

CARTE DE RANDONNÉES

Au cœur de la nature
randonnez en toute
quiétude.

ESCAPONS-NOUS*

*ÉVADONS-NOUS

Le sentier des cimes *Lestrade-et-Thouels*

FACILE

🕒 2 h
📍 6 km
📈 88 m D+



Départ / Arrivée :
Place du Terrail, Parking en
direction de Villefranche de Panat
par la D44.

S'émerveiller devant...

Tendez l'oreille
afin d'apprécier le
tambourinement des pics
présents dans les parages.
Pic épiche, pic noir,
pic vert et pic mar.



- Depuis le parking, se diriger vers le nord, suivre la piste durant 350 m jusqu'à atteindre une barrière
- Puis tourner à droite en direction du hameau de Recoules, suivre le chemin encaissé surplombant la D44, laisser Recoules sur votre droite et continuer tout droit durant 750 m en direction du hameau de Lovergne.
- Passer les premiers bâtiments agricoles puis tourner à gauche et prendre le second chemin sur votre gauche, puis emprunter un petit chemin bordé de murailles en pierres.
- Arrivé à la piste prendre à droite direction la ferme de St-Louis.
- Pour se rendre au dolmen, passer au milieu des bâtiments agricoles pour atteindre un portail sur votre droite. Passez-le en n'oubliant pas de refermer derrière vous. Langer la clôture jusqu'au dolmen dit de « Saint-Louis ». Après votre halte, rebroussez chemin pour revenir au point 4 et tourner à droite.
- À la pâte d'acier prendre la piste à gauche puis un sentier ombragé bordé de houx pour atteindre la première éolienne
- Arrivé au carrefour, suivre toujours le petit chemin ombragé bordé de murets, jusqu'à atteindre la troisième éolienne et retrouver le point 2. Arrivé à la barrière prenez à droite pour retrouver le parking g.

Le Causse de Concoules *Montjoux*

FACILE

🕒 3 h
📍 8,3 km
📈 201 m D+



Départ / Arrivée :
Salle des fêtes,
Montjoux



- Depuis la salle des fêtes contourner le terrain de tennis par la droite. Une fois à la route, tourner à droite, passer devant l'épicerie.
- Prendre à droite le chemin d'exploitation. A 20 m, laisser à droite un chemin qui remonte dans le bois, poursuivre par le chemin qui descend puis s'élève un peu dans le bois avant de gagner La Roubière. Continuer par la route sur 400 m et prendre la piste à droite.
- Obliquer à droite pour effectuer la boucle de Concoules qui passe à point de vue sur la vallée de la Muse.
- Au croisement, prendre à gauche le chemin qui longe la bordure du plateau et passe à proximité de deux dolmens. Reprendre la piste empruntée à l'aller et rejoindre la route. La suivre à droite sur 750 m.
- Au niveau de la zone artisanale et du stade, bifurquer à gauche et prendre une piste passant devant les entreprises. Monter à droite pour rejoindre un étroit chemin bordé de murets. Passer devant le réservoir d'eau (point de vue sur le viaduc de Millau) et redescendre entre les habitations pour rejoindre Montjoux.

Circuit des pins *St-Rome-de-Tarn*

FACILE

🕒 2 h 30
📍 9 km
📈 352 m D+



Départ / Arrivée :
Place du Terrail,
Saint-Rome-de-Tarn

Évitez la chaleur des
longues journées estivales.
Partez en fin de journée et
prenez de la hauteur pour
admirer le soleil se coucher
au creux des Raspes.



- Depuis la statue de Denis Affre, place du Terrail, emprunter l'avenue du pont du Tarn sur 50 m environ puis monter à droite les escaliers conduisant à un sentier qui s'élève en direction d'Auriac (panneau de départ du sentier).
- Du point culminant d'Auriac d'où l'on a une vue impressionnante sur la vallée du Tarn, prendre vers la droite le sentier qui grimpe (sentier du facteur) parmi les amélanchiers et les genévriers (voir la fontaine sur la droite) en longeant la clairière d'un bois de pins et se transforme en piste goudronnée au-delà de la ferme au lieu dit Le Raust.
- Arrivé à une intersection, quitter cette piste goudronnée qui continue vers la D73 et un autre circuit (le sentier du Facteur), laissez le petit chemin sur votre gauche et obliquer à droite en épingle pour rejoindre la crête direction relais TV.
- Aller-retour conseillé jusqu'au relais TV (2^e pylône) : magnifique point de vue sur les vallées et monts en environnants ainsi que les villages de Castelnaud-Pégayrolles et Auriac (compter 40 mn pour ce détour).
- Quitter la large piste pour amorcer la descente par un sentier raide, étroit et rocailleux. Attention, il est pris dans la haie donc soyez attentif. Peu avant la gendarmerie, obliquer à droite sur une petite route longeant le cimetière. Au niveau du réservoir d'eau, ne pas emprunter la D993 mais suivre le sentier qui surplombe et qui vous ramène à St-Rome.

