

Pays : FRANCE
Région : LANGUEDOC - ROUSSILLON

LAC DU SALAGOU (2)

Département : Hérault
Commune de départ : Salelles du Bosc
Accès : Autoroute A 75 - Sortie 56

Date de la rando : Avril 2012
Contact : J-C AMICHAUD Club de Randonnées Saint-Cômois
Tel : 05.65.48.09.65. email : jc.amichaud@orange.fr

Distance totale et/ou par étape : 60 km.
Durée totale : 4 Jours

Type de rando :
linéaire
Circuit
étoile

niveau de difficulté :
facile
moyen
difficile

Observations particulières :
Organisation en deux groupes avec options « facile et moyen »
Randonnées en moyenne montagne avec des dénivelées de 250 m. à 750 m. et des distances journalières de 7 km à 17 km.

Carte : Lodève - Bédarieux - Lac du Salagou
TOP 25 2643 OT
Topo guide : L'Hérault à pied - Recueil des PR.
Informations de l'O.T. de Lodève

Balisage et/ou signalisation : De façon générale les PR sont très bien balisés.

jour	Hébergements :	Contact :	Renseignements (capacité d'accueil, restauration, parking, ravitaillement.)	Appréciation :
1	Relais du Salagou 8, rue des Terrasses 34700 Salelles du Bosc	04.67.44.76.44. (Relaisdu salagou@wanadoo.fr	Grande capacité d'accueil	Très bon accueil Très bonnes prestations

Guides : Accompagnateurs - Membres du club. (titulaires du B.F.)

Descriptif par étapes :

1^{er} Jour : 1^{er} groupe – approche voiture : parking Vailhes .à env. 3km 5 au S.O. du Gîte de Salelles du Bosc - Rive nord du lac du Salagou.

Randonnée « Les Vailhés » fiche 10 du Topoguide en référence. Soit 16 km – 450 m - dénivelée positive et négative. Depuis le parking des Crémades (142 m.) via les Vailhés, le Mas Audran (130 m.) Le barrage du Salagou et retour par le bord du lac.

2^{ème} Groupe – Même point de départ que le groupe 1 avec un circuit moins important.

Soit 10 km. – dénivelée positive et négative de 250 m. Depuis les Crémades (142 m.) via les Vailhés, le point coté 230 m et retour par le bord du lac.

2^{ème} jour : 1^{er} groupe – approche voiture : parking de Liausson. à env. 6 km 5 au S.O. du Gîte des Salelles du Bosc – Rive sud du lac du Salagou.

Randonnée autour du cirque de Mourèze depuis Liausson. Soit 13 km – 950 m. de dénivelées positive et négative. Liausson (225 m.) via le Col des Portes (381 m.) le Col de Lousses (350 m.) le Mont Mars ou de Ste-Sholastique (502 m.) Village de Mourèze (220 m.) Retour par le cirque et le chemin des charbonniers – le grotte de Liausson (400 m.) et Liausson.

2^{ème} groupe – Même point de départ que le groupe 1 avec un circuit plus court.

Randonnée de 7 km. et 300 m. de dénivelée. Le Mont Liausson. Fiche 11 de topoguide en référence. Liausson (225 m.) via le Col des Portes (381 m.) la Montagne de Liausson (510 m.) la grotte de Liausson (400 m.) et retour à Liausson.

3^{ème} jour : 1^{er} groupe – approche voiture : parking du prieuré .à env. 6 km 5 au N.O. du Gîte de Salelles du Bosc. Le Prieuré de St Michel de Grandmont (accès par la A 75 sortie sud de Lodève puis direction Soumont) – (Ce jour là, grosse pluie le matin).

visite du Prieuré – pique nique dans la salle du restaurant du Prieuré – Après midi avec un ciel plus serein.

Randonnée de 12 km. -420 m. de dénivelée positive et négative. Les balcons de Soumont depuis le Prieuré (420 m.) via Soumont (400 m.) le Bosc (220 m.) et retour au Prieuré

Fiche Rando – Les balcons de Soumont O.T. de Lodève.

2^{ème} groupe – Même point de départ que le groupe 1. visite et pique nique dans la salle à manger du prieuré. Randonnée de 7 km 5. – 300 m. de dénivelée positive et négative. Les Balcons de Soumont depuis le Prieuré via Soumont et retour au Prieuré par la variante de Soumont.

4^{ème} jour : 1^{er} groupe - approche voiture : parking de Lauroux. Le Cirque de Labeil (N.O. de Lodève) accès par la A 75 sortie Lodève nord.

Randonnée au départ de Lauroux de 17 km 8 et 750 de dénivelée. Depuis Lauroux (300 m.) via le ravin des Tours ; la grotte de Labeil (670 m.) Roquet escu (750 m.) Les Caussades (765 m.) et retour à Lauroux.

2^{ème} groupe - approche voiture : parking à St Jean de la Blaquièrre. Les bois des Homs et de Latude.

Depuis St Jean de la Blaquièrre à env. 3 km. NNE

du gîte de Salelles du Bosc. Randonnée de 10 km. et 230 m. de dénivelée. Saint Jean de la Blaquièrre (160 m.) Les Bois des Homs (324 m.) Les Bois de Latude (383 m.) retour par les Costes le Bouis à Saint Jean.

Commentaires/impressions/appréciations générales:

La région de Salagou offre sans aucun doute la plus riche concentration en France de roches de toute nature et confèrent une infinie variété de paysages saisissants et attachants. Des paysages rouges, argileux, chargés d'oxyde de fer qui contrastent avec le bleu du lac et le vert des massifs de résineux.

Le prieuré de Grandmont mérite aussi de l'attention. Cet ensemble constitue aujourd'hui une pièce remarquable du patrimoine car c'est le seul exemple de monastère grandmontain. Le parc est également intéressant à visiter avec entre autre, le dolmen de Coste Rouge, classé monument historique par l'UNESCO.

Accéder à la carte sur le site www.geoportail.fr / taper le nom de la commune de départ indiqué sur cette fiche, / choisir l'option carte, / ajuster l'échelle aux environs des 1/10000 pour visualiser les GR, / circulez sur la carte en utilisant la main. Ou sur le site openrunner.com si c'est indiqué dans la fiche.

Comité départemental de l'Aveyron <http://aveyron.ffrandonnee.fr>

Maison du Tourisme - 17, rue Aristide Briand - BP 831 - 12008 Rodez cedex

Tél. 05 65 75 54 61 – Fax 05 65 75 55 71

e-mail cdpr12@wanadoo.fr

Fédération Française de la Randonnée Pédestre www.ffrandonnee.fr

Association reconnue d'utilité publique. Agréée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative et le Ministère de l'Écologie et du Développement durable.
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre.