



Distance : 36 km
Dénivelé + : 750 m
Dénivelé - : 475 m
GR : GR 65

C'est à Aumont-Aubrac que commence l'aventure du Chemin de Saint Guilhem : un périple de 240 km.

Cette première étape vous plonge au cœur de l'Aubrac. Ce vaste plateau volcanique est célèbre pour ses pâturages fleuris où paissent les vaches Aubrac.

Un début sans difficulté particulière. Après Nasbinals, le chemin grimpe dans les estives jusqu'à un col à 1 370 mètres d'altitude, avant de redescendre au hameau d'Aubrac.

Recommandation trail :

Une étape de mise en jambe sur de larges chemins qui permettent de dérouler tout en profitant des paysages.



Distance totale du parcours: 36km



Attention : de Nasbinals à Aubrac, déviation obligatoire par la route si vous êtes accompagnés d'un chien (zone de pâturage).



En chemin :

- *Le four banal et les abreuvoirs-fontaines de Ricourt d'Aubrac.*
- *L'église de Nasbinals.*
- *La domerie d'Aubrac, où les moines assistaient jadis les pèlerins.*





Distance : 41 km
Dénivelé + : 655 m
Dénivelé - : 1340 m
GR : GR 6A puis GR 6

On continue la traversée de l'Aubrac aux espaces infinis, avant de basculer dans la vallée du Lot avec l'arrivée dans le charmant village de La Canourgue.

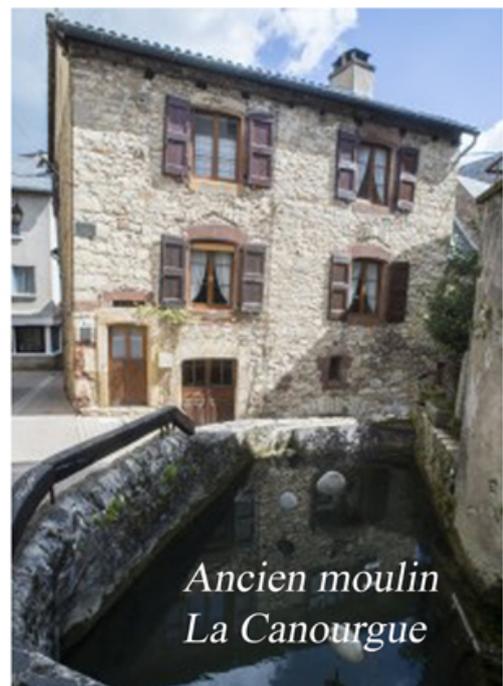
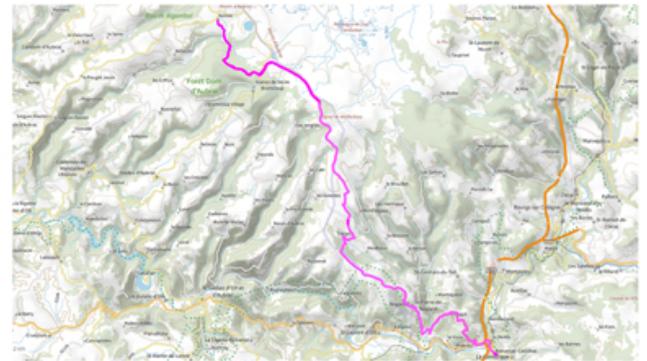
Au départ du hameau d'Aubrac, emprunter la variante par le GR 6A – un raccourci nécessaire pour une étape déjà longue ! On rattrape un peu plus loin le GR 6 que l'on prend à gauche, en direction de la Croix de la Rode. Arrivé à celle-ci, on continue sur le GR 6 (variante du chemin de Saint Guilhem) jusqu'à La Canourgue.



Distance totale du parcours: 41km



Recommandations techniques - suggestion : jusqu'au Roc de Campiels on est sur l'antique Via Agrippa qui reliait Lyon à Bordeaux et Toulouse. On quitte ensuite la forêt pour les vastes étendues (ne pas oublier chapeau et eau selon la saison). Les chemins sont larges. Pour les plus courageux, possibilité de pousser hors tracé jusqu'au Signal de Mailhebiau, point culminant du plateau, après la croix de la Rode (+ 4 km).