Les applis qui changent tout



CONSTATER, CONNECTER, SIGNALER.



Je pratique, je synchronise, je partage mes parcours favoris.

Découvrez aussi...

Notre guide touristique
(Lo Confidencial)

Nos meilleurs conseils
pour pêcher
(Guide de pêche)

Retrouvez plus
de randos sur
RANDO
GRANDS CAUSSES



Numéros d'urgence

Pompiers : 18 ou 112
Gendarmerie : 17
Centre antipoisson : 05 61 77 74 47

Circuit du Puech de Bosc *St-Victor-et-Melviu*

FACILE

🕒 3 h
📍 7,4 km
📈 249 m D+



Départ / Arrivée :
Salle des fêtes
de Melviu



« L'INATTENDU »

Entrez dans une œuvre
d'art ça vous tente ?
Pénétrez l'église
du village de St-Victor et
laissez-vous transporter
par les fresques de Nicolai
Greschny qui recouvrent
totalement les murs de
l'édifice, baptisant le
monument de Chapelle.

- Départ de la salle des fêtes du village, rejoignez la départementale, prendre à gauche comme si vous sortiez du village. A 30 m prendre à droite et remontez sur la place de l'église. Au bout de cette place, prenez à gauche et 20 m plus loin à l'angle de la maison prendre à droite sur la piste qui descend, la suivre sur 100 m.
- À l'intersection, empruntez à gauche un sentier bordé de murets puis à l'intersection prendre à droite la piste forestière qui monte.
- Après 1,3 km environ, la piste se divise en deux prendre à droite la montée jusqu'à la voie communale.
- À la route, prendre à gauche jusqu'au hameau du Bosc. Traverser le village jusqu'au bout (tout droit) puis emprunter le chemin qui fait le tour du Puech. De retour à Bosc, suivre la petite route en direction de Melviu.
- À la croix du Ségala, prendre à droite la piste qui monte sur 150 m avant de plonger vers Melviu.
- À la fontaine, prendre à gauche un sentier empierré pour regagner le village de Melviu. A l'église, rejoignez le parking de la salle des fêtes.

Des Mines aux cabanettes *Viala-du-Tarn*

FACILE

🕒 3 h
📍 5,4 km
📈 205 m D+



Départ / Arrivée :
Rue de
la Muraille

Percez le mystère
des cabanettes...
Au milieu d'un petit bosquet
d'arbres, creusé dans le
grès, cet étonnant habitat
troglodyte vous fera
traverser le temps.

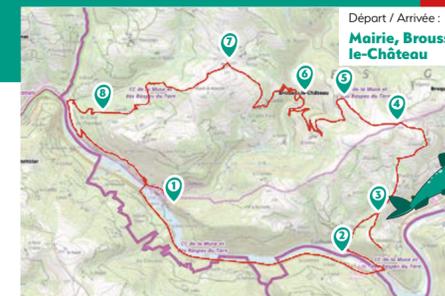


- Rejoindre la rue de la Muraille en bas du village. Passer sous le porche et suivre le petit sentier qui descend jusqu'au hameau du Minier
- Arrivé au hameau, bifurquer à gauche, suivre le ruisseau du Minier et la piste forestière qui vous ramènera à Viala.
- De retour au village, prendre la D73 à droite, sur 300 m, puis le chemin de terre sur la gauche face à l'atelier municipal et la station-service.
- Après le cimetière, rester sur votre gauche. 100 m plus loin restez à gauche au niveau des deux intersections suivantes vers Valencas.
- Au niveau des bâtiment agricoles, contourner par la gauche pour arriver au hameau.
- Au cœur du hameau de Valencas, au niveau de la patte d'oie, prendre à gauche pour regagner le Viala du Tarn.

