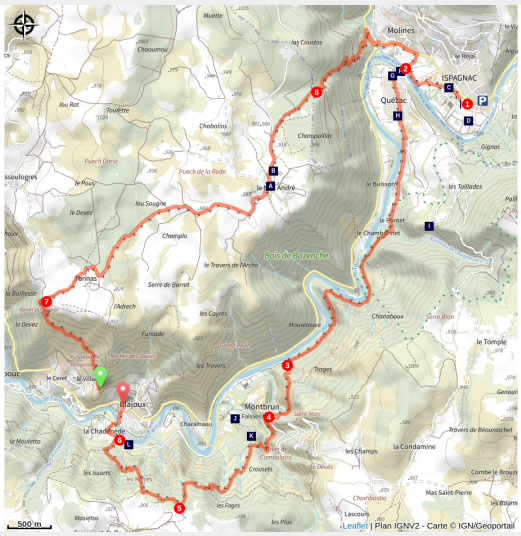
La Lozère, naturellement !

Aventures sur les Causses Méjean et Sauveterre - Trail n°44

Causses - Gorges-du-Tarn-Causses

coureur montée raide (Virginie Govignon)



Une grande aventure entre Causses et Gorges: des montées bien raides, des descentes assez technniques et des portions sur les Causses ou en bord de Tarn plus roulantes. Un beau combo!

Une aventure sportive qui ravira autant vos mollets que vos pupilles.

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 3 h 30

Longueur : 22.2 km

Dénivelé positif : 1184 m

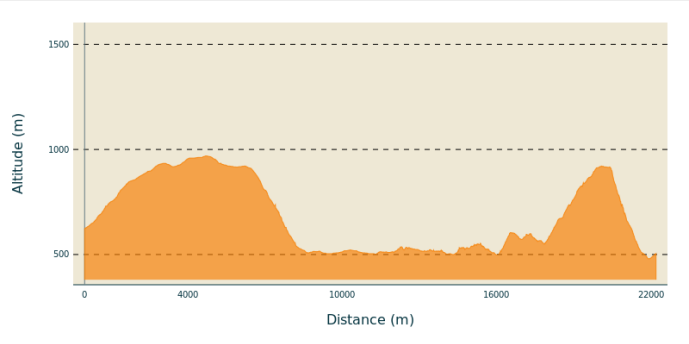
Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Itinéraire

Départ : Ispagnac
Arrivée : Ispagnac
Balisage : Trail
Communes : 1. Gorges-du-Tarn-Causses
2. Ispagnac

