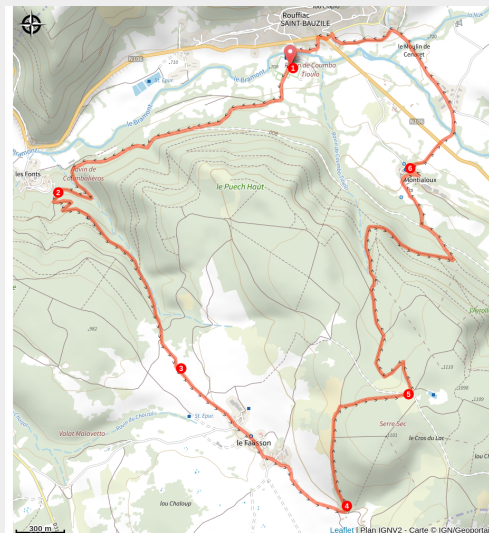


# Le Falisson - Trail n°22

Vallée du Lot - Saint-Bauzile



Puit dans le village du Falisson (© Office de Tourisme Mende - Franck Soler)



*Une belle montée sur le Causse de Sauveterre, ponctuée par la découverte d'un hameau typique caussenard .*

Cette agréable boucle vous conduira, depuis le stade de Rouffiac, sur le Causse de Sauveterre. La montée sera ponctuée par la traversée du hameau du Falisson, à l'architecture caussenarde traditionnelle. Au cours de la descente, (qui est assez raide et bien boisée), vous passerez à proximité des ruines du château de Montialoux.

## Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 1 h 15

Longueur : 11.5 km

Dénivelé positif : 459 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

# Itinéraire

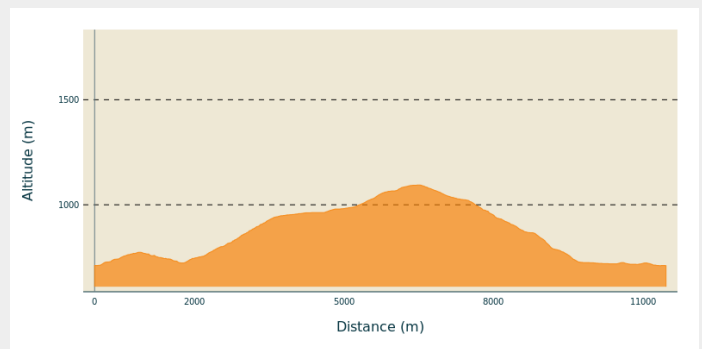
**Départ** : Rouffiac, le stade

**Arrivée** : Rouffiac, le stade

**Balisage** :  Trail

**Communes** : 1. Saint-Bauzile

## Profil altimétrique



Altitude min 710 m Altitude max 1094 m

Pour réaliser cette boucle, il suffit de suivre le balisage Trail n°22.

Vous pouvez également télécharger sa trace GPX et/ou utiliser l'application LozereTrailNature pour un suivi GPS en temps réel et un partage de vos chronos.

1. L'itinéraire débute sur une piste forestière qui suit, de plus ou moins près, la rivière du Bramont.
2. La piste laisse place à un sentier plus étroit, toujours dans la forêt, avec une pente assez raide qui va nous hisser sur le Causse Sauveterre.
3. Le paysage s'ouvre, la première partie de la montée est effectuée. On peut souffler un peu, et se laisser bercer par l'ambiance du Causse.
4. Une dernière montée pour atteindre 1090 mètres d'altitude. Une lavogne (réservoir d'eau) est sur ce point culminant.
5. La descente arrive, 2.5 kilomètres assez pentus, entièrement dans la forêt.
6. Le passage vers les ruines du château de Montialoux signe la fin de descente. Il ne reste plus que deux kilomètres à plat (essentiellement sur route) pour rejoindre le départ.

# Sur votre chemin...



# Toutes les infos 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

Prendre la RN106 en Direction de Florac. Suivre la direction du stade de Rouffiac.

### Parking conseillé

Stade de Rouffiac, Saint Bauzile

## **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 Cœur de Lozère