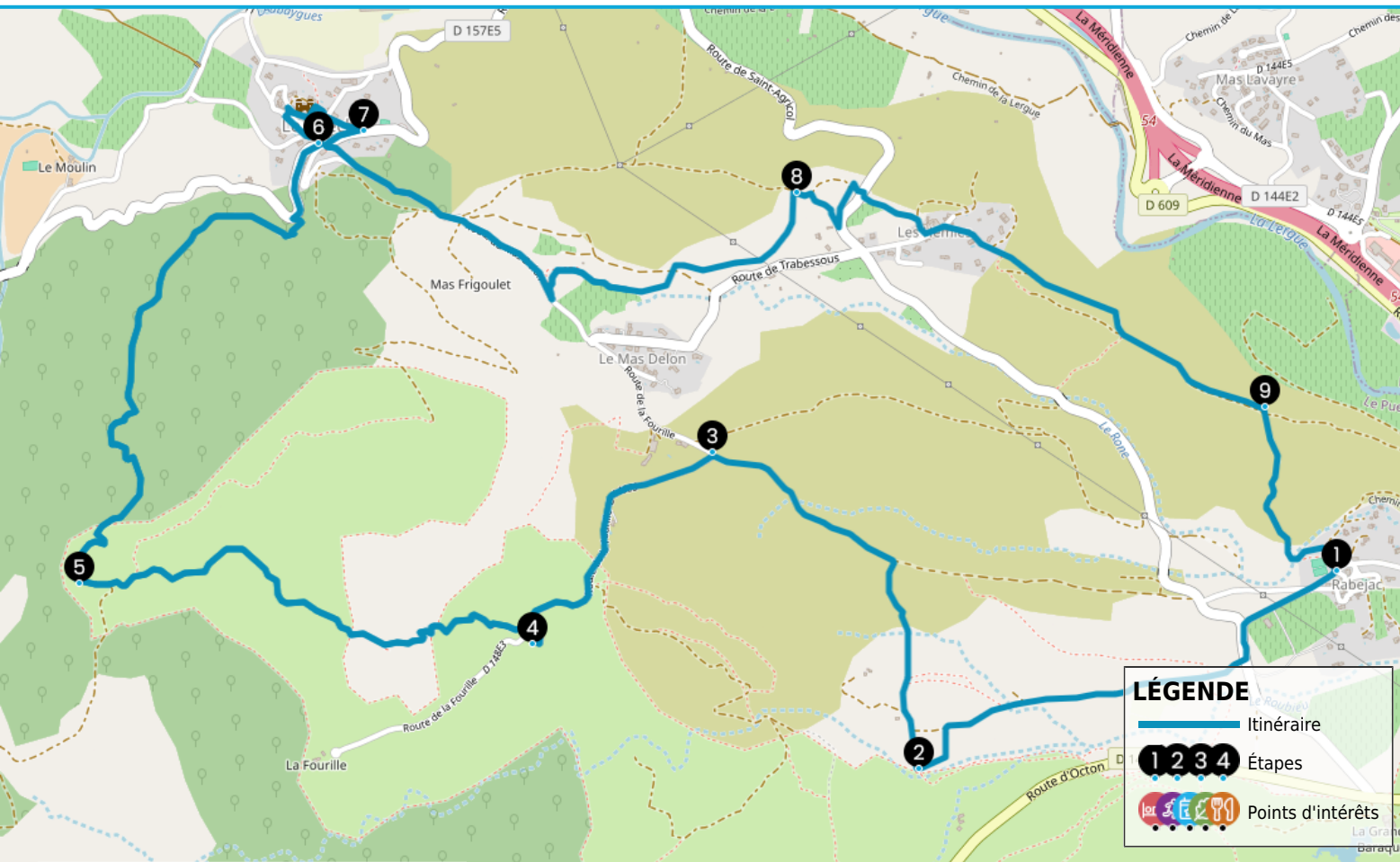


TRAIL DU CAYROUX

https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/trail-du-cayroux-le-puech_TFOITILAR034V52HV0Z/



LÉGENDE

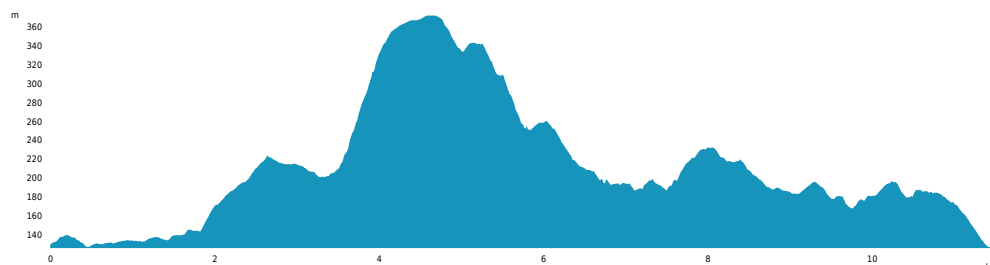
- Itinéraire
- Étapes (1, 2, 3, 4)
- Points d'intérêts

INFOS PRATIQUES

- Trail
- RABEJAC
- Boucle
- 11.5km
- 2h
- Facile
- + 380m
- 380m

Balisage :

Labels :



PROFIL DE DÉNIVELÉ

SURICATE
TOUS SENTINELLE DES SPORTS DE NATURE
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

SIGNALER UN PROBLÈME
sentinelles.sportsdenature.fr



Le parcours trail qui vous est proposé, suit le balisage du PR du même nom. Sur un plateau, au coeur du Lodévois, partez à la découverte de dolmens, capitelles, enclos de pierre en traversant un paysage de «ruffes», étonnante terre aux couleurs rouges.

Les bonnes raisons de choisir cet itinéraire

- un itinéraire intimiste et riche en patrimoine en marge des sentiers battus des alentours du lac du Salagou
- le charme du site de la chapelle Saint Agricole et du village du Puech
- la diversité des points de vue sur le Lodévois et les terres rouges du Salagou

Nos conseils

- Circuit à ne pas entreprendre par temps de brouillard, de fortes pluie ou de grosse chaleur.
- Montée raide entre les étapes 4 et 5
- Descente délicate entre les étapes 5 et 6
- Rester vigilant lors des cheminements en bord de route
- Bien suivre la signalétique dans le coeur du village du Puech (plaquettes)

COMMENT VENIR ?



PARKING DES TERRAINS DE SPORT DE RABEJAC
Rabejac
34700 LE PUECH



Accès :
Rabejac (commune Le Puech), à 51 km à l'ouest de Montpellier par les N 109, A 750, A 75 (sortie n° 55 Lac du Salagou), D 153E 3, D 609, D 148 E 4 et D 148.
Parking au dessus des terrains de tennis (point d'eau, table de pique-nique)

QUI CONTACTER ?



CONSEIL DEPARTEMENTAL DE L'HÉRAULT DIRECTION SPORTS ET NATURE
Tel : +33 4 67 67 76 36

Les étapes du circuit



De 1 à 2

Du parking, monter à droite chemin des Courtials. Couper la rue du Pont-de-Cartels et continuer tout droit sur la route. Descendre : au croisement, poursuivre en face par le chemin bétonné sur 800 m. Face à l'habitation, quitter la piste à gauche par un sentier qui contourne des parcelles.



De 2 à 3

Au chemin bien marqué (bordé de murs), monter à droite et retrouver la piste principale. Longer la maison, se diriger à droite. Le sentier franchit un ruisseau et monte jusqu'à une capitelle. Poursuivre la montée à gauche par un chemin plus large, sur des dalles rocheuses.



De 3 à 4

Rejoindre une route dans un virage, face au Mas Delon. La suivre à gauche sur 900 m.



De 4 à 5

Quitter la route à droite par un sentier qui monte dans la ruffe, puis gravir des escaliers (montée raide). Plus haut, passer un belvédère [point de vue] et atteindre le plateau du Cayroux. Le traverser (capitelle) dans la lande de genêts. Descendre à gauche, remonter jusqu'à un dolmen.



De 5 à 6

Dévaler dans le sous-bois (vue sur la vallée d'Aubaygues), franchir une ravine. Poursuivre la descente jusqu'à la route, au niveau d'un pont. Aller à droite vers Le Puech.

