

VTT N°33 - Les Crêtes de Roquecézière

Des falaises de Roquefort au Rougier - Pousthomy



Crêtes de Roquecézière (N. Nespoulous)



A la frontière de l'Aveyron et du Tarn, un parcours longue distance parmi les reliefs verdoyants des monts de Lacaune avec, en point d'orgue, l'ascension à la chapelle Notre-Dame d'Orient

Plus de 36km et un dénivelé positif autour de 600m : des chiffres à la mesure du vaste massif cristallin que cette boucle vous propose d'arpenter. Pistes, chemins forestiers et monotraces se succèdent sur ce parcours que jalonnent une montée au sanctuaire, un passage bucolique près du ruisseau de l'Avène et la traversée de hameaux isolés dans le paysage

Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 4 h

Longueur : 36.5 km

Dénivelé positif : 1243 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Itinéraire

Départ : Pousthomy, parking salle des fêtes

Arrivée : Pousthomy, parking salle des fêtes

Balisage : ► VTT Parc

Communes : 1. Pousthomy
2. Laval-Roquecezière
3. Combret

Profil altimétrique



Altitude min 336 m Altitude max 922 m

1. Du parking de la salle des fêtes, prendre à droite la D33 sur environ 50m. Puis prendre à droite un sentier en descente au début dégagé puis en monotrace (pavé et glissant en conditions humides) jusqu'à ND d'Orient.
2. Après le monastère ND d'Orient, suivre le monotrace longeant la rivière (le Rance) en direction de St Maurice. Continuer sur la route vers Combret sur environ 1,5 km.
3. Prendre à gauche via un chemin en descente sur 500 m. Au bas du chemin, prendre à droite le monotrace en montée. Après 300 m traverser la route et continuer via un monotrace en montée technique et un peu cassant (environ 1 km). Un peu de portage à prévoir sur quelques courtes portions pour les pratiquants les moins techniques.
4. Après Les Bories prendre à gauche via une piste en montée sur environ 300 m. Puis prendre à gauche et suivre sur 2 km un sentier monotrace sauvage légèrement en descente. Après, remonter par des pistes sillonnant les pâturages en direction de La Loubière.
5. Après 1 km de route, après le col de Capelou, s'engager à gauche sur les pistes forestières qui mèneront jusqu'au col de Peyronnenc. Section de 6,5 kms d'ascension non technique avec quelques courtes descentes.
6. Au col de Peyronnenc, prendre à droite en direction des crêtes de Roquecezière pour 2 km de pistes avec un panorama à 360°. Vue par temps clair des Pyrénées à L'Aigoual ! A Roquecezière, possibilité de monter au rocher de la vierge afin de profiter de la table d'orientation.
7. Après Roquecezière, descente rapide sur 1,5 km vers St Crépin. Alternance de piste et de monotrace.
8. Après La Bastide, un partie de piste vallonnée d'environ 1 km emmène à l'entrée d'un sentier monotrace en descente qui fera le plaisir des "descenders" sur 1,5 km.
9. Remontée vers Hucaloup de 1 km. Non technique mais exigeante. Puis après Hucaloup, alternance de sentiers en monotrace et de pistes globalement en descente jusqu'à Segezy. Retour vers Pousthomy et le point de départ.

Sur votre chemin...



 Chapelle ND d'Orient (A)

 Rocher de la Vierge (B)

Toutes les infos pratiques

Comment venir ?

Parking conseillé

Salle des fêtes face à l'Auberge des Arcades

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...



Chapelle ND d'Orient (A)

Chapelle du monastère Notre Dame d'Orient du 17ème siècle. Cette jolie chapelle mérite une pause et qu'on s'y attarde un moment. La voûte est constituée par une charpente en bois lambrissée en forme d'arêtes de poisson, sur toute sa longueur, se terminant sur les côtés en forme d'arc surbaissé en anse de panier. Les murs sont ornés de décors peints en trompe l'oeil, le retable devant l'autel, d'inspiration espagnole, tout en bois sculpté est classé aux Monuments Historiques, le devant de l'autel est en cuir de Cordoue.

Crédit photo : ElodieGenty



Rocher de la Vierge (B)

La statue de la Vierge élevée sur le rocher, domine la vallée depuis 1884 : à la suite d'une retraite, les habitants décidèrent de son installation. Elle culmine à 930 mètres d'altitude, pèse environ 4 tonnes et mesure 3,30 mètres de hauteur. Elle veille depuis ce jour sur ce haut-lieu du Rouergue et sa vallée.

Un pèlerinage a lieu depuis, le 15 août de chaque année. Celui-ci attire en procession des pèlerins venus nombreux du sud de l'Aveyron et du nord du Tarn.

Les viisteurs peuvent observer la migration des oiseaux et des rapaces de mi août et jusqu'en septembre. Les crêtes de Roquecèzière sont le théâtre d'un formidable ballet aérien. Un panneau de la LPO est installé pour vous informer sur ce phénomène.