3^{Bis} LA CANOURGUE - LE ROZIER



Distance : 37 km

Dénivelé + : 900 m

Dénivelé - : 1340 m

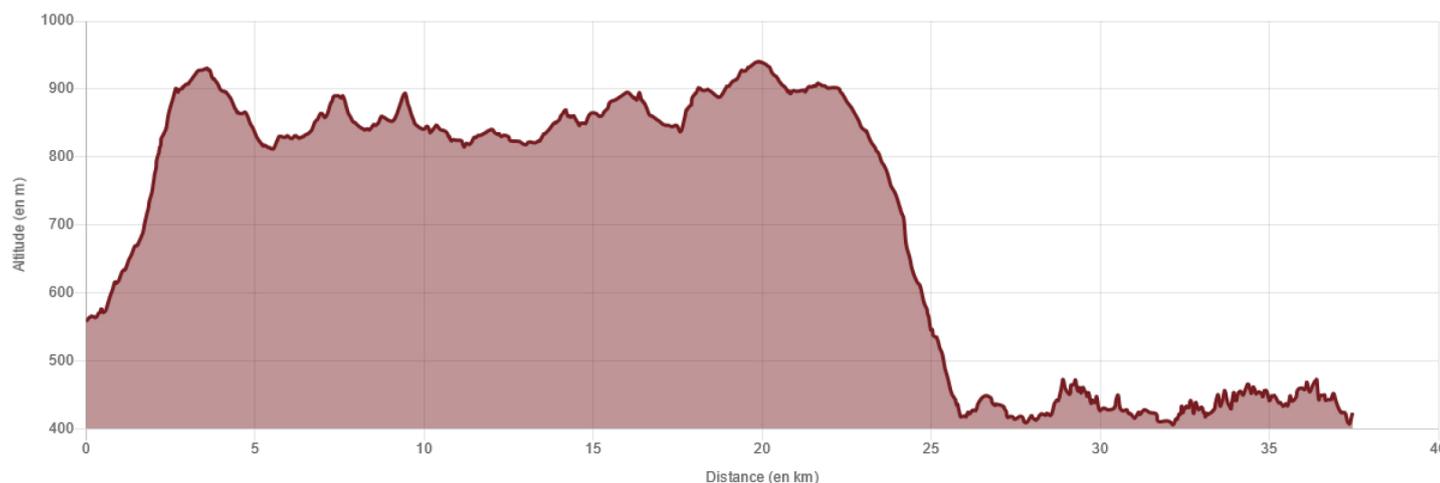
GR : GR 6

D'une rivière à l'autre. Changement de paysage pour cette 3e étape, placée sous le signe des Gorges : on y longe les Gorges du Tarn avant de découvrir les Gorges de la Jonte arrivé au village du Rozier.

Recommandations trail :

Attention à la descente vers les Vignes, abrupte et glissante par temps pluvieux.

Des portions goudronnées en milieu d'étape, qui laissent place ensuite à un sentier agréable qui longe le Tarn.



Distance totale du parcours: 37km

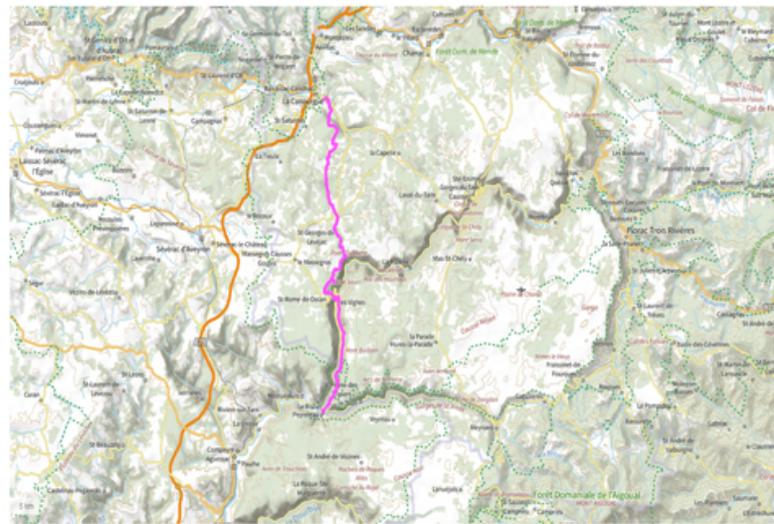


*Hamceau de
la Sablière*

En chemin :

-Le Point Sublime, qui offre un magnifique panorama sur les Gorges du Tarn

-La Sablière : un charmant petit hamceau perdu au bord du Tarn, où l'on n'accède qu'en barque... ou à pied, sur le chemin de Saint Guilhem !



