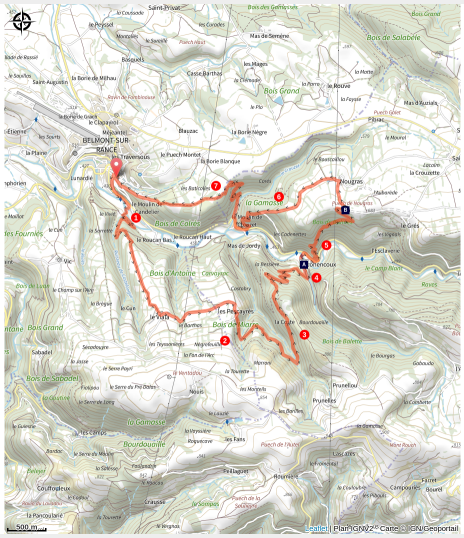
Trail N°31 Belmont - Vallée du Rance

Des falaises de Roquefort au Rougier - Belmont-sur-Rance

Collégiale de Belmont (G.Bertrand)



Arpentez les vallons et les ravins du pays belmontais, parsemés de forêts sauvages et de châtaigneraies anciennes : un terrain de jeu idéal pour un trail tout en relances, ascensions, descentes déroulantes et sinuosités

Au départ de la collégiale de Belmont, cette escapade sur les coteaux de la vallée du Rance alterne les montées techniques sur les plateaux, les descentes joueuses en milieu ombragé et les passages en ravin, avec en bonus un franchissement de ruisseau à gué. Au Puech de Nougras, ne manquez pas la statue-menhir, spectatrice de vos efforts sur ce parcours tout en variations

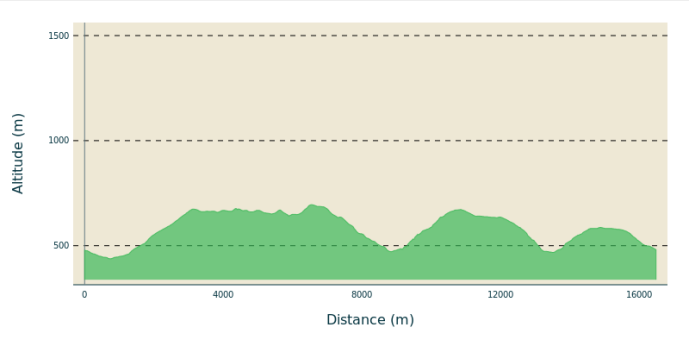
Infos pratiques

- Pratique : Trail
- Durée : 2 h
- Longueur : 16.5 km
- Dénivelé positif : 679 m
- Difficulté : Moyen
- Type : Boucle

Itinéraire

Départ : Belmont
Arrivée : Belmont
Communes : 1. Belmont-sur-Rance
2. Mounes-Prohencoux

Profil altimétrique



Altitude min 438 m Altitude max 695 m

1. Après une petite descente jusqu'au Moulin de Candelier, on attaque franchement la montée sur Le Viala, un bon échauffement pour se hisser sur le plateau avec 220 m+ au menu de cette première bosse. Au sommet, belle vue sur ces monts tout en rondeurs, les difficultés se cachant dans le creux des vallons.
2. Une belle invitation pour dénicher ces spots techniques. Le premier d'entre eux, il arrive vite après avoir dépassé Les Pescayres. On s'engage alors dans un très beau ravin où le sentier a été totalement rénové pour se laisser glisser jusqu'au fond où l'on franchit à gué le ruisseau de Prunelles.
3. Après avoir «sauté» le petit cours d'eau, très beau cheminement sous couvert, il faut admirer ces gros châtaigniers centenaires, vénérables totems dans cette forêt sauvage et isolée. Un stop aux ruines du hameau La Coste s'impose également. Du haut du chemin, on peut admirer cet ensemble dévoré par une végétation généreuse ainsi que les constructions attenantes dont le réseau imposant de mieux murets.
4. La descente sur Prohencoux se fait sans problème, on récupère, c'est souple, c'est ludique, on jette un œil à ce petit hameau isolé.
5. Vous voilà à l'amorce d'un nouveau sentier qui était en sommeil. Le voici rénové pour grimper rive droite sur les flancs de la vallée du Rance, un très beau sentier bâti, exemple parfait du travail de construction d'autrefois qui inspire le respect. Là encore, ce sont 220 m+ à avaler pour se hisser au sommet du Puech de Nougras et à la ferme éponyme.
6. Nous sommes au km 12 et la course devient «active» dans son final avec la descente à la confluence du Crouzet et du Rance. Dans le bois de la Gamasse, l'allure est vive mais juste derrière, ça remonte franchement sur l'autre versant avec une pente à 10% tout en lacets sur 1 km.
7. Le final est en descente, on relâche, on profite de la vue, en plongeant sur le village en passant devant la chapelle de Sériguet.

Sur votre chemin…

Prohencoux (A)

Statue-Menhir du Puech de Nougras 1 (B)

Toutes les infos pratiques

Lieux de renseignement

Office de Tourisme Rougier Aveyron Sud

contact@tourisme-rougier-aveyron.com
Tel : 0565992913
http://www.tourisme-rougier-aveyron.com

Sur votre chemin…

Prohencoux (A)

Il existait un château féodal à Prohencoux dès le XIème siècle, propriété du Vicomte de Béziers. Bâti vers 1625 par la famille de Juge sur un éperon rocheux, édifice de plan carré à allure massive, fenêtres à meneaux du XVIème siècle. Il y avait une chapelle paroissiale.

Crédit photo : OT du Pays Belmontais

Statue-Menhir du Puech de Nougras 1 (B)

Ce pays est habité. Il est peuplé de statues-menhirs dont l’âge est estimé à 3500 -2500 ans avant J.C. Toutes appartiennent au groupe rouergat, un des ensembles les plus abondants et certainement un des plus anciens. Il occupe dans le Sud de l’Aveyron, les bassins du Dourdou et du Rance principalement. A la différence des menhirs, ce sont de véritables statues aux motifs gravés ou sculptés.
Mystérieuses, elles sont inexplicables, elles n’expliquent rien ou si peu. Tantôt hommes, tantôt femmes, divinités terrestres, elles sont là et nous rappellent à la mémoire des hommes du Néolithique.