

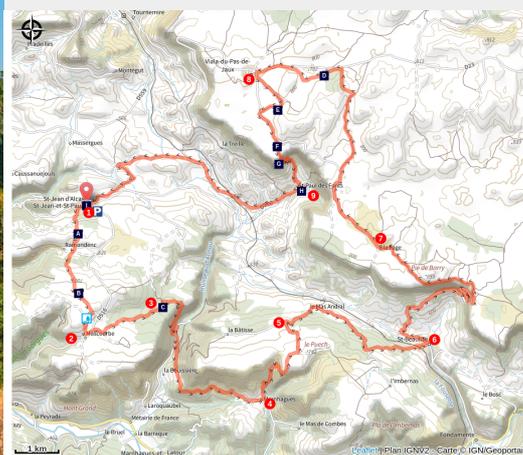
VTT N°6 - Les Avants-Causse du Larzac



Des Gorges du Tarn au Causse du Larzac - Saint-Jean-et-Saint-Paul



Le village de St-Jean d'Alcas (Virginie Govignon - OT Larzac et Vallées)



Explorez un paysage époustouflant et jouez aux « moyennes montagnes russes » avec le plateau du Larzac. Sensations garanties avec cette grande boucle qui s'adresse de préférence aux vététistes chevronnés

De vallons en plateaux, de ferme en village, cet itinéraire vous plonge au cœur d'un paysage fortement façonné par le Moyen Âge (fort cistercien, abbaye, tour-grenier) et la vie agropastorale (lavognes, buissière). Point d'orgue de cette immersion dans les avant-causses: la montée sur le Larzac puis la descente dans le fabuleux cirque de Saint-Paul des Fonts

Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 4 h 30

Longueur : 47.2 km

Dénivelé positif : 1211 m

Difficulté : Très difficile

Type : Boucle

Thèmes : Agropastoralisme, Histoire et patrimoine, Point de vue

Accessibilité : VTTAE

Itinéraire

Départ : Fort de St-Jean d'Alcas

Arrivée : Fort de St-Jean d'Alcas

Balisage : ► VTT Parc

Communes : 1. Saint-Jean-et-Saint-Paul

2. Saint-Félix-de-Sorgues

3. Marnhagues-et-Latour

4. Saint-Beaulize

5. Viala-du-Pas-de-Jaux

Profil altimétrique



Altitude min 437 m Altitude max 845 m

1. Depuis le point d'information, traverser le village en laissant le fort sur la gauche. Au croisement, suivre la petite route sur la gauche et 300m plus loin, s'engager sur la route à gauche, puis sur le monotrace à droite.
2. Une fois au hameau de Mascourbe prendre la route à gauche puis la piste à droite, et 200m plus loin, rentrer dans la buissière à gauche.
3. Après le passage canadien suivre le monotrace puis se diriger sur la droite pour descendre à l'abbaye de Nonenque. Prendre la route sur la droite. Traverser le ruisseau à gauche par la piste, puis suivre le monotrace qui monte à votre droite.
4. Une fois à la ferme de Marnhagues passer entre les bâtiments puis monter à gauche pour rejoindre le plateau de l'Imbernas.
5. Suivre la piste jusqu'à la route puis prendre à droite vers la ferme-brasserie du Mas Andral. Continuer sur la route en direction de l'Imbernas à droite au croisement. Après 1 km prendre le sentier qui descend à gauche vers Saint Beaulize.
6. Dans le village, prendre la route à gauche puis la direction du plateau de l'Ouradou sur la droite à la sortie du village. Une fois sur le plateau, continuer toujours tout droit.
7. Après la ferme de la Fage, continuer sur la route sur 2,5km, puis tourner à droite sur le PR (balisage jaune) en direction du Viala du Pas de Jaux.
(Boucle supplémentaire de 9,5km possible au départ du Viala : VTT N° 4 - Cirque de Tournemire - Bleu).
8. A la tour du Viala, tourner à gauche pour suivre le GR 71C (balisage rouge et blanc) en direction de Saint-Paul des Fonts.
9. Sortir de St-Paul par la route puis tourner à droite en suivant le GR jusqu'à Saint Jean d'Alcas.

Sur votre chemin...



-  Cazelle (A)
-  Les orchidées (C)
-  Lavogne de Font Rome (E)
-  Cirque de St-Paul des Fonts (G)
-  Fort de Saint-Jean d'Alcas (I)
-  Dolmen Mascourbe 1 (B)
-  La devèze du Viala du Pas de Jaux (D)
-  Buisserie (F)
-  Espace botanique Hippolyte Coste (H)

Toutes les infos pratiques

Comment venir ?

Transports

Se déplacer [en bus ou en train](#), en covoiturage [Aires de covoiturage](#) , en autostop [Rezopouce](#)

Accès routier

A 28 km au sud-ouest de Millau par la D999 et la D293.

Parking conseillé

Parking devant le cimetière.

Accessibilité



VTTAE

Lieux de renseignement

Office de Tourisme Larzac et Vallées

Place du Claux, 12230 NANT

infos@tourisme-larzac.com

Tel : +33(0)565622364

<http://www.visit-larzac.com/>



Source



C.C. Larzac et Vallées - Site VTT-FFC N°269



Site VTT cofinancé par l'Union Européenne.

PROJET FINANCÉ DANS LE CADRE DU PÔLE DE PLEINE NATURE "GRANDS CAUSSES - LÈVEZOU"

Sur votre chemin...