Les Vignes

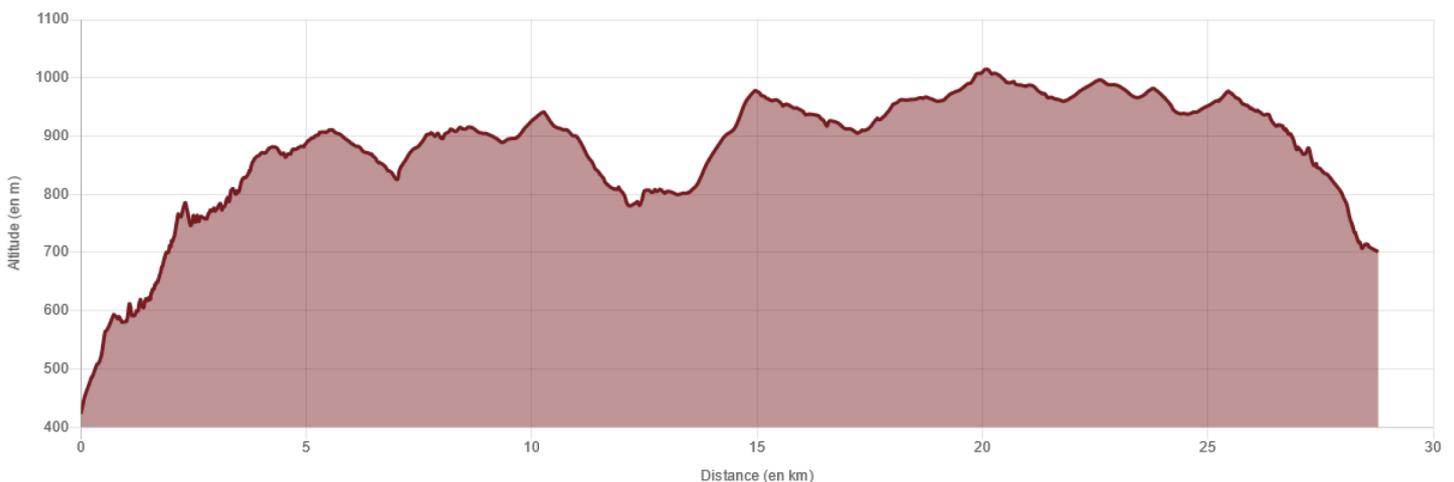


Distance : 29 km
Dénivelé + : 1000 m
Dénivelé - : 700m
GR : GR 6

Le chemin remonte sur le Causse Méjean par le sentier des belvédères de la Jonte, site magnifique d'où l'on admire le vol des vautours fauves qui nichent sur les dolomies impressionnantes dominant les gorges à plus de cent mètres de hauteur.

Recommandation trail :

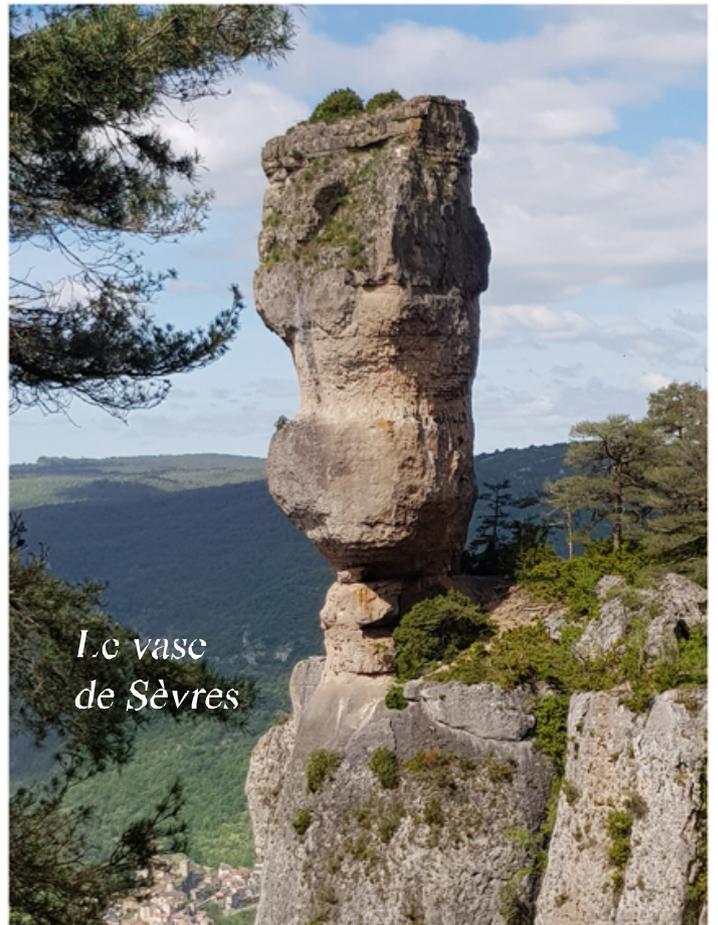
Très beau monotrace à la sortie du Rozier pour monter sur le causse, où chacun pourra se faire plaisir à son rythme. Ne pas oublier les pauses pour profiter des paysages. En haut, de belles surprises vous attendent aux Arcs de St-Pierre. On alterne enfin pistes et petites routes jusqu'au plongeon final sur Meyrueis.





