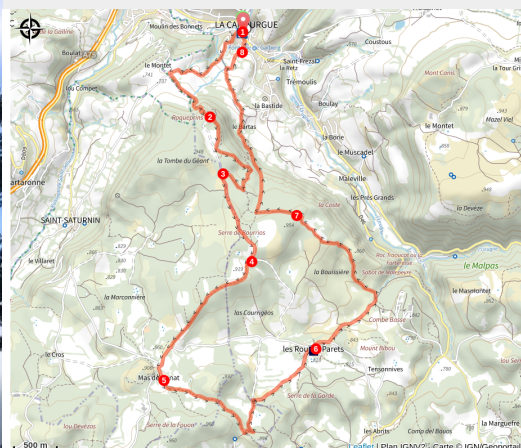


L'enfer de Roqueprins - Trail n°12

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 : 672 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Itinéraire

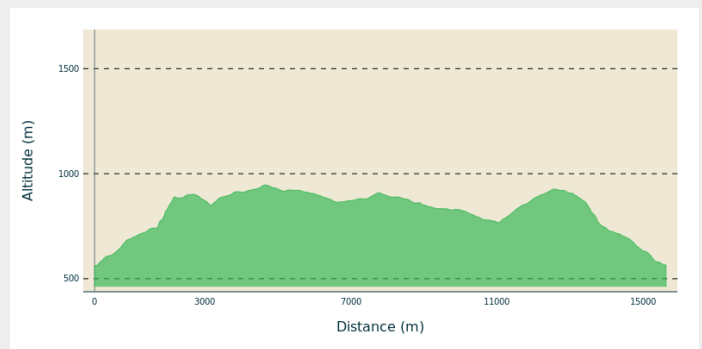
Départ : Parking du Prè Commun 48500
La Canourgue

Arrivée : Parking du Prè Commun 48500
La Canourgue

Balisage :  Lozère Trail Nature

Communes : 1. La Canourgue

Profil altimétrique



Altitude min 562 m Altitude max 946 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...



Rougès-Parets (A)

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...



Rougès-Parets (A)

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 déroulés ...

Crédit photo : Monique Albaret