Sentier de St-Cyrice à St-Martin *Brousse-le-Château*

DIFFICILE

🕒 6 h
📍 19,2 km
📈 710 m D+



Départ / Arrivée :
Mairie, Brousse-
le-Château

LA CONFIDENCIA
Le Tarn, tout proche
pendant votre balade,
abrite de jolies farios,
découvrez tous nos spots
de pêche dans notre
guide spécial !



- De la place de la mairie prendre la rue principale, franchir le pont sur le Tarn et emprunter à gauche le D902 sur 800 m (prudence). S'engager à droite dans le tunnel. A la sortie, passer à droite et continuer par le chemin herbeux (ancienne emprise de la voie ferrée) entre la route et la rivière. Poursuivre par la D902 à gauche sur 800m. A l'ancienne maisonnette de garde-barrière, traverser pour utiliser le chemin à droite, passer le pont, puis longer le Tarn à gauche jusqu'à Couffouliers.
- À l'entrée du hameau (maisons traditionnelles typiques) monter en épingle à droite par la voie cimentée. Passer le ruisseau, poursuivre la montée toujours à droite par un sentier assez raide et déboucher sur une petite route venant de la vallée.
- Prendre la route à droite, continuer à droite jusqu'à la chapelle Saint-Cyrice (vue exceptionnelle sur la vallée du Tarn, stèle discoidale), puis revenir. Poursuivre la montée par la route. Passer Puech-Cani, puis suivre la D54 à droite jusqu'à La Palisse.
- Après la ferme, bifurquer à gauche sur le sentier herbeux qui se prolonge par un chemin bordé de haies vives. Arrivé à la route tourner à gauche et en direction de Nouals.
- Arrivé au hameau, prendre la piste sur la gauche. A la route, prendre à droite et après le virage en épingle avant la ferme « Le Salsou » à nouveau à droite. Passer deux portillons et descendre jusqu'à la rivière « Alrance ».
- Après le pont, tourner à droite vers la Castié puis à droite après le village vers Saint-Martin.
- Devant le cimetière tourner à gauche, traverser la place de l'église vers la croix et prendre à droite. Au prochain carrefour, tourner à gauche, puis à droite vers le Cluzel en poursuivant dans la haie entre les deux champs. Descendre et tourner à gauche sur le prochain sentier, passer deux portillons, le Cluzel et poursuivre la descente.
- À Layrolle, prendre à droite devant la maison restaurée, descendre vers le Tarn, le longer par la gauche (balisage jaune / vert). Au prochain embranchement, remonter jusqu'à la route qui mène à Brousse.



Suivez-nous @TOURISME MUSE RASPES
Mentionnez-nous #MUSERASPESTOURISME



Office de Tourisme
MUSE ET RASPES DU TARN
www.tourisme-muse-raspes.com

Place du Ravelin | 12490 ST-ROME-DE-TARN
05 65 62 50 89
contact@tourisme-muse-raspes.com



Je prends quoi avec moi ?

Des vêtements adaptés à la météo et à la randonnée.

Une carte, un topoguide et un téléphone avec les numéros d'urgence.

Une bouteille d'eau par personne et de quoi **grignoter**.

Un sécateur pour mettre ma pierre à l'édifice dans l'entretien des sentiers.

Quelques règles à respecter

Je ne ramasse pas les fleurs, **je respecte** les sentiers en partageant l'espace et je reste discret.

J'emmène mes déchets avec moi.

Je respecte les propriétés en refermant les barrières derrière moi.



La Vallée de la Muse Castelmus Castelnau-Pégayrols

MOYEN

🕒 2 h 30
📍 7,7 km
📈 384 m D+



Départ / Arrivée :
Point d'accueil

Les feuilles qui craquent sous vos pieds, les odeurs des champignons qui chatouillent vos narines. **Une balade dans les sous-bois** dans les Castelnau Pégayrols à l'automne vous fera voyager à coup sûr.