6**De 6 à 7**

Tourner à gauche vers l'église, continuer rue des Vignerons. Passer à gauche la place des Palabres, descendre à gauche sous le porche par le chemin de l'Aubaygues. Continuer à droite sous le vieux village le long des palissades. Au bout, prendre à droite les escaliers rue du Four. Suivre la rue du Château (four à pain restauré), la rue de l'église, puis à gauche sortir du village.

7**De 7 à 8**

Au monument aux morts, monter à droite puis prendre à gauche les escaliers taillés dans la ruffe. Par la route, monter à gauche jusqu'au col (calvaire). Descendre sur 300m puis quitter la route à gauche. Traverser l'aire de pique-nique, descendre à droite le long du ruisseau. Franchir la passerelle et continuer sous la vigne. Passer le seuil à gauche, couper la piste et continuer tout droit jusqu'à la chapelle Saint-Agricol. Marcher à droite 50 m.

8**De 8 à 9**

Descendre à droite sur l'ancienne voie romaine. À la route, virer à gauche, monter de suite à gauche par la piste sur 100 m. Descendre le sentier à droite, couper la route et, par le sentier bordé de murs, gagner les Hémies. Traverser le hameau, sortir à droite par le chemin des Ruffes. Poursuivre tout droit sur la piste de crête (point de vue). Passer une capitelle, parcourir 30 m.

9**9**

Dévaler à droite le sentier (vue en face sur le mont Liausson et au loin le lac du Salagou] et rejoindre le parking de départ.

SUR VOTRE CHEMIN...



ACTIVITÉS & LOISIRS

BASE NAUTIQUE DU SALAGOU BAIE DES VAILHÉS

à 1.5km du départ
ACTIVITÉS NAUTIQUES
CELLES
+33 6 52 71 01 61
<http://base-nautique-salagou.com>
Labels : Vignobles et Découvertes



CAMPINGS

CAMPING ONLYCAMP LES VAILHÉS

à 1.5km du départ
CAMPING
CELLES
+33 4 84 31 00 99
<https://fr-fr.facebook.com/Onlycamp/>

CHÂTEAU D'OLMET GUEST HOUSE - VILLECUN

à 10km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
OLMET-ET-VILLECUN
+33 6 24 41 27 08
<https://www.chateau-olmet.com/chambres/villecun.html>

CHÂTEAU D'OLMET GUEST HOUSE - LUNAS

à 10km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
OLMET-ET-VILLECUN
+33 6 24 41 27 08
<https://www.chateau-olmet.com/chambres/suite-lunas.html>

CHÂTEAU D'OLMET GUEST HOUSE - CHAMBRE PARKER

à 10km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
OLMET-ET-VILLECUN
+33 6 24 41 27 08
<https://www.chateau-olmet.com/chambres/parker.html>



RESTAURANTS

LA RESERVE
à 0.9km du départ
RESTAURANT
LE BOSC
+33 4 67 88 50 22
<http://www.lareservedubosc.fr>



MEUBLÉS & CHAMBRES D'HÔTES

DOMAINE DE MONT REDON - LODGE
à 6km du départ
MEUBLÉS
LE PUECH
+33 6 15 49 09 35
<https://www.domaine-mont-redon.fr/>

FACTORY
à 1km du départ
RESTAURANT
LE BOSC
+33 4 67 44 36 95
<https://www.facebook.com/factorylebosc/>
Labels : Vignobles et Découvertes

CHÂTEAU D'OLMET GUEST HOUSE - LE JARDIN
à 10km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
OLMET-ET-VILLECUN
+33 6 24 41 27 08
<https://chateauolmet.com/guest-rooms-lun-as-french>

SNACK - LE WAIKIKI AU CAMPING LES VAILHÉS
à 1.5km du départ
RESTAURATION RAPIDE
CELLES
+33 6 85 59 55 46

CHÂTEAU D'OLMET GUEST HOUSE - SALAGOU
à 10km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
OLMET-ET-VILLECUN
+33 6 24 41 27 08
<https://www.chateau-olmet.com/>