

Le Chemin des Raspes



A l'ouest de l'église, prendre le chemin bitumé qui descend au moulin. Franchir le ruisseau, bifurquer à gauche, puis emprunter la route à gauche et gagner le carefour des Oustals-Cremats.

Aller jusqu'aux dernières maisons pour profiter de la vue sur Ayssènes et les deux torrents qui l'enserment.

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 et avant la dernière maison, obliquer à gauche. Passer au-dessus des conduites forcées descendant du lac de Saint-Amans et continuer vers Le Truel. Dans le village, suivre à gauche la rue principale, puis descendre à droite vers la rivière Tam. Remonter à gauche, longer le complexe de loisir et atteindre le pont ; Le franchir et prendre à gauche sur 100 m.

Obliquer à droite, puis aussitôt à gauche sur un sentier surplombant la D200. Monter à droite en crête à travers bois, jusqu'à La Romigulière.

Contourner le village par la droite (église, sarcophages, panorama). Descendre devant l'entrée de l'église (ruelle étroite), couper la route et prendre la piste en face. Virer rapidement à gauche sur un sentier qui serpente à travers bois, puis à droite. Franchir le ruisseau, atteindre une route. Descendre en face par un sentier à travers bois. Avant la Balmayrie-Haute, franchir un petit ruisseau sur un aménagement en béton et remonter jusqu'à la D31 et emprunter sur 350 m.

Bifurquer à droite sur un chemin d'exploitation pour rejoindre la Fosse. Continuer en suivant la route jusqu'à Notre-Dame-du-Désert (lieu de pèlerinage, site et chapelle construite sur un piton rocheux). Revenir sur ses pas.

A la première intersection, s'engager à gauche sur un chemin escarpé jusqu'au pont suspendu de Verdalle. Le franchir et suivre la D510 qui longe le Tam sur 1,2 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 rejoint Ayssènes.

DIFFICILE

8h - 14km

Situation : Ayssènes à 33 km de St-Affrique par les D 995, D 73 et D 200.

Parking : Village d'Ayssènes

Dénivelée : 474m

Balises : Jaune

Difficultés : Montée raide entre le Truel et la Romigulière. Montée raide entre la D510 (Mas de Benou) et Ayssènes.

À travers Puech et Riu



Du village suivre le balisage vert-jaune, linéaire Albi-Florac, direction Brousse-le-Château. Traverser la châtaigneraie des Cansagues, le Py, le Puech de la Tille.

Peu après l'embranchement de Falgou, suivre le balisage jaune vers Nouals.

Quittant Nouals, descendre à travers bois vers le « riu » de Tourtouse, le traverser pour remonter le « puech » opposé. Après quelques lacets, atteindre Cansac.

50 m après Cansac, quitter la route et emprunter à gauche une piste qui par la crête, rejoint la route menant à Huguéfol. La suivre sur la droite jusqu'à son intersection avec celle de Peyralbe.

Continuer jusqu'à la D25, après 500 m vers Broquiès, prendre à gauche le che-

min de Roubercau.

Le circuit se poursuit par Roubercau, Cussac, le Péné.

Après le Péné, prendre le sentier qui descend à travers bois suivant la ligne de crête et se poursuit en lacets. Laisser la Martinie sur la droite et rejoindre un sentier sautant de palier en palier par quelques marches étroites. Après deux virages en épingle, traverser le ruisseau et arriver à la Jourdanie.

Peu après, quitter la D200 sur la gauche pour suivre le Tam jusqu'au pont du Navach et retrouver le chemin royal pour rejoindre Broquiès.

Variante : À l'embranchement de Peyralbe, prendre à droite le chemin balisé qui rejoint le village par le chemin royal.

DIFFICILE

7h - 20km

Situation : Broquiès à 29 km de Saint-Affrique par la D25

Parking : Place du Village

Dénivelée cumulée positive : 615 m

Balises : Jaune et vert

Difficultés : aucune

La Chapelle Saint-Cyrice



De la place de la mairie prendre la rue principale, franchir le pont sur le Tam et emprunter à gauche la D902 sur 800 m (prudence). À l'ancienne petite gare, s'engager à droite dans le tunnel d'une longueur de 250 m. À la sortie, continuer par le chemin herbeux (ancienne emprise de la voie ferrée) entre la route et la rivière. Poursuivre par la D602 à gauche sur 800 m. À l'ancienne maisonnette de garde-barrière, traverser pour utiliser le chemin à droite, passer le pont, puis longer le Tam à gauche jusqu'à Couffouliens.

