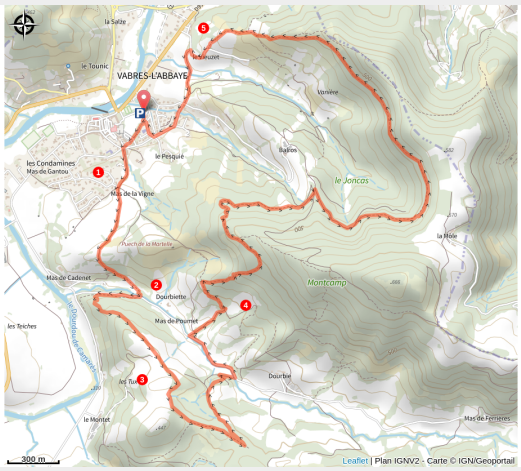
Trail N°25 Vabres-l'Abbaye - Montcamp

Des falaises de Roquefort au Rougier - Vabres-l'Abbaye

Monotrace (Roquefort Tourisme)



Entre plaine du Dourdou et abords du Rougier, arpentez un paysage de transition à dominante boisée qui, de monotraces en sentiers techniques, se révèle peu à peu comme un formidable terrain de jeu pour les trailers

Voici un parcours « découverte » trail à double titre. D'abord par sa distance accessible et son tracé au cœur d'un paysage méconnu, le Joncas, aux teintes chatoyantes. Ensuite par son profil : sous une apparence assagie et son dénivelé positif de 500m, cette boucle émaillée de montée et de passages ravinés présente toutes les difficultés qu'un trailer doit bien négocier

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 1 h 30

Longueur : 10.3 km

Dénivelé positif : 462 m

Difficulté : Facile

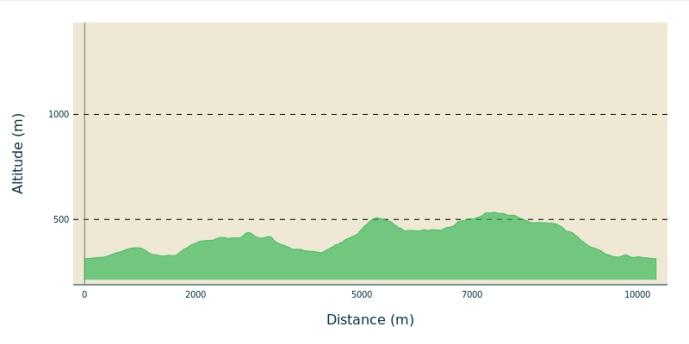
Type : Boucle

Thèmes : Point de vue

Itinéraire

Départ : Parking de l'aire des camping-cars de Vabres-l'Abbaye
Arrivée : Parking de l'aire des camping-cars de Vabres-l'Abbaye
Communes : 1. Vabres-l'Abbaye

Profil altimétrique



Altitude min 313 m Altitude max 534 m

1. Ce circuit débute tout en douceur le long d’un beau sentier bordé d’un muret bâti. Après avoir franchi à gué le ruisseau, 100 mètres de route, un droite - gauche et on attaque une belle montée d’un sentier technique et raviné accusant 40 m+, juste suffisant pour trouver le bon tempo.
2. On bascule alors dans le vallon de la Dourbiette pour attaquer les contreforts de Montcamp. Et là, on rentre dans le vif du sujet avec sentiers rocailleux, monotraces très joueuses et sinueuses et belles pistes rougeoyantes car le Rougier n’est pas loin avec parfois des trouées dans la végétation pour admirer la commune de Vabres qui s’étale dans la vallée du Dourdou.
3. Passé ce bois de petits chênes, on pénètre alors dans une belle forêt apaisante et rafraichissante en été.C’est le moment de souffler car le final donne toute la valeur à ce circuit.
4. Après une brève portion de route, on entame une montée très technique sur le sentier de Joncas raboté par l’érosion. Il impose prudence et vigilance, du pur bonheur pour les trailers surpris de trouver bien caché dans ce bois de Vanière un spot bien engagé, une jolie pépite à savourer.
5. Arrivé à la ferme du Vieuzet, il suffit alors de se laisser glisser jusqu’à son point de départ en restant vigilant quant au cheminement dans cette zone pavillonnaire.

Sur votre chemin…

Toutes les infos pratiques

Recommandations

Réserve d’eau - réserve énergétique - Chassures adaptées - Veste de pluie

Matériel

Prévoir une réserve d’eau et une tenue adaptée

Comment venir ?

Transports

Toutes les informations sur le site de l'office de tourisme

Accès routier

Sur la D999 Millau - Albi, 4km après Saint-Affrique

Parking conseillé

Parking de l'aire des camping-cars de Vabres-l'Abbaye

Lieux de renseignement

OT Pays du Roquefort (St-Affrique)
Boulevard Aristide Briand, 12400 Saint-Affrique

contact@roquefort-tourisme.fr
Tel : 0565585600
http://www.roquefort-tourisme.fr/