En chemin :

- Les Arcs de Saint Pierre, où l'on trouve les vestiges d'un village protohistorique
- Le hameau de Hyclzas et ses troupeaux de brebis
- L'aven Armand, célèbre pour sa « forêt de stalagmites » (visite payante)





Distance : 40 km

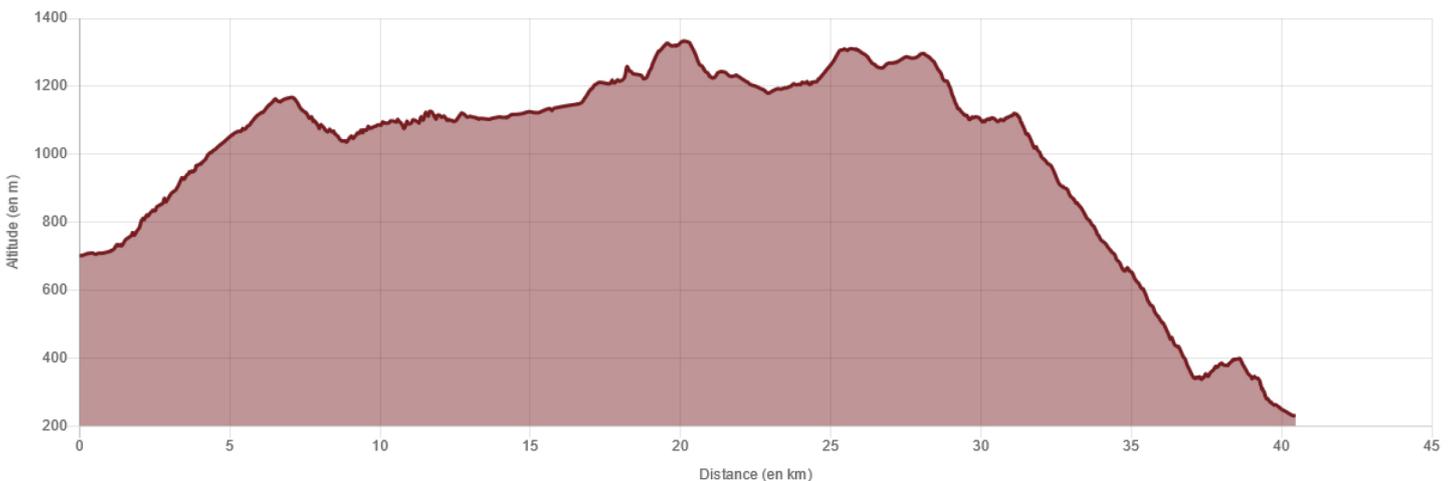
Dénivelé + : 1138 m

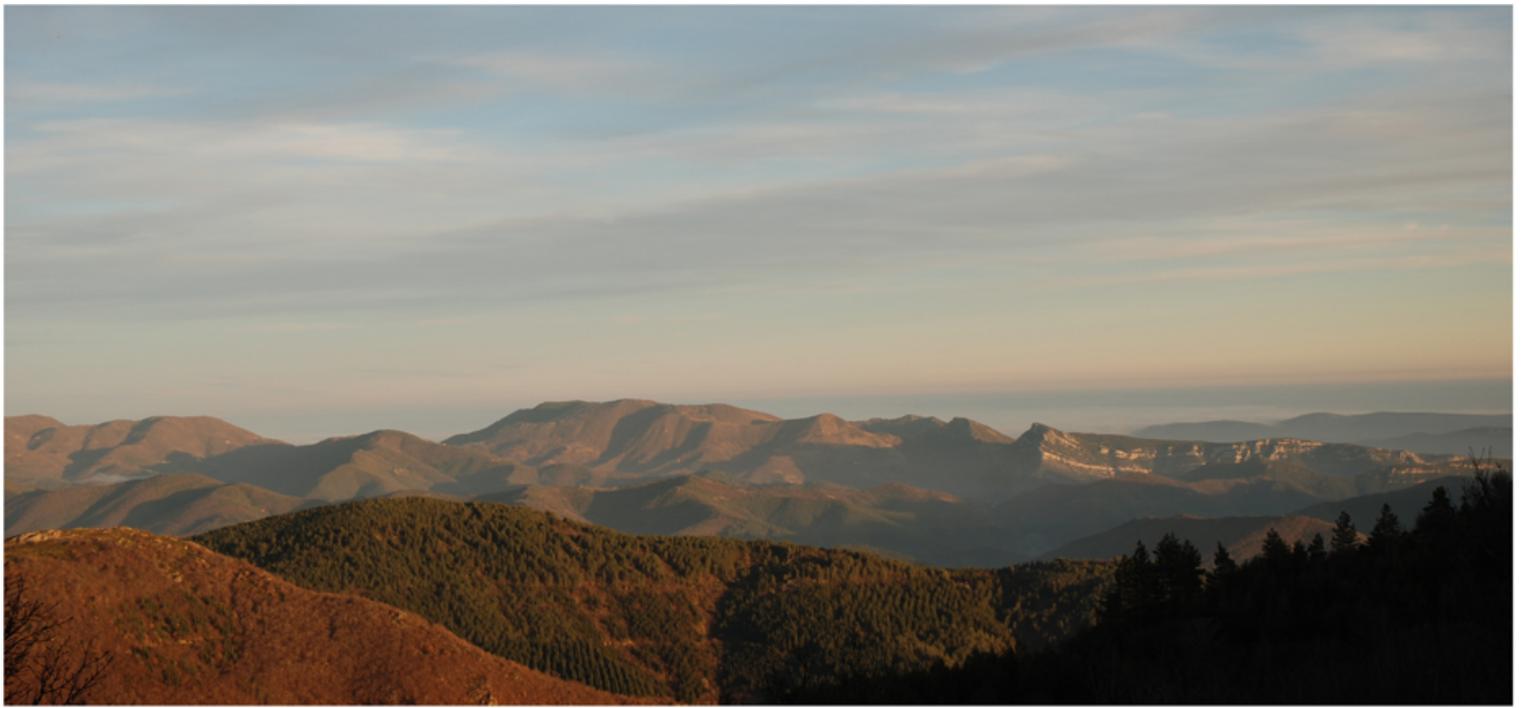
Dénivelé - : 1625 m

GR : GR 6 ; GR 62 ; GR 7

En route vers le Bonheur (ruisseau coulant à Camprieu), avant de pénétrer dans les Cévennes, avec la traversée du Massif de l'Aigoual.