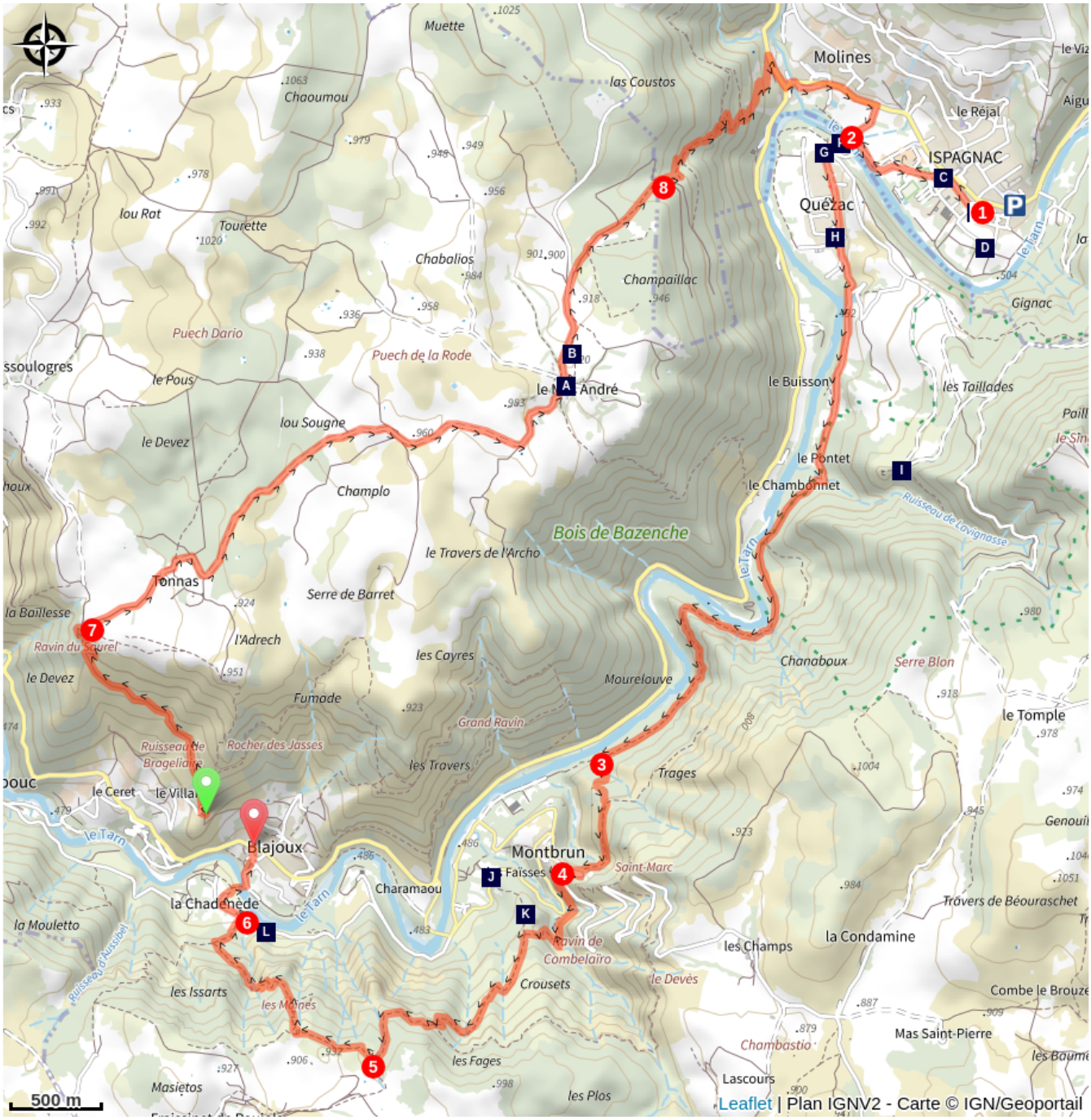
Profil altimétrique



Altitude min 480 m Altitude max 969 m

Suivre le balisage trail n°44.
1. On commence tranquillement dans les ruelles d'Ispagnac
2. On rejoint très vite Quézac et son joli pont Ogival. De là, on longe le Tarn par une petite route qui se transforme ensuite en sentier.
3. Les choses sérieuses débutent, il faut se mettre à grimper! Le démarrage est assez doux.
4. La traversée de Montbrun, hameau médiéval pittoresque, permet de reprendre son souffle. L'ascension continue sur un monotrace rocailleux.
5. A peine arrivé sur les hauteurs du Causse Méjean, on entame la descente. Elle se fait aussi sur un sentier étroit et assez technique. Les points de vue sur les Gorges sont magnifiques, prenez le temps de les admirer.
6. De retour au Tarn, on change de rive pour rejoindre Blajoux, puis le Villaret. De là commence la deuxième grande montée, qui nous amènera sur les hauteurs du Causse Sauveterre.
7. Le plus dur est fait, il ne reste plus qu'à se promener sur le Causse Sauveterre, en suivant le GR.
8. Descente finale, assez raide sur sa dernière partie et un peu joueuse.

Sur votre chemin…



Mas André (A)
Les vignerons d’Ispagnac (C)
L’église d’Ispagnac (E)
L'eau de Quézac (G)
Hibou Grand-duc (I)
Montbrun, village perché. (K)

Haies (B)
Jardin d'Ispagnac (D)
Le pont de Quézac (F)
Notre-dame de Quézac (H)
Une ferme de reconquête. (J)
Une rivière pas toujours docile ! (L)

Toutes les infos pratiques

Recommandations

Parcours relativement long et avec un dénivelé exigeant, ne sous évaluez pas ses difficultés. Pensez à emporter eau et alimentation selon vos besoins. Bien refermer les clôtures et les portillons. N'oubliez pas que le temps change vite en montagne.

Comment venir ?