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 Tam,

stèle disoïdale), puis revenir.

Poursuivre la montée par la route. Passer Puech-Cani, puis suivre la D64 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. Au croisement en T, prendre le chemin de terre à gauche sur 50 m.

Au croisement, laisser à droite la piste de Nouals et continuer en face par le chemin de crête, entre champs et pâtures. Traverser la D54 et poursuivre par la route en direction de La Colombie. Avant le hameau, prendre la route à gauche sur 300m.

S'engager à droite sur le chemin bordé de buis qui, à travers bois, descend vers Brousse-le-Château. En bas, emprunter la D54 pour franchir le pont et regagner le village.

MOYEN

3h - 12 km

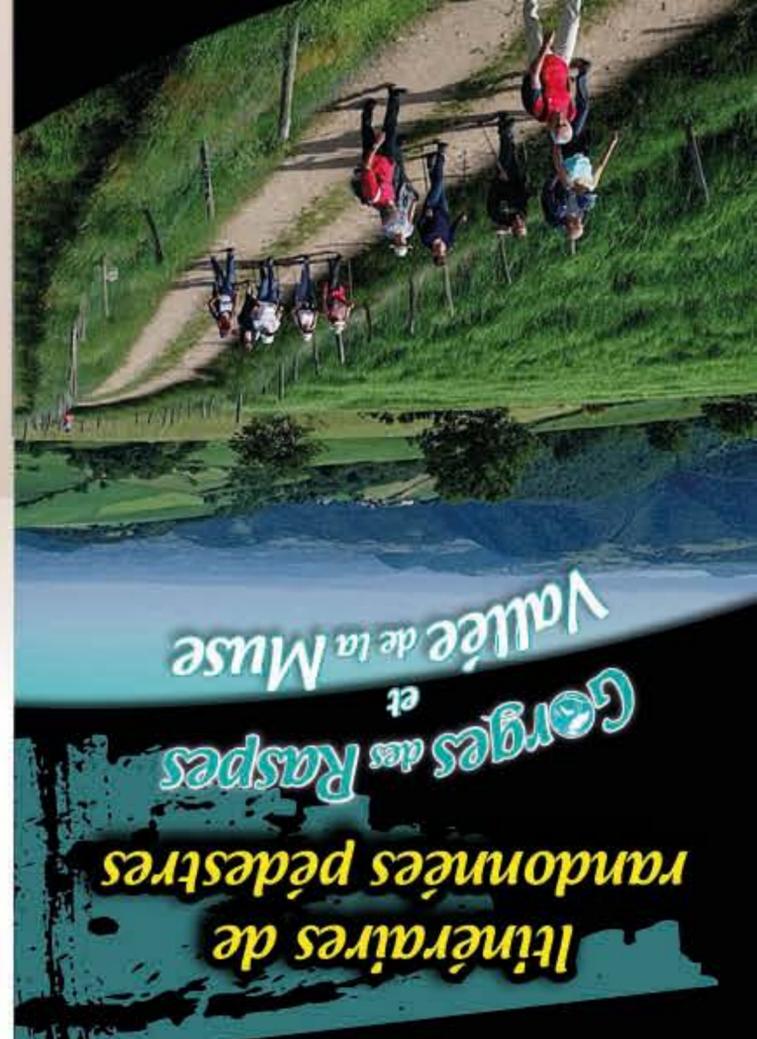
Situation : Brousse-le-Château 30 km au nord-ouest de Saint-Affrique par les D999, D25, D602

Parking : Mairie de Brousse-le-Château

Dénivelée : 248 m

Balises : Jaune

Difficultés : montée raide à partir de Couffouliens.