Ce tronçon franchit la ligne de partage des eaux Atlantique/Méditerranée sur l'Aigoual. La descente vers la ville du Vigan se fera donc vers le midi et la chaleur en été. Un détour vous conduira au sommet du mont Aigoual d'où l'on peut voir les Alpes, les Pyrénées et la Méditerranée. La ville du Vigan, la plus grande bourgade traversée, dispose de tous commerces.

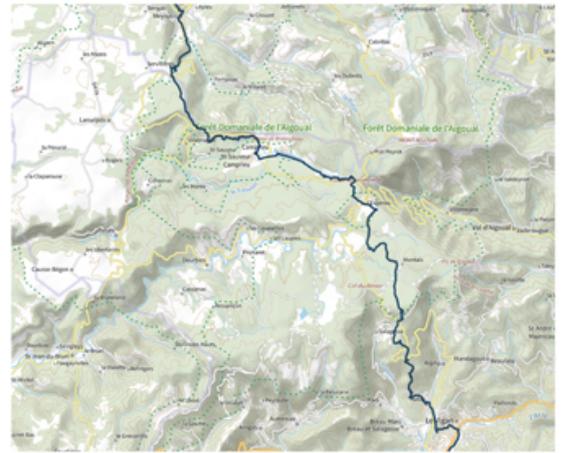




Difficultés particulières :

- Se préserver pour la longue descente vers La Vigan qui met à l'épreuve les quadriceps (sentiers pentus et caillouteux).