- Depuis le point d'accueil, descendre dans le village de Castelnau. Passer à gauche du château jusqu'à la place St Michel (église). Poursuivre à droite vers la table d'orientation. Après celle-ci, virer en épingle à gauche et descendre sous les falaises. Au premier croisement, laisser à droite la piste conduisant à Marziols.
- Continuer tout droit sur 400 m jusqu'à un calvaire. Bifurquer à droite direction Castelmus. Emprunter un chemin creux bordé de murets qui se prolonge par un sentier en lacets à travers bois jusqu'à la Muse. Traverser par la passerelle. Remonter vers le village de Castelmus.
- Traverser le village. Passer près de l'église, de la fontaine et 100 m après le calvaire bifurquer à gauche sur un agréable chemin creux. Ensuite, suivre une piste pour redescendre jusqu'à la Muse. Laissez à gauche le premier pont.
- En cours de montée, laisser à droite le chemin de Moulibez. Poursuivre la montée vers la Rauzière. Passer en dessous du hameau (Attention: Traverser une pâture, refermer une barrière). Au croisement suivant, prendre tout droit. Redescendre jusqu'au ruisseau de la Falguière.
- Passer le ruisseau et suivre le sentier qui remonte en bordure jusqu'à un deuxième pont. Le laisser à droite. Suivre un sentier ombragé assez escarpé, puis un chemin creux et atteindre le calvaire du départ. Poursuivre vers Castelnau par le chemin emprunté à l'aller.

Traverser le deuxième pont.



Entre beaux paysages et histoire Les Costes-Gorzon

MOYEN

🕒 4 h
📍 12,7 km
📈 384 m D+



Départ / Arrivée :
Parking de la Mairie

Défiiez-vous dans une **course d'orientation** entourés de nombreux vestiges.



- Du parking devant la mairie, prendre la route direction St-Affrique (cap à l'Est) continuer 150 m.
- Turner à droite pour prendre le sentier qui mène à la route de Localm-La Serre.
- Traverser la route et aller tout droit, longer le champ, puis descendre en lacets avant de déboucher sur un chemin (datant de l'époque gallo-romaine). Le remonter à gauche vers Pinsac.
- Traverser le hameau et continuer vers l'est sur 800 m jusqu'au site du Sabel.
- A l'aire de pique-nique, direction Sud-Est, longer les sarcophages wisigoth à votre gauche et plus lointin des sépultures rupestres sur votre droite. Traverser une petite bande de champ et passer devant la dalle gravée. Continuer à droite vers l'Est et descendre, puis au chemin, remonter à gauche.
- Traverser le site du Mas-Viel. En sortir par le Nord, remonter à gauche sur la piste et atteindre une intersection. Se diriger à droite sur 400 m.
- Après le dolmen passer à droite entre deux champs et entrer dans le bois en face (point de vue sur un rocher). Après descente à travers bois, atteindre la gratte des Drogonnières, située à 20 m au-dessus du sentier. Remonter le valon boisé et déboucher sur un carrefour proches de la D527.
- Engager sur la piste à votre gauche. Traverser une piste et après un virage à angle droit, gagnez la D527 puis prendre à gauche sur 300 m.
- Suivre la petite route à droite. Elle laisse à droite le hameau de Sans-corps et arrive à l'intersection du hameau de Varailous. Quitter la route qui vire à gauche et continuer tout droit vers la butte de Gorzon par le sentier qui débouche dans le virage de la D527.
- Prendre le chemin de terre qui monte sur la butte de Gorzon. Revenir vers la D527. Emprunter l'ancien chemin qui passe en contre-haut de la D527 et ramène au village.

Des villages de Caractères Saint-Beauzély

MOYEN

🕒 4 h
📍 11 km
📈 360 m D+



Départ / Arrivée :
Parking (Bar de la Muze, superette Vival)

Voyagez dans le temps grâce au Château/Musée des métiers de la pierre et de la vie rurale situé au cœur du village...