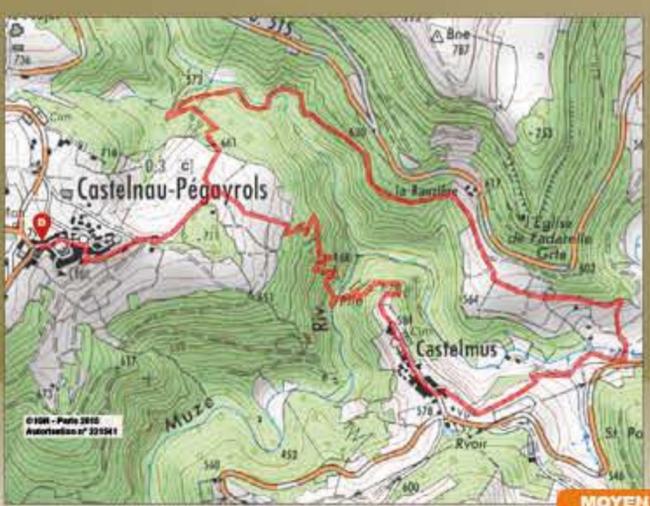


Itinéraires de randonnées pédestres

et Gorges des Raspes

et Vallée de la Muse

La vallée de la Muse/Castelmus



Depuis le point accueil, descendre dans le village de Castelnaud. 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 Marziats.

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 (passerelle), laisser à droite le « Gourg d'enfer ». Remonter vers le village de Castelmus (sentier assez raide).

Traverser le village (belles vues sur Castelnaud accroché au versant). Passer près de l'église, de la fontaine (eau potable) et 100 m après le calvaire bifurquer à

gauche sur un agréable chemin creux. Ensuite, suivre une piste pour redescendre jusqu'à la Muse. Laisser à gauche le premier pont. Atteindre un deuxième pont.

Traverser. En cours de montée, laisser à droite le chemin de Moulbez. 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 (pont du XVIII^e siècle, ancienne voie rejoignant Millau).

Passer le ruisseau et suivre le sentier qui remonte en bordure jusqu'à un 2e pont. Le laisser à droite. Suivre un sentier ombragé assez escarpé, puis un chemin creux et atteindre le calvaire du départ.

Traverser le village (belles vues sur Castelnaud accroché au versant). Passer près de l'église, de la fontaine (eau potable) et 100 m après le calvaire bifurquer à

MOYEN

3h - 7,5 km

Situation : Castelnaud-Pégayrols à 20km à l'ouest de Millau par les D911 et D515

Parking : À l'entrée du Village près de l'Oustalou (Point 9) et de la Mairie

Dénivelée : 752m

Balises : Jaune

Difficultés : Descente raide entre Castelnaud-Pégayrols et

Sentier des cimes



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 jusqu'à atteindre le hameau de Lavergne.

Passer les premiers bâtiments agricoles puis tourner à gauche et prendre le second chemin sur votre gauche puis prendre 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 le portail. Passez le en n'oubliant

pas de refermer derrière vous.

Longer la clôture jusqu'au dolmen dit de « Saint-Louis ». Après votre halte, rebroussez chemin pour reprendre la piste au point initial.

Suivre la piste puis un chemin 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 la piste une dernière fois.

Arrivé à la barrière prenez droite pour retrouver le parking.

FACILE

2h - 6 km

Situation : Nord-est de Lestrade direction de Villefranche de Panat par la D44

Parking : 27 km de Lestrade direction de Villefranche de Panat par la D44

Dénivelée cumulée positive : 102m

Balises : Jaune

Difficultés : aucune

Entre beaux paysages et histoire



Du parking devant la mairie, prendre la route en direction de Saint-Affrique (cap à l'Est), puis du panneau de départ de la randonnée continuer 100 m et tourner à droite pour prendre le sentier qui mène à la route de Lacalm. Traverser la route et aller tout droit 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 800m. Arriver au site de Sa-bel (quarante tombes du IV^e et V^e siècle sur la gauche et plus loin, des sépultures rupestres au milieu du champ).

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 descendre à travers bois, atteindre la grotte des Dragonnières, située à 20 m au-dessus du sentier. Remonter le vallon boisé et déboucher sur la D527.

Ne pas la prendre, mais s'engager à gauche sur le chemin. Traverser une piste et après un virage à angle droit, emprunter la D527 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 à l'intersection du hameau de Varailous. Quitter la route qui vise à gauche et continuer tout droit vers la butte de Gozon par le sentier qui débouche dans le virage de la D527.

Prendre le chemin de terre qui monte sur la butte de Gozon. Revenir vers la D527.

Emprunter l'ancien chemin qui passe en contre-haut de la D527 et ramène au village.