Cazelle (A)

La cazelle (caselle ou capitelle) est une construction en pierres sèches dans laquelle s'abritait le berger pour se protéger du soleil ou se mettre à l'abri du vent et de la pluie pendant qu'il surveillait le troupeau. Elle est souvent circulaire et voûtée à encorbellement sans charpente ni mortier et parfois incluse dans un muret de pierres délimitant l'enclos.

Crédit photo : Sandrine Perego



Dolmen Mascourbe 1 (B)

Les dolmens de Mascourbe appartiennent au groupe des "Treilles", d'après la grotte proche de la ferme des Treilles à Saint-Paul-des-Fonts. Ces bâtisseurs préhistoriques des Grands Causses se distinguaient par leurs travaux sur le cuivre et leurs trépanations crâniennes. Ce dolmen particulier, partiellement cassé, conserve une dalle de chevet trapézoïdale.

Crédit photo : PNR des Grands Causses



Les orchidées (C)

Au printemps, les orchidées abondent sur les Causses. Cette randonnée traverse divers milieux (bois clairs, pelouses sèches, prés, clairières) et permet l'observation de diverses orchidées: orchis pourpre, orchis pyramidal, orchis militaire, orchis bouc, ophrys bécasse, ophrys guêpe, limodore à feuilles avortées... Un vrai plaisir pour les yeux. Les orchidées sont protégées, il est donc interdit de les cueillir.

Crédit photo : Sandrine Perego



La devèze du Viala du Pas de Jaux (D)

La devèze du Viala et de Lapanouse se caractérise par la présence de pelouses calcaires et steppiques qui sont de parcours ovins et bovins. Element constitutif du relief karstique du causse, ces sites sont réputés pour leur richesses en orchidées et attirent les botanistes du monde entier.

Crédit photo : Sandrine Perego - OT LV



🐄 Lavogne de Font Rome (E)

Cette lavogne dite de Font Rome, construite en 1910 près des puits citernes, se situe à la base sur un fond argileux étanche. Elle fut par la suite reprise en forme de cuvette bâtie en pierres jointoyées au ciment. Ce type offre l'avantage de former un passage qui résiste aux pieds des ovins, et la pente douce des abords limite le risque de glissement et de chute des animaux. Elle est alimentée avec de l'eau de pluie.

Source: Association La Tour du Viala du Pas de Jaux

Crédit photo : Association La Tour du Viala du Pas de Jaux



🐄 Buissière (F)

La buissière est un chemin bordé de haies de buis, formant un véritable couloir végétal caractéristique des Causses, où le climat est rude et contrasté. Ces corridors naturels, constitués de doubles haies épaisses, protègent les troupeaux du vent, de la neige en hiver, et de la chaleur en été. En raison de la densité des buis, les animaux ne peuvent pas s'échapper de ce "tuyau" protecteur.

Utilisée également par les hommes, les chars et les carrioles, la buissière facilitait les déplacements entre hameaux, pâturages, bergeries, et points d'eau. Elle témoigne ainsi des pratiques agricoles anciennes et des réseaux de communication nécessaires à l'organisation des espaces ruraux.

À noter : la Pyrale du buis, un papillon actif de mai à octobre, menace ces buissières en dénudant les buis de leurs feuilles. Les chenilles de ce ravageur se déplacent en descendant sur des fils, ce qui peut être gênant pour les randonneurs, bien que sans danger.

Crédit photo : Claude Chambaud



🐄 Cirque de St-Paul des Fonts (G)

Le Cirque de St-Paul des Fonts est un cirque naturel de forme semi-circulaire formé par l'érosion karstique.

Crédit photo : Claude Chambaud



✿ Espace botanique Hippolyte Coste (H)

Etabli au rez-de-chaussée du presbytère accolé à l'église de Saint-Paul-des-Fonts, l'espace botanique est consacré à la vie et à l'œuvre du chanoine Hippolyte Coste qui partagea sa vie entre les devoirs de son ministère et sa passion pour la botanique. Ce rouergat d'origine paysanne modeste, que l'on a surnommé «le curé des fleurs», a su s'élever dans la cour des plus grands botanistes en réalisant notamment la remarquable et magistrale «Flore descriptive et illustrée de la France, de la Corse et des contrées limitrophes» (1901 - 1906) qui constitue son œuvre maîtresse, connue et reconnue encore de nos jours à l'échelle internationale européenne.

Saint-Paul-des-Fonts, dans le souvenir du «curé des fleurs» ravivé par ce musée, devient ainsi une destination incontournable pour tous ceux qui désirent s'instruire et se ressourcer en découvrant les richesses botaniques sur les grands espaces fleuris du Larzac et l'Aveyron (texte de Christian Bernard).

Ouvert de la mi-mars à octobre de 10h à 18h. Visite gratuite.

Crédit photo : OT Larzac et Vallées



🏰 Fort de Saint-Jean d'Alcas (I)

Au XII^es., le hameau d'Olcas (devenu Alcas) dépend de l'abbaye cistercienne de Nonenque. En 1356, les premières préoccupations défensives apparaissent avec le début de la guerre de Cent ans : l'église est fortifiée pour servir de refuge à la population. Devenue insuffisante, les abbesses commanditent la construction d'un fort (1439 - 1445) incluant dans son périmètre, l'église fortifiée. Le fort est constitué d'une enceinte de 62,5 mètres sur 37, avec des tours circulaires dans chaque angle. La régularité de l'ensemble et le parfait état de conservation offrent une grande harmonie.

Crédit photo : OT Larzac et Vallées - Studio Martin