- Depuis le parking, quitter la D30 dans la traversée du bourg pour prendre la route rejoignant le quartier du pont (balisage blanc/rouge). Passer la Muse et prendre la direction du stade sur 100 m.
- Laisser le GR à gauche, prendre à droite direction Barraques. Emprunter une petite route sur 1,2 km à travers chênes et châtaigniers jusqu'à une intersection avec deux sentiers.
- Prendre celui de droite pour suivre à flanc la droite sauvage de la Muse. Bifurquer à gauche sur un petit chemin bordé de murets en pierres sèches qui se prolonge par un chemin forestier. Continuer à droite puis à gauche et déboucher sur le chemin conduisant à Moulibez (centre de vacances).
- Suivre à gauche sur la D515 sur 600 m. Virer en épingle à gauche (au niveau d'une borne kilométrique) sur un chemin caussenard. Le suivre à travers chênes, buis et genévriers jusqu'à Barraques (ne pas manquer la fontaine, le calvaire et le point de vue sur la vallée sauvage de la Muse).
- Aux premières maisons, monter à droite par une rue « caladée » sur 100 m. Au bout de la montée, tourner à gauche sur une petite route de desserte sur 350 m jusqu'à la voie communale menant à Barraques. La suivre à droite sur 150 m.
- Au premier virage à droite, bifurquer sur le chemin forestier sur la gauche (assez pentu au départ) puis remonter sur le plateau.
- Au premier bâtiment d'élevage, prendre à gauche juste avant la route et déboucher sur le GR62 (blanc/rouge). Le suivre à gauche pour descendre dans un valon. Passer à proximité du stade et retrouver le pont sur la Muse. Remonter dans le bourg de St-Beauzély.

Ouvrez l'œil, suivez le balisage



Turner à gauche Turner à droite Bonne direction Mauvaise direction

La Blaquièrre St-Jean-de-Liverset Verrières

MOYEN

🕒 3 h 30
📍 11,3 km
📈 436 m D+



Départ / Arrivée :
Salle des fêtes de Verrières

- Départ de la place du village direction ouest, passer devant le monument aux morts, continuer sur la droite en direction de Concus. À 150 m, prendre la route sur la droite en direction de Mare, La Fogette.
- Continuer la route, traverser le Lumensouesque (ruisseau) et prendre à gauche jusqu'à la croix de Cassan (ph.1).
- A la croix de Cassan, tourner à droite et suivre le côté droit du ravin de la Galerie. Environ 1 km après ce croisement, traverser à gué le ravin et commencer la montée en direction de Bécours, la Blaquièrre (attention chemin difficile sur une vingtaine de mètres). Au croisement des chemins, laisser Bécours sur la droite et continuer à gauche ; suivre les buisseries jusqu'à la piste.
- Là, prendre à droite sur 200 m, puis emprunter le chemin à gauche sous le parc des dromadaires en direction du camping. Suivre le sentier qui traverse le camping ; puis,

prendre le chemin sur la gauche en laissant le balisage VTT sur la droite. Juste après la grange de Carriols tourner en contrebais à droite pour rattraper le sentier qui rejoint la source de Carriols.

Après la source, remonter sur la droite et suivre le sentier qui passe sous le gîte de la vieille Blaquièrre de style caussenard jusqu'à la chapelle en ruine de Saint-Jean-de-Liverset (ph.3)

Continuer la descente et rejoindre à nouveau la Chapelle de Cassan en longeant le ravin de la Galerie cette fois-ci par la gauche et retour sur le village de Verrières.

LE SAVIEZ-VOUS ?

« Clapas » désigne un amas ou un muret de pierres. Long de 110 m, large de 6 m, le Clapas du Diable constitue un des plus grands oppidums

Le chemin des Raspes Ayssènes

DIFFICILE

🕒 6 h
📍 14,8 km
📈 752 m D+



Départ / Arrivée :
Maison de la Châtaigne

Les barrages, ces impressionnantes infrastructures ont façonné notre paysage et notre économie. **Partez à la découverte de ce patrimoine exceptionnel qui habille le Tarn.**



- De la Maison de la Châtaigne rejoindre l'église puis prendre à gauche le chemin bétonné qui descend au moulin, franchir le ruisseau, bifurquer à gauche, puis emprunter la route à gauche et gagner le carrefour des Oustols-Cremats. (aller jusqu'aux dernières maisons pour profiter de la vue sur Ayssènes et les deux torrents qui l'enserrent).
- Se diriger par la route à l'ouest, puis, à la croix, prendre à gauche le chemin de terre qui monte vers Le Pouget, sur 1 km.
- Après le château, obliquer à gauche. Passer au-dessus des conduites forcées descendant du lac de Saint-Amans et continuer vers le Truel. Traverser le village et descendre vers le Torn, puis remonter à gauche jusqu'au pont. Le franchir et prendre à gauche sur 100 m.
- A la première intersection, s'engager à gauche sur un sentier escarpé jusqu'au pont suspendu de Verdolle. Le franchir et prendre à gauche sur la D510 pour longer le Tarn sur 1 km, jusqu'au mas de Bénou.
- Bifurquer à gauche sur le sentier escarpé qui monte plein nord vers le Roc Saint-Jean (vue sur la vallée) et rejoindre Ayssènes.
- étroite), couper la route et prendre le chemin en face. Continuer par un sentier qui serpente à travers bois. Franchir le ruisseau, atteindre une route. Suivre un sentier en face à travers bois. Avant la Balmayrie-Haute, franchir un petit ruisseau sur un aménagement en béton et remonter jusqu'à la D31. L'emprunter à gauche sur 250 m.
- Bifurquer à droite sur un chemin d'exploitation pour rejoindre la Fosse. Continuer en suivant la route jusqu'à Notre-Dame-Du-Désert. Revenir sur ses pas.
- A la première intersection, s'engager à gauche sur un sentier escarpé jusqu'au pont suspendu de Verdolle. Le franchir et prendre à gauche sur la D510 pour longer le Tarn sur 1 km, jusqu'au mas de Bénou.
- Bifurquer à gauche sur le sentier escarpé qui monte plein nord vers le Roc Saint-Jean (vue sur la vallée) et rejoindre Ayssènes.

À travers Puech et Riu Broquiès

DIFFICILE

🕒 7 h
📍 21,7 km
📈 801 m D+



Départ / Arrivée :
Mairie du village

Voguez sur les eaux du Tarn, pour une randonnée hors des sentiers battus avec les Chemins de Traversé.



- Départ devant la Mairie du village. Suivre la D54 pendant 100 m et tourner à droite pour rejoindre le cimetière. À la D54 prendre à droite, 40 m après prendre le chemin à droite. Traverser la châtaigneraie des Cansognes, le Py.
- 250 m après prendre à gauche la piste vers le Puech de la Tille. Peu après l'embranchement de la Falgouse, rester à droite vers Nauals.
- À Nauals, contourner le hameau par la droite puis descendre à travers bois vers le « riu » de Cansac, le traverser pour remonter sur le « puech » opposé. Après quelques lacets, atteindre Cansac.
- 50 mètres après Cansac, quitter la route et emprunter à gauche une piste qui, par la crête, rejoint la route menant à Huquefol, la suivre pendant 900 m. Au carrefour, tourner à droite en direction de la Roucarelle puis suivre la piste pendant 1,5 km. Aux routes du Mazet, de la Citadelle et des Clauselles rester toujours à gauche.
- Au virage quitter la route des Clauselles pour prendre à gauche la piste qui traverse la D25 en direction de Roubercau.
- Traversez Roubercau, pour rejoindre Cussac. Puis, à la sortie de Cussac prendre à droite pour rejoindre le Périé.
- Après le Périé, sur la gauche, prendre le sentier qui descend à travers bois, suivant la ligne de crête et se poursuit en lacets. Après deux virages en épingle, traverser le ruisseau et arriver à la Jourdanie.
- Peu après, quitter la D200 sur la gauche pour suivre le Tarn jusqu'au Pont du Navech. Après les maisons de Navech, prendre sur la gauche pour rejoindre Broquiès, par le chemin royal.

Le GR736®

MOYEN

Une évasion sur trois départements, avec la rivière Tarn comme fil conducteur. Le GR736® serpente sur plus de 300 kilomètres du Mont Lozère jusqu'à Albi, en passant par les Raspes du Tarn.

Partir à la découverte des chemins et des villages de notre territoire, de la faune qui vit dans nos collines et de la flore qui les habitent.

Déceler les secrets et les légendes de notre patrimoine historique, vous aventurer au milieu de la nature luxuriante du Sud-Aveyron, vous émerveiller par ces paysages

exceptionnels sublimes par la douce lumière du soleil qui disparaît au creux des Raspes du Tarn.

Un chemin entre Gorges et Vallée du Tarn qui vous fera voyager pas à pas, vous promettant une expérience unique de dépassement de soi et de reconnection à l'essentiel.

Ce sentier vous mènera à la culture, à la découverte et à la rencontre des Raspes du Tarn qui sauront vous émerveiller.

- La vue exceptionnelle depuis le château d'Auriac**
- Le hameau du Minier et son architecture inattendue**
- La grandeur de la cascade des Baumes**
- Le mystère des cabanettes du Viala du Tarn**
- Le caractère unique des Raspes du Tarn**
- Les barrages qui habitent notre rivière**
- Les authentiques pierres de Brousse le Château**

