

# Marvejols-Mende by trail - Trail n°33

Margeride - Marvejols



Sur les hauteurs de Marvejols



*Une belle épopée sur les sentiers, qui relie les deux villes étapes de la légendaire course sur route 'Marvejols-Mende'.*

Une grande aventure entre causses et forêts, avec une sympathique alternance de sentiers, chemins et pistes.

## Infos pratiques

---

Pratique : Trail

---

Durée : 4 h

---

Longueur : 27.7 km

---

Dénivelé positif : 1052 m

---

Difficulté : Difficile

---

Type : Traversée

---

# Itinéraire

**Départ** : Marvejols, stade de Mascoussel

**Arrivée** : Mende, place du Foirail

**Communes** : 1. Marvejols

2. Montrodat

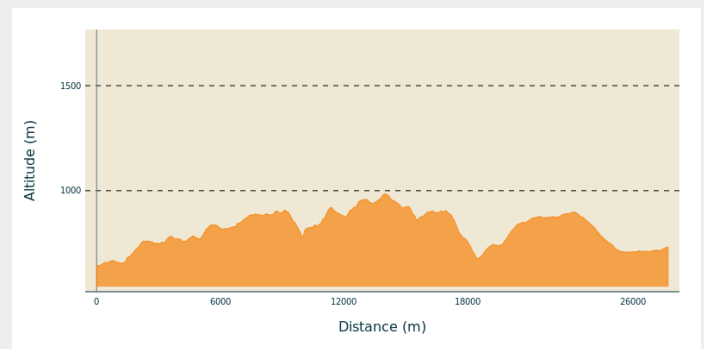
3. Grèzes

4. Gabrias

5. Barjac

6. Mende

## Profil altimétrique



Altitude min 643 m Altitude max 984 m

Attention, itinéraire non balisé avant janvier 2025. Pour l'effectuer en amont de cette date, 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 disponible sur le site et l'application LozereTrailNature.

1. Départ tranquille sur une petite route qui longe, de plus ou moins près, le ruisseau de Coulagnet. S'enchaîne alors une courte montée sur un sentier, pour rejoindre le lieu dit 'Marques'.
2. De là on évolue tranquillement sur le plateau, entre forêts et champs, tout en montant progressivement.
3. Le Truc de Grèzes sonne la fin de la première longue ascension. Pas de tronçon très raide sur ces 9 premiers kilomètres mais une tendance toujours ascendante. La suite et fin de l'itinéraire suit le GR 670, Urbain V.
4. On profite du court tronçon descendant qui mène au ruisseau de la Jourdane. L'ascension reprend alors, avec un profil ascendant sur les 4 prochains kilomètres.
5. On évolue ensuite sur un parcours vallonné, en alternant passage entre champs et forêts. A Cénaret débute une belle descente.
6. Le hameau Les Cayres marque la fin de la descente, et le début de la dernière montée. 3 kilomètres pour monter sur le Causse de Changefège et se diriger vers le Signal de Flagit.
7. Il ne reste plus qu'à descendre pour rejoindre Mende. Une grande piste avec vue sur Mende, puis quelques kilomètres le long du Lot pour terminer dans le centre ville.

# Sur votre chemin...



# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

Suivre le balisage.

Respectez la nature :

- ne rien jeter sur le chemin,
- ne rien emporter de ce qui appartient à la nature,
- ne jamais s'écarter des chemins balisés,
- montrer l'exemple en récupérant les déchets abandonnés par d'autres,
- respecter les mesures environnementales spécifiques aux zones naturelles traversées.

Respecter autrui :

- respecter les agriculteurs en refermant systématiquement barrières,
- respecter les autres usagers des sentiers -en période de chasse, soyez vigilant, mais pas stressé,
- si vous croisez des personnes en difficultés, entraide et solidarité sont les mots clefs,
- prévenir la collectivité si un problème est rencontré sur le sentier.

Se respecter :

- bien évaluer son niveau sportif et la difficulté de l'itinéraire avant de partir,
- se munir des réserves en eau et nourritures adéquates,
- être vigilant lors des passages sur routes,
- regarder les prévisions météorologiques, et se vêtir en conséquence,
- il est recommandé d'emporter son téléphone portable.

## **Lieux de renseignement**

**Office de Tourisme du Commerce et de la Culture Gévaudan Destination**

Place du Soubeyran, 48100 Marvejols

[contact@gevaudan-authentique.com](mailto:contact@gevaudan-authentique.com)

Tel : 04 66 32 02 14

<https://www.gevaudan-authentique.com/>