- Changements de GR : GR 6 au départ de l'étape. Le quitter pour rester sur le GR 62 (direction Camprieu). Au col de la Serreyrède, prendre le GR 7 (direction L'Espérou), que l'on suit jusqu'à l'arrivée au Vigan.



En chemin :

- L'abîme de Bramabiau : cavité d'où surgit une rivière souterraine (chute de 10 m de hauteur).



Vallée du Bonheur

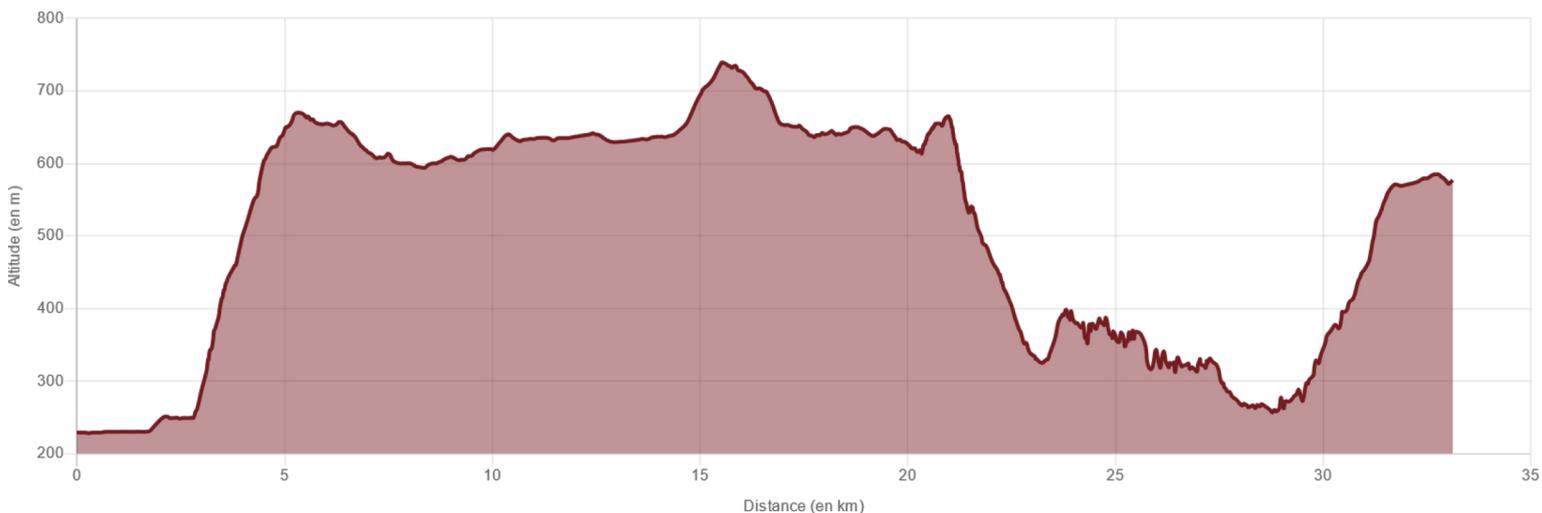
6 LE VIGAN - SAINT-MAURICE-NAVACELLES



Distance : 32 km
Dénivelé + : 1113 m
Dénivelé - : 765 m
GR : GR 7

Après la traversée du Causse de Blandas, point de vue majestueux sur le cirque de Navacelles, où l'on descend. Les gorges de la Vis, rivière fraîche même en été, feront transition pour remonter sur le Larzac.

Montée chaotique après Le Vigan. Causse très roulant. Descente vers Navacelles sans difficulté par un beau chemin muletier.





Difficultés particulières :

- Une montée sportive vers Avèze.
- Passages vertigineux au passage du cirque de Navacelles, mais contournement possible par la route.
- Attention : pas de commerce après Le Vigan ! Mais les repas et pique-nique sont toujours possibles chez les hébergeurs – pensez à passer commande à l’avance.