MOYEN

4h - 12,5 km

Situation : Costes Gozon à 15 km au nord-ouest de Saint-Affrique par les D50 et D527.

Parking : Salle des fêtes, Mairie

Dénivelée : 850m

Balises : Jaune

Difficultés : Dénivelée positive importante



Office de Tourisme du Pays de la Muse et des Raspes du Tarn

Place du Ravelin - 12490 St-Rome-de-Tarn

Tél : 05 65 62 50 89

contact@tourisme-muse-raspes.com

www.tourisme-muse-raspes.com

Muse et Raspes du Tarn

AVEYRON VIVRE VRAI

IGN

Échelle 1:50 000, données 2018. Révisé en 2018. À titre indicatif. Photos: www.ign.fr, P. Dubois - OTMPT - IGN/SC-Corbis - G. Lepoint

Commune de Montjoux
Le cause de Concoules



FACILE

3h - 9,5 km

Situation :
Montjoux à 25 km de
Milau par la D41.

Parking :
Devant l'Hôtel
restaurant du Château

Dénivelée :
cumulée positive



Balisage :
Jaune

Difficultés :
• aucune

Au carrefour de la D993 et de la D169, après l'épicerie, prendre à droite le chemin d'exploitation. À 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 250 m. Obliquer à droite pour effectuer la boucle de Concoules qui passe à 800 m d'altitude (point de vue sur la vallée de la Muse). Redescendre sur 500 m jusqu'à un autre chemin. Au croisement, prendre à gauche le chemin qui longe la bordure du plateau (à deux

endroits distants de 200 m, à droite, deux pistes caimées conduisent à 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 murs. Passer devant le réservoir d'eau (point de vue sur le viaduc de Milau) et redescendre entre les habitations pour rejoindre Montjoux.

Commune de St-Beauzély
Des villages de caractères



MOYEN

4h - 12 km

Situation :
St-Beauzély à 25 km
de Milau par D911,
D615 et D96.

Parking :
À l'entrée du village

Dénivelée :
cumulée positive



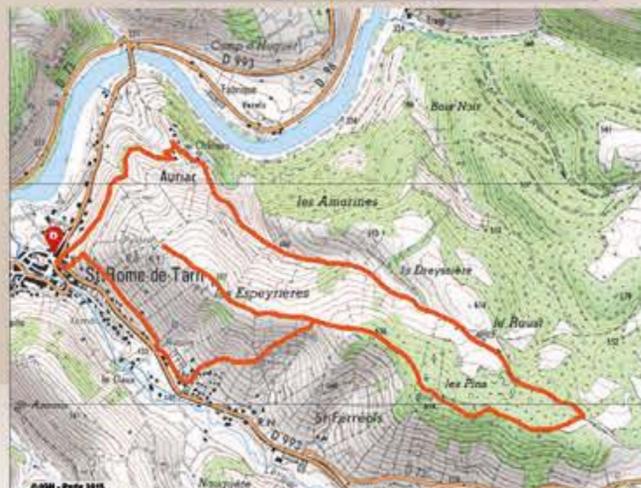
Balisage :
Jaune, blanc et
rouge

Difficultés :
• aucune

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. Obliquer sur celui de droite pour suivre à flanc la vallée sauvage de la Muse. Bifurquer à gauche sur un agréable petit chemin bordé de murs en pierres sèches qui se prolonge par un chemin forestier. Poursuivre à droite puis à gauche et déboucher sur le chemin conduisant à Moulbez (centre de vacances). Continuer 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, obliquer 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 à gauche sur un chemin forestier assez pentu au départ. Remonter sur le plateau. Au premier bâtiment d'élevage, bifurquer à gauche. Déboucher sur le GR82 (blanc/rouge). Le suivre à gauche pour descendre dans un vallon. Passer à proximité du stade et retrouver le pont sur la Muse. Remonter dans le bourg de St-Beauzély.

Commune de St-Rome de Tarn
Circuit des pins



FACILE

2h30 - 7 km

Situation :
St-Rome de Tarn à
15 km au nord de St
Affrique par la D993.

Parking :
Place de l'école ou
place du Ravin

Dénivelée :
cumulée positive



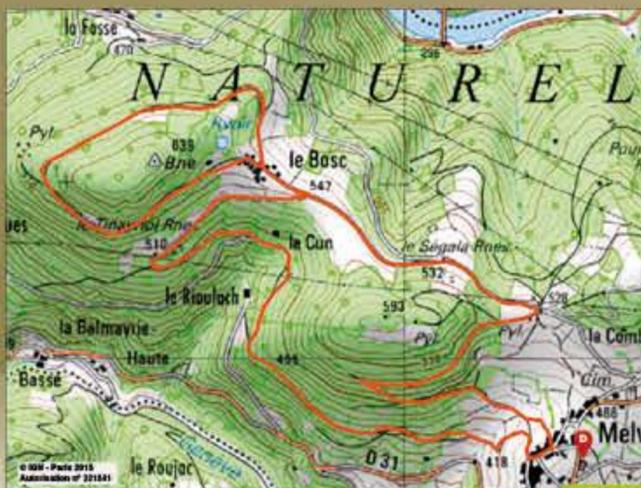
Balisage :
Jaune

Difficultés :
• aucune

Depuis la statue de Denis Affre descendre l'avenue du pont du Tarn sur 50 m environ, après le salon de coiffure bifurquer à droite pour suivre la direction sentier du facteur, monter les escaliers et emprunter le sentier jusqu'au hameau d'Auriac. Du point culminant d'Auriac d'où l'on a une vue impressionnante sur la vallée du Tarn, prendre vers la droite le sentier des pins qui grimpe parmi les aménagements et les genévriers (voir la fontaine sur la droite) en longeant la clairière d'un bois de pins et se transforme en piste carrossable au-delà d'une cabane en ruine. Arrivé à une intersection, quitter cette piste

qui continue vers la D73 et un autre circuit, et obliquer à droite en épingle pour rejoindre la crête. Aller-retour conseillé jusqu'au relais TV : magnifique point de vue sur les vallées et monts environnants ainsi que les villages de Castelnau-Peygayrolles et Auriac (compter 40 min pour ce détour). Quitter la large piste pour amorcer la descente par un sentier raide et rocailleux. 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 Saint-Rome.

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



FACILE

2h45 - 7 km

Situation :
Melviu 16 km au
nord-ouest de St
Affrique par D50 et
D31.

Parking :
Près de la salle des
Fêtes

Dénivelée :
cumulée positive



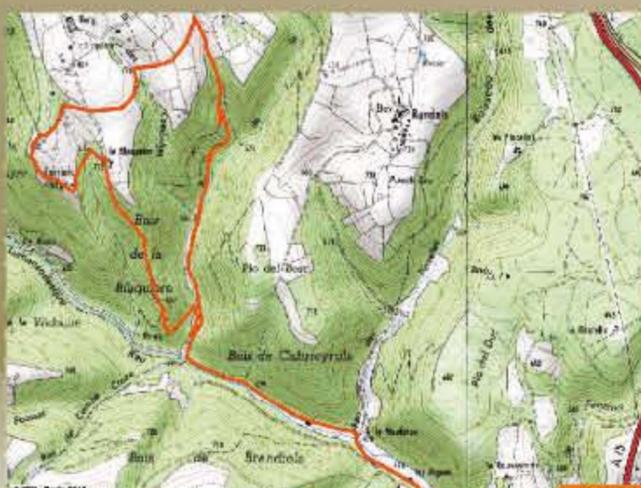
Balisage :
Jaune

Difficultés :
• aucune

De la salle des fêtes regagner la D31 puis descendre de 20 m avant de prendre à gauche en direction du centre du bourg : place de l'église. Après le monument aux morts, tourner à droite. Bifurquer après 20 m, en face des sanitaires, à droite. Descendre le chemin pendant une centaine de mètres. Emprunter à gauche un sentier bordé de murs. Rejoindre et suivre la piste forestière. Après 2 km environ, la piste se divise en deux : prendre à droite la montée. Arrivé au chemin communal goudronné,

prendre à gauche jusqu'au hameau de Bosc. Traverser le village puis emprunter le chemin qui fait le tour du Puech. Ce chemin vous ramènera à Bosc. De retour à Bosc, suivre la petite route en direction de Melviu. A la croix du Ségala, prendre à droite un chemin remontant. Pénétrer dans le village par le sentier empierré se faufilant entre les jardins.

Commune de Verrières
La Blaquière/Saint-Jean de Liverset



MOYEN

3h30 - 10,5 km

Situation :
Verrières à 14 km au
Nord de Milau par
les D809 et D165.

Parking :
Place du Village

Dénivelée :
Altitude mini et maxi



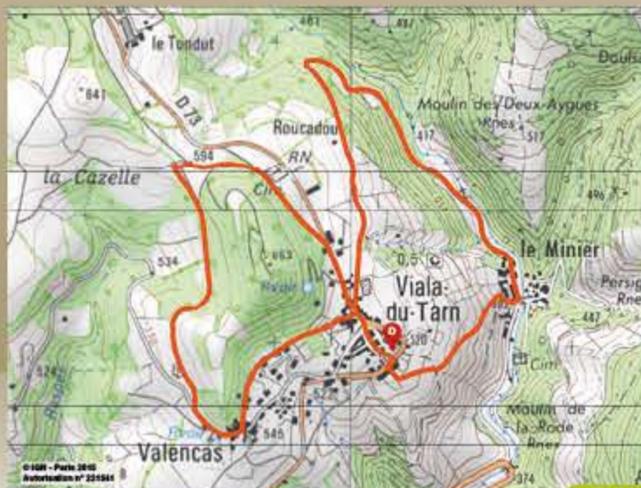
Balisage :
Jaune

Difficultés :
• Pente raide depuis
le ruisseau de la
Galerie jusqu'à
la ferme de la
Blaquière.

Départ de la place du village, passer devant le monument aux morts et continuer sur la droite en direction de Concoules. À 150 m, prendre sur la droite en direction de La Fagette. Continuer la route, traverser le Lumensoneque (ruisseau) et prendre à gauche en direction de Mare. La Fagette jusqu'à la croix de Cassan. 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 le ravin et suivre le chemin en direction de Bécours, la Blaquière. Au croisement des chemins, laisser Bécours sur la droite et continuer à gauche.

Juste après la grange de Carliots, tourner en contrebas à droite pour rattraper le sentier qui rejoint la source de Carliots. Après la source, remonter sur la droite et suivre le sentier qui passe sous le gîte de la Blaquière, maison de style caussenard, jusqu'à la chapelle en ruine de Saint-Jean-de-Liverset. Continuer la descente et rejoindre à nouveau la Croix de Cassan en longeant le ravin de la Galerie cette fois-ci par la gauche et retour sur le village de Verrières.

Commune du Valia-du-Tarn
Des mines aux cabanettes



FACILE

2h45 - 5,5 km

Situation :
Le Valia du Tarn à
24 km au nord de St
Affrique par les D993
et D73.

Parking :
Boulangers

Dénivelée :
cumulée positive



Balisage :
Jaune

Difficultés :
• aucune

Au départ de la boulangerie, passer devant le calvaire et descendre les escaliers. Vous entrez dans le cœur historique du village, descendre la rue sur 140 m en direction de l'église. Au passage, ne manquez pas la tour de l'horloge et son porche, vestige de la cité médiévale. Au bout de la rue, bifurquer à droite, avancer de 30 m puis prendre à gauche 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 au Valia. De retour au village, prendre à droite la D73 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 prendre à droite et rester à gauche au niveau des deux intersections suivantes. 160 m après, rester sur la piste principale pendant 600 m encore. Laisser les intersections de droite et de gauche. Au niveau des bâtiments agricoles, contourner par la gauche pour arriver au hameau de Valencas. Au cœur du hameau, à la patte d'oie, prendre à gauche pour regagner le Valia-du-Tarn.

Attention :
Vous utilisez les balisages de randonnée sous votre seule responsabilité. Vous parcourez donc l'itinéraire à vos risques et périls et vous restez seul responsable des accidents et dommages dont vous pourriez être victime mais aussi responsable.

Munissez vous d'un équipement adéquat pour ce type de randonnée. Partez correctement chaussé, prenez de quoi boire, sachez lire la signalisation et respectez les consignes d'usage.

Cartes IGN série bleu : 2441 O, 2441 E, 2541 O, 2540 O, 2441 SB, 2540 SB

Suivez le balisage pour rester sur le bon chemin

Le jalonnement des sentiers consiste en des marques de peinture sur les rochers, les arbres, les murs, les poteaux. Leur fréquence est en fonction du terrain.

- Bonne direction
- Turner gauche
- Turner droite
- Mauvaise direction