Transports

Pour venir en transport en commun, renseignements sur le site: https://www.mobilite-lozere.fr/

Accès routier

Depuis Florac, prendre la N 106, direction Mende, puis bifurquer sur la D 907 bis direction Molines, Ispagnac, Ste Enimie

Parking conseillé

parking en face de la pharmacie, Ispagnac,

Lieux de renseignement

Agence d'Attractivité Touristique Gorges Causses Cévennes - Bueau d'information Touristique d'Ispagnac
Place de l'Église, 48320 Ispagnac

info@attractivite-tourisme-gcc.com
Tel : 04 66 45 01 14
https://www.cevennes-gorges-du-tarn.com/

Maison du tourisme et du Parc national, Florac
Place de l'ancienne gare, N106, 48400 Florac-trois-rivières

info@cevennes-parcnational.fr
Tel : 04 66 45 01 14
https://www.cevennes-gorges-du-tarn.com

Source

Agence d'Attractivité Touristique Gorges Causses Cévennes

http://www.cevennes-gorges-du-tarn.com

Sur votre chemin…

Mas André (A)

Les « mas » sont des domaines ou des petits hameaux. Actuellement, au Mas André, vivent deux familles d'éleveurs de brebis à viande (500 à 600 bêtes). À la sortie du hameau, un arrêt s'impose devant un ensemble de ruines, dégageant de superbes voûtes. Souvent de type « superposée », la voûte s'employait aussi bien pour faîter le grenier que pour couvrir la bergerie. L'absence de bois de charpente et d'eau, la peur des incendies, mais aussi l'abondance des pierres justifiait ce genre d'ouvrage. Enfin, une charpente ne supporterait pas la lourde toiture de lauzes calcaires (400 à 500 kg/m²). (P. Grime)

Crédit photo : Nathalie Thomas

Haies (B)

Les haies (buis ou épineux), si utiles aux agriculteurs jusqu'au début du XXe s, jouent un rôle de protection vis-à-vis des cultures, de la flore et de la faune. Délimitant les parcelles, les haies sont des sites de nidification privilégiés pour de nombreuses espèces d'oiseaux nicheurs ou migrateurs. Elles sont aussi des postes d'affût, non seulement pour certains rapaces, tels que la buse, l'épervier, les busards, mais aussi pour des insectivores, comme le rougequeue à front blanc et la pie grièche. Quant aux baies à fruits de certains arbustes (prunellier, genévrier, églantier), elles transforment ces haies en véritables garde-manger pour oiseaux granivores : grive, serins gros-bec, bruant ortolan.

Crédit photo : C-C Florac - Sud Lozère

Les vignerons d’Ispagnac (C)

En 2003, le savoyard Sylvain Gachet réintroduit les vignes à Ispagnac et Florac, sur six hectares de terrasses. Sur des terrains argilo-calcaires ou de schiste, il tente la réimplantation du Domaine de Gabalie. En 2006, Elisabeth Boyé et Bertrand Servières s’installent comme vignerons dans les Gorges du Tarn, toujours dans le cadre du projet de relance de la vigne sur ce site. Les ronces ou « bartas » qui ont envahi presque tous les terrains sont nettoyés. Les murs en pierre sèche sont reconstruits. Des amandiers, pêchers de vigne et cinq hectares de vignes sont replantés : le Domaine des Cabridelles voit le jour. Les vignerons partagent la même cave coopérative à Ispagnac, qui sert aussi de point de vente. Un petit arrêt s’impose pour déguster les vins (la cave viticole se situe au niveau du parking de l'école publique)

Crédit photo : cevennes-gorges-du-tarn

Jardin d'Ispagnac (D)

Ispagnac est au carrefour du calcaire, du granite et du schiste. Irrigué par le Tarn, protégé des vents du nord et du nord-ouest, le vallon d'Ispagnac jouit d'un climat presque méridional qui lui a valu le surnom de "jardin de la Lozère". Un maraîcher et deux vignerons y sont installés.

Crédit photo : © com com Florac Sud Lozère

L’église d’Ispagnac (E)

L’église Saint-Pierre d’Ispagnac est un des plus beaux exemples d’architecture romane en Gévaudan. Datant du XIIe siècle, elle est dédiée à Saint-Pierre et Saint-Paul. D’une architecture très sobre sur la façade extérieure, avec un portail simple à trois voussures en plein-cintre surmonté d’une rose qui éclaire la nef, l’ensemble paraît massif. Mais une fois à l’intérieur, vous découvrirez une architecture simple et aérée. Un son et lumière vous invite à la découverte. Afin d’apprécier au mieux cette architecture, il vous faut sortir de l’édifice et le contourner pour découvrir le chevet et le décor qui le compose.

Crédit photo : cevennes-gorges-du-tarn

Le pont de Quézac (F)

Il permet d'enjamber le Tarn et de rejoindre le village de Quézac situé sur la rive gauche. Vers 1350, le pape Urbain V décide de financer sa construction afin de faciliter l'accès des pèlerins à la collégiale Notre-Dame de Quézac. Sa construction s'achève au cours du XV° siècle. Son histoire est jalonnée de destructions partielles par les crues, de reconstructions plus ou moins solides. Il est classé monument historique le 27 août 1931.

