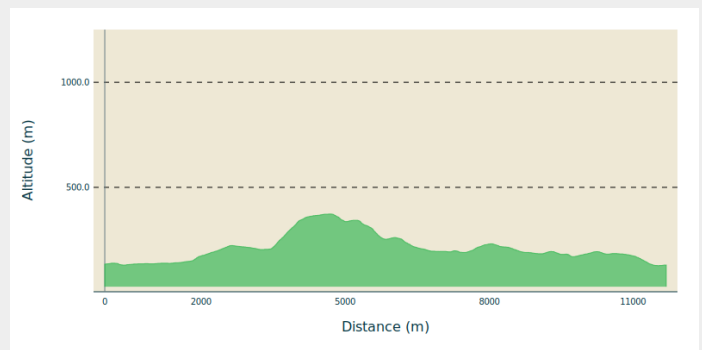
Thèmes : Trail

Itinéraire

Départ : RABEJAC - LE PUECH

Communes : 1. Le Puech

Profil altimétrique



Altitude min 127 m Altitude max 373 m

1. Du parking, revenir sur la route d'arrivée au croisement, poursuivre en face par le chemin bétonné sur 800 m.
2. Prendre à droite et poursuivre la montée à gauche par un chemin plus large, sur des dalles rocheuses, 1 km et 100 D+.
3. Au croisement avec la route, face au Mas Delon. La suivre à gauche sur 900 m.
4. Quitter la route à droite par un sentier qui monte dans la ruffe, 1,5 km et 170 D+ puis atteindre le plateau du Cayroux. Le traverser (capitelle) jusqu'à un dolmen.
5. Dévaler dans le sous-bois, 1,4 km et 140 D- jusqu'à la route, au niveau d'un pont. Aller à droite vers le village de Le Puech.
6. Petit tour dans le village, fontaine si besoin...
7. Au monument aux morts, monter à droite puis prendre à gauche les escaliers taillés dans la ruffe. Garder la route en direction du Mas Delon. Prendre à gauche le sentier jusqu'à la chapelle Saint-Agricol.
8. Traversée du hameau les Hémies. Partie roulante sur environ 1 km.
9. Dévaler à droite le sentier et rejoindre le parking de départ.

Sur votre route...



Toutes les informations pratiques



Grand Site de France

Cet itinéraire est situé sur le périmètre du Grand Site de France, espace naturel protégé

Recommandations

ATTENTION, pas de balisage spécifique sur ce tracé. Téléchargez la trace GPX pour pouvoir suivre l'itinéraire.

Comment venir ?

Accès routier

Autoroute A 75, sortie N°55 depuis Montpellier / Béziers. Et sortie N°54 depuis Millau

Parking conseillé

Parking randonneurs dans le village

Lieux de renseignement

Office de Tourisme Lodévois et Larzac

7 Place du Rialto, 34700 LODEVE

tourisme@lodevoisetlarzac.fr

Tel : 0467888644

<http://www.tourisme-lodevois-larzac.fr>

