L'enfer de Roqueprins - Trail n°12

Causses - La Canourgue

La croix de Roqueprins (© Mathilde Sagnes - Département de la Lozère)

Enfer ou Paradis?

Une belle boucle au départ de la Canourgue, sans difficulté particulière mais exigeante. Sentiers ombragés, chemins à découverts, pistes... les plaisirs sont variés!

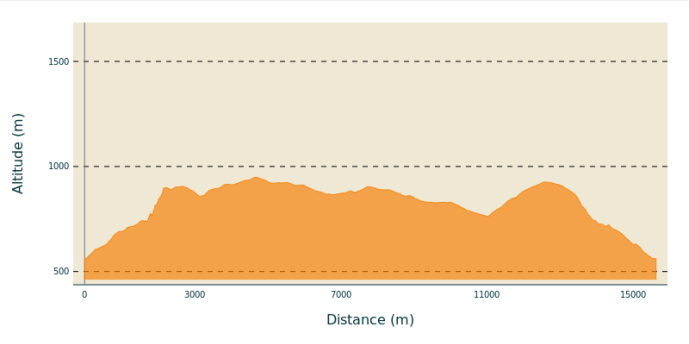
Infos pratiques

- Pratique : Trail
- Durée : 2 h
- Longueur : 15.6 km
- Dénivelé positif : 709 m
- Difficulté : Facile
- Type : Boucle

Itinéraire

Départ : Parking du Prè Commun 48500 La Canourgue
Arrivée : Parking du Prè Commun 48500 La Canourgue
Balisage : Trail
Communes : 1. La Canourgue
2. Saint-Saturnin
3. La Tieule

Profil altimétrique



Altitude min 561 m Altitude max 949 m

1. La boucle commence par une montée sèche, digne d'un kilomètre vertical. 335 mètres de dénivelé positif en à peine 2 kilomètres! Il s'agit d'ailleurs du terrain d'une course, et d'un défi trail!
2. Arrivée en haut, soufflez et admirez le point de vue sur la vallée. On continue l'aventure, toujours sur un sympathique sentier boisé.
3. On rejoint alors une piste que l'on foule jusqu'au Mas de Donat. Le chemin est plus ou moins large selon les moments, mais toujours à tendance descendante!
4. On reprend alors un sentier, qui alterne entre champs et forêt, puis une belle piste nous conduit au hameau des Rouges Parets.
5. On entame alors la dernière montée de l'itinéraire, bien moins raide que la première. Elle pique cependant les mollets, qui commencent sûrement à fatiguer.
6. Il ne reste pas que de la descente, qui va s'effectuer en grande partie sur un superbe single dans les bois.

Sur votre chemin…

Le Rocher de Roqueprins (A)
Rougès-Parets (B)
La Canourgue (C)

Toutes les infos pratiques

Recommandations

Avant de vous engager sur un circuit, vérifiez qu'il est adapté à votre activité et à votre niveau.
Refermez bien les clôtures et les portillons; Restez sur les chemins balisés.
N'oubliez pas que le temps change vite en montagne; prévoyez toujours une réserve d'eau (nourriture conseillée également).

Comment venir ?

Parking conseillé

Parking au coeur de la Canourgue

Lieux de renseignement

Office de Tourisme de l'Aubrac aux Gorges du Tarn - La Canourgue
18 rue de la Ville, 48500 LA CANOURGUE
Tel : 04 66 32 83 67
https://www.aubrac-gorgesdutarn.com/

Source

Communauté de Communes Aubrac Lot Causses Tarn

https://www.aubrac-gorgesdutarn.com/

Sur votre chemin…

Le Rocher de Roqueprins (A)

S’élevant tels des murs des remparts encerclant le Causse de Sauveterre, des falaises se dressent au-dessus des terres fertiles du Vallon de l’Urugne. On appelle le « Rocher de Roqueprins » la falaise qui surplombe le village de La Canourgue. La « roche enceinte » permet d’admirer un sublime panorama : au premier plan la Vallée du Lot, et quelques kilomètres plus loin les contreforts de l’Aubrac puis les Mont d’Aubrac et de la Margeride. On peut lire le paysage qui s’étend devant nos yeux grâce à la table d’orientation. L’endroit est marqué d’une croix monumentale qui s’illumine à la nuit tombée. Les amoureux des sensations fortes s'y donnent rendez-vous pour faire la Via Ferrata, aménagée le long des parois.

Crédit photo : Office de Tourisme

Rougès-Parets (B)

Encerclé par un site d'initiation à l'escalade - au sud - et une très belle Via Ferrata - au Nord, le hameau de Rougès-Parets est le point de ralliement de nombreux amateurs de sports de grimpe. Les autres apprécient son charme pittoresque, accentué par le grand four à pain qui fait face au métier à ferrer sur la place du village. Charmant, son nom l'est en revanche moins : "les murs rouges" insinueraient que des épisodes sanglants s'y seraient déroulé ...

Crédit photo : Monique Albaret

La Canourgue (C)

Découvrez le charme de la « Petite Venise Lozérienne ». Eté comme hiver, ses ruelles médiévales sillonnées de petits canaux ravissent les visiteurs. Ils viennent de loin pour admirer ce système ingénieux, mais aussi le patrimoine architectural exceptionnel de ce petit village de la Vallée du Lot : maisons renaissances, maisons médiévales à pan de bois et encorbellement, l'ancienne collégiale construite au XIIème siècle, la chapelle romane de Saint-Frézal, la tour de l'horloge …

La Canourgue : un village au patrimoine exceptionnel

L'Histoire du bourg est riche en rebondissements : construit autour d'un des 5 monastères du Gévaudan et d'un castrum dont il nous reste le quartier du « château », le village a depuis des millénaires fait partie des bourgs les plus importants du Gévaudan. Célèbre à travers les âges pour ses chanoines, sa chapelle sépulture de Saint-Frézal, ses habitants tisseurs de laine, le bourg accueillit ensuite des tanneries et de mégisseries. Les rues portent encore aujourd'hui cette histoire exceptionnelle.

Vous trouverez à la Canourgue, labellisé "Village étape" tous les commerces et les services dont vous aurez besoin : pharmacie, épicerie, médecins, boulangeries, boucheries-charcuterie, agence immobilière, maison médicale … La jeunesse n'est pas en reste : école maternelle et primaire, collège et même lycée piscicole ...

Tout au long de l'année, les nombreuses fêtes et manifestations rythment la vie du bourg : Fête de la Truffe en février, des évènements culturels tout au long de l'année, sans oublier les nombreuses fêtes traditionnelles de l'été …

Situé sur le chemin de Saint-Guilhem-le-Désert, La Canourgue possède un gîte d'étape municipal. Pour satisfaire tous les visiteurs, le village accueille également de nombreux hôtels, meublés de tourisme et restaurants. Ainsi, chacun trouve ce qui lui correspond dans la « Petite Venise Lozérienne ».

Crédit photo : OTAGDT