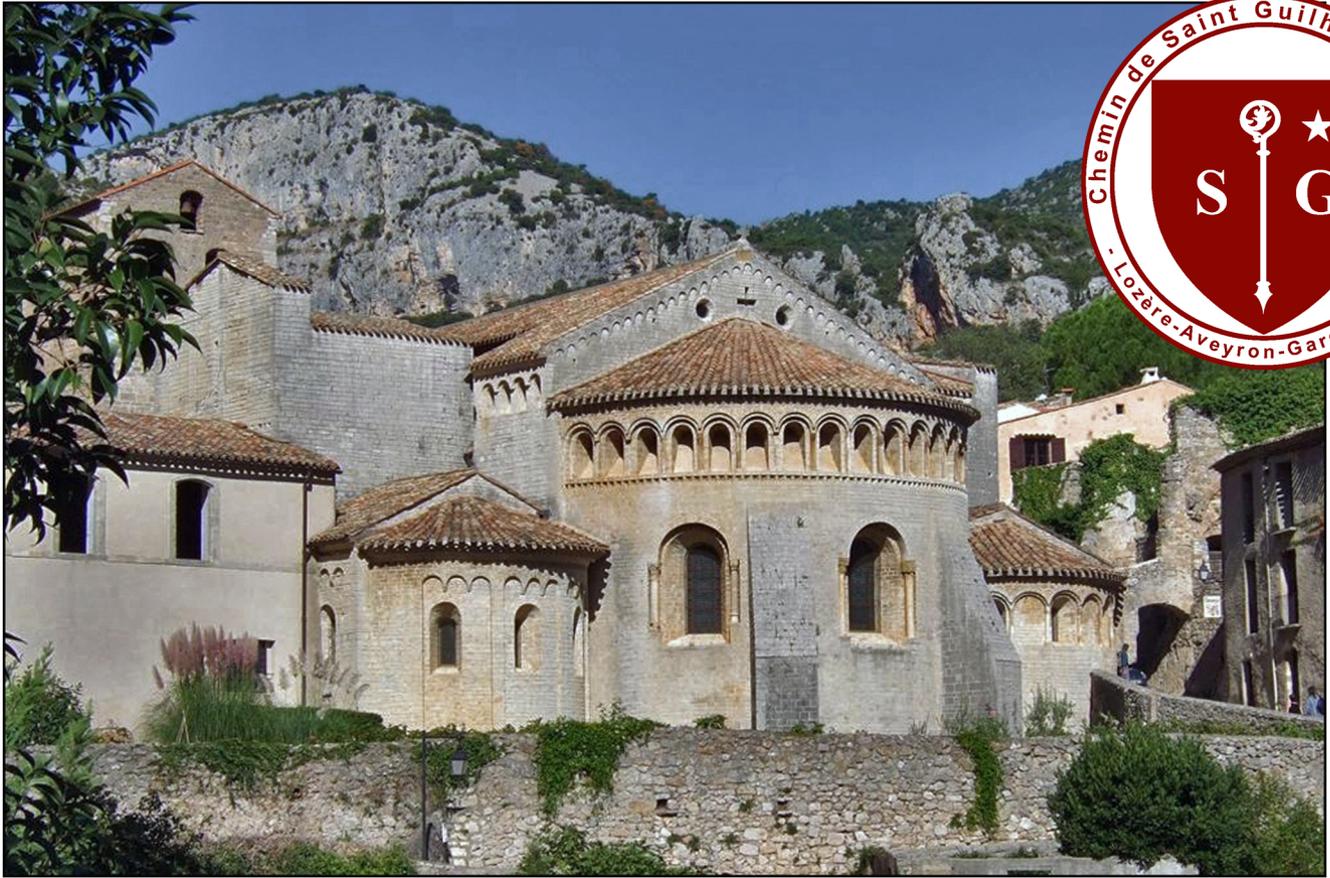


En chemin :

- Vestiges préhistoriques : de nombreux dolmens, menhirs et cromlechs sur le causse de Blandas
- Le hameau de Navacelles où serpente la Vis.



7 ST-MAURICE-NAVACELLES- ST-GUILHEM-LE-DESERT



Distance : 25 km
Dénivelé + : 513 m
Dénivelé - : 1001 m
GR : GR 74

Du Causse du Larzac au massif de la Séranne, on traverse un paysage méditerranéen pour arriver à Saint-Guilhem-le-Désert où vous pourrez visiter la célèbre abbaye de Gellone.

Difficultés particulières :

- Les pistes alternent avec des passages caillouteux.
- Le calcaire du sentier n'épargne pas les chevilles : prudence dans la descente finale.

