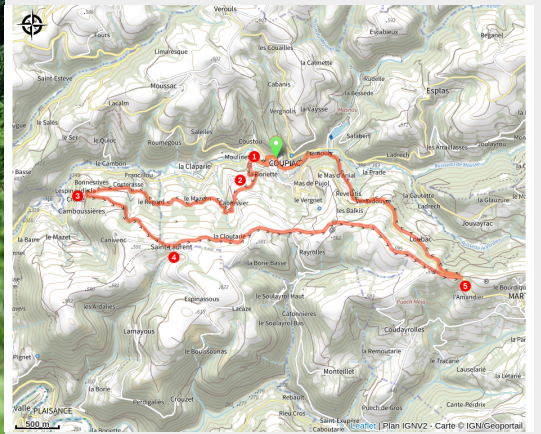


## N°18 - Se mettre au vert

Des falaises de Roquefort au Rougier - Coupiac



*Explorez les vallons au gré des ondulations du paysage... et de monotraces qui font de cette boucle verdoyante un parcours fun et oxygénant, accessible au plus grand nombre*

Une fois franchie la porte du château de Coupiac, l'aventure commence : elle est couronnée par l'ascension vers Saint-Laurent et par le superbe panorama qui se déploie depuis le hameau. Une montée en sous-bois, puis la descente finale en monotrace, sont les autres grands chapitres de cette épopée vététiste dans la campagne apaisante des Sept vallons

### Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 1 h

Longueur : 12.1 km

Dénivelé positif : 393 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Agropastoralisme, Histoire et patrimoine, Point de vue

