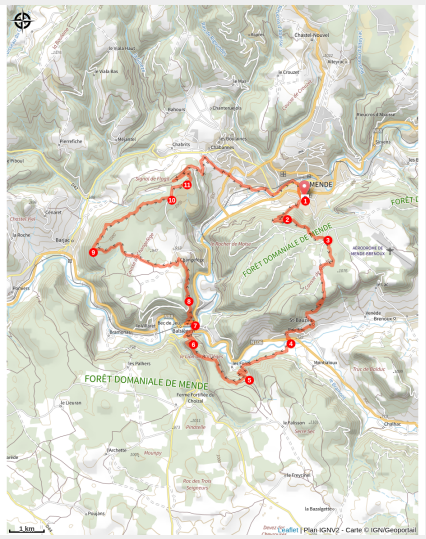
Aventure autour de Mende- Trail n°6

Vallée du Lot

Sentier sur le causse (© Mathilde Sagnes - Département de la Lozère)



Une grande et belle aventure, qui permet de découvrir les causses de Mende, de Sauveterre et de Changefège.

Si vous êtes à la recherche d'une sortie longue autour de Mende, cette boucle est faite pour vous! Vous grimperez successivement sur le Causse de Mende, du Sauveterre et de Changefège. En chemin vous découvrirez, entre autres merveilles, l'ermitage de Saint Privat, le Lion de Balsièges et la chapelle de San Chaoussou.

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 5 h

Longueur : 33.5 km

Dénivelé positif : 1733 m

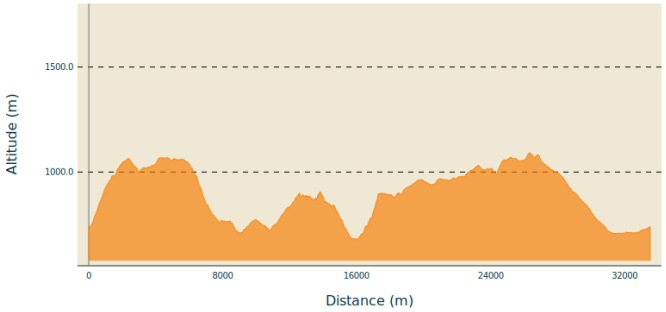
Difficulté : Très difficile

Type : Boucle

Itinéraire

Départ : Mende, place du Foirail
Arrivée : Mende, place du Foirail
Communes : 1. Mende
2. Saint-Bauzile
3. Brenoux
4. Balsièges
5. Barjac

Profil altimétrique



Altitude min 679 m Altitude max 1085 m

Attention, itinéraire non balisé. Pour l'effectuer, il est nécessaire de télécharger sa trace GPX sur votre montre ou téléphone mobile. Les indications ci-dessous ne sont que des compléments d'informations. La trace GPX est aussi disponible sur le site et l'application LozereTrailNature pour un suivi GPS en temps réel et un partage de vos chronos.

1. Cette grande aventure commence par la fameuse du chemin de croix, sur le GR Urban V. C'est raide et rocailleux, mais pas technique, et "relativement court".
2. Le passage à l'ermitage de Saint Privat nous indique qu'on a passé la portion la plus raide. On continue encore de grimper jusqu'à la croix de Mont Mimat (1068 mètres). Puis on évolue sur un agréable sentier en "crêtes", qui offre de remarquables points de vue sur la vallée mendoise.
3. On rejoint un petit parking. De là, on s'engage sur une des pistes forestières du causse, cap au sud. Un tronçon à plat puis une chouette et longue descente, sur un monotrace en lacets, qui nous conduit jusqu'à Rouffiac.
4. Une fois le village et la rivière du Bramont traversés, on évolue sur une piste à la pente plutôt douce.
5. Au niveau des Fonts, un raidillon nous attend, qui nous mènera sur un sentier boisé sur les flancs du Causse. On suit ce sentier jusqu'au rocher surnommé 'le Lion de Balsièges'.
6. Redescente raide sur un sentier sinueux dans la forêt, jusqu'au ruisseau du Bramont, qu'on traverse pour rejoindre Balsièges.
7. On traverse le bourg, puis la nationale (vigilance accrue attendue) avant de s'engager sur un monotrace qui monte en lacets sur le Causse de Mende. On passe à proximité de la chapelle de Saint-Chaoussou.
8. La pente s'adoucit, on continue de grimper tranquillement, alternant pistes et chemins. On passe par le village de Changefège d'où l'on rejoint l'itinéraire trail n°5.
9. On attaque alors un magnifique tronçon sur les crêtes, qui offre de superbes points de vue.
10. Il reste un dernier court tronçon de montée, qui nous conduit au signal de Flagit, à 1093 mètres. C'est le point culminant de l'itinéraire.
11. Et voici l'heure de la dernière descente. La première partie se fait sur piste forestière, puis on emprunte un chemin rocailleux.

Sur votre route...

Toutes les informations pratiques

⚠ Recommandations

- Ne pas jeter de déchets dans la nature,
- Ne pas quitter les itinéraires balisés,
- Ne pas cueillir ni ramasser fleurs et fruits,
- Se rappeler que les sentiers sont partagés et être respectueux envers l'ensemble des autres usagers (sportifs, touristes, chasseurs, agriculteurs...),
- S'il faut franchir des barrières à animaux, ne pas oublier de les refermer derrière soi.
  Pour conserver la beauté de nos sentiers, courons en respectant l'environnement.

Comment venir ?

Accès routier

30 km de l'A75, sortie 39 ou 39.1

Parking conseillé

Parking du Foirail, Mende

Lieux de renseignement

Office de Tourisme de Mende
Place du Foirail, 48000 MENDE
Tel : 04 66 94 00 23
https://www.mende-coeur-lozere.fr/

Source

Communauté de Communes Coeur de Lozère