Crédit photo : © CC Florac Sud Lozère

L'eau de Quézac (G)

L'eau minérale de Quézac jaillit naturellement de la source Diva, à l'entrée du village, dans un environnement exceptionnel, naturellement protégé depuis des siècles. Cette eau au goût agréable, riche en sels minéraux et oligo-éléments, est également réputée pour son action bienfaisante sur l'estomac. La source vient en fait du mont Aigoual et met, selon des études scientifiques, de 30 à 40 ans pour rejaillir à Quézac, après s'être déposée dans les nappes et s'être chargée en gaz naturel (ce qui est rare en France).

Crédit photo : © Nathalie Thomas

Notre-dame de Quézac (H)

La collégiale de Quézac, aujourd'hui église Notre-Dame, a été fortifiée au XIV° siècle à l'instigation du pape Urbain V. Le premier édifice aurait été construit en 1052 en l'honneur de Notre-Dame de Quézac. La légende raconte qu'un laboureur trouva une vierge noire en traçant un sillon. Il l'aurait alors ramenée dans l'église, mais elle disparut durant la nuit. Le lendemain on la trouva à nouveau dans le sillon, et l'on décida de construire un oratoire là où la Vierge l'avait décidé. C'est ainsi que de nombreux pèlerins en route pour Saint-Jacques-de-Compostelle ont afflué à Quézac. Un vitrail illustre aujourd'hui la dédicace de la collégiale à la vierge.

Crédit photo : © Nathalie Thomas

Hibou Grand-duc (I)

Ce rapace est le plus grand oiseau nocturne. Son habitat optimal est formé d'une mosaïque de structures végétales et topographiques, permettant à la fois une grande richesse en proies, de bonnes conditions pour les chasser ainsi que de nombreux gîtes diurnes et des possibilités de nidification. L'espèce est généralement fidèle à un site de reproduction pendant de nombreuses années. Ce rapace est très sensible aux dérangements et aux modifications de l'environnement immédiat de leur site. C'est une espèce protégée.

Crédit photo : © Jean Pierre Malafosse

Une ferme de reconquête. (J)

La vallée du Tarn a connu une forte déprise agricole contrairement aux causses. Pour redynamiser le territoire, la commune de Montbrun a lancé un projet de ferme de reconquête en 2008. Le plus long a été de regrouper les terres des différents propriétaires en créant une association foncière pastorale. En 2010 un couple s’installe en agriculture Bio, maraîchage et élevage…. C’est un peu un retour au temps où cette plaine alluvionnaire était cultivée par les habitants de Montbrun. En juillet et août, ne ratez pas le petit marché des producteurs tous les dimanche matin.

Crédit photo : Nathalie Thomas

Montbrun, village perché. (K)

Beaucoup de villages présentent plus ou moins nettement les conditions qui ont décidé de leur implantation. Pour Montbrun, c’est la valeur défensive du site qui a fixé son emplacement. Mais est-ce vraiment l’unique raison ? Dans les gorges, où les terres cultivables font souvent défaut, installer le village sur un rocher permettait d’économiser ces terres si précieuses. Si les pentes des causses sont aujourd’hui verdoyantes, elles sont relativement pelées aux XVIIIe et XIXe siècles. Les villages constituaient de véritables petites oasis. Les hommes ont façonné, aménagé et dessiné le paysage. Ils ont optimisé l’espace, cultivant le moindre lopin de terre jusque sous les corniches du causse.

Crédit photo : © OTGCC nc

Une rivière pas toujours docile ! (L)

De l’entrée du canyon, au niveau de Quézac, sur 52 km jusqu’au Rozier, le Tarn ne recueille aucun affluent à ciel ouvert. Mais environ 170 résurgences et exsurgences provenant des réseaux aquifères souterrains le grossissent. Ces sources régurgitent les eaux de ruissellement (infiltration des pluies) absorbées par les avens, dolines et fissures des causses. Quand la réserve devient considérable, les eaux jaillissent violemment de leur milieu karstique. On dit alors que « les bouchons sautent ». Pour peu que les affluents du Tarn, la Mimente et le Tarnon, gonflent leurs eaux et se rajoutent aux sources, il devient alors temps « de monter les meubles » !

Crédit photo : BOUISSOU Arnaud / TERRA Ministère de l'Environnement