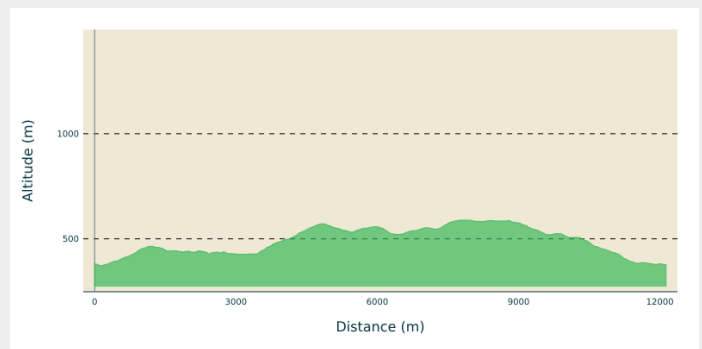
# Itinéraire

**Départ** : Parking place de la Poste, Coupiac

**Arrivée** : Parking place de la Poste, Coupiac

**Communes** : 1. Coupiac  
2. Plaisance  
3. Martrin

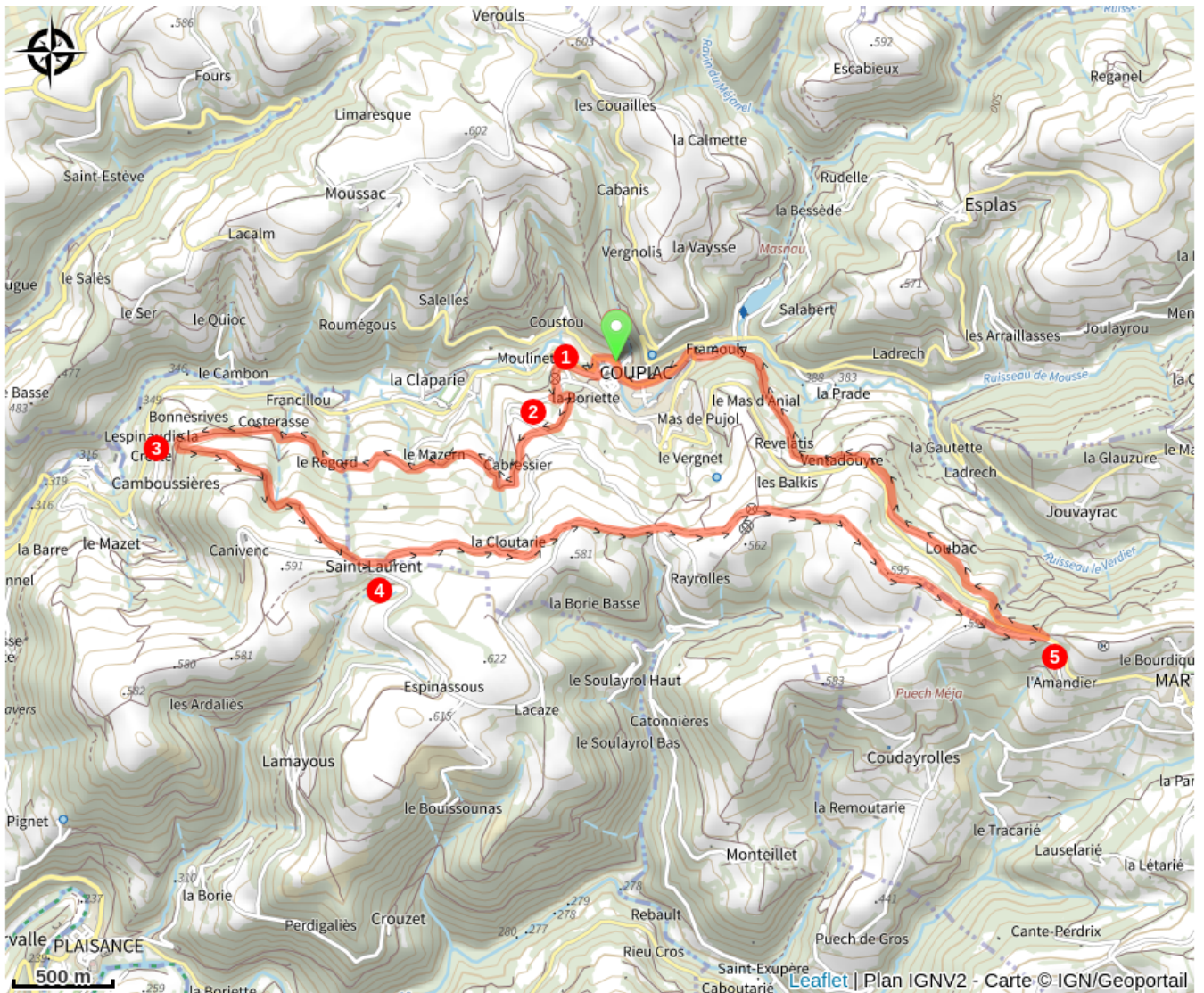
## Profil altimétrique



Altitude min 372 m Altitude max 589 m

1. Au départ de la place du village prendre la route direction Plaisance, puis après le pont passer sous la porte du château. Tourner alors à droite et suivre la route jusqu'à "La Boriette".
2. Juste avant les bâtisses, prendre le sentier sur votre droite et le suivre en traversant successivement plusieurs fermes et hameaux.
3. Au carrefour, prendre la montée sur votre gauche, rejoignant les hauteurs de Saint-Laurent.
4. Au sommet, suivre la route sur votre gauche, puis la piste à droite juste avant la ferme de la Cloutarié. Continuer alors sur la piste en direction de Martrin.
5. Au niveau de la route principale, prendre à gauche et suivre le monotrace en contrebas jusqu'à Coupiac.

# Sur votre chemin...





# Toutes les infos pratiques

## Comment venir ?

### Transports

Se déplacer en bus ou en train : <https://lio.laregion.fr/>

Covoiturage : BlaBlaCar, Rézo Pouce, Mobicoop, Idvroom, LaRoueVerte, Roulez malin

### Accès routier

Depuis St Sernin/Rance, prendre la D33 jusqu'à Coupiac (environ 20 minutes).

### Parking conseillé

Place de la Poste à Coupiac

## Lieux de renseignement

### OT Pays du Roquefort

Avenue de Lauras, 12250 Roquefort/  
Soulzon

[contact@roquefort-tourisme.fr](mailto:contact@roquefort-tourisme.fr)

Tel : 0565585600

<http://www.roquefort-tourisme.fr/>



### OT Pays du Roquefort (St-Affrique)

Boulevard Aristide Briand, 12400 Saint-Affrique

[contact@roquefort-tourisme.fr](mailto:contact@roquefort-tourisme.fr)

Tel : 0565585600

<http://www.roquefort-tourisme.fr/>

