

# L'Oustal Crémat - Trail n°7

Mont Lozère - Mont-Lozère-et-Goulet



Forêt du Mont Lozère (© Parc National des Cévennes)



*Boucle courte mais complète : joli sentier en bord de ruisseau, charmant hameau, belle piste dans la forêt ...l'idéal pour s'initier aux joies du trail et se plonger dans une nature bucolique.*

## Infos pratiques

---

Pratique : Trail

---

Durée : 45 min

---

Longueur : 5.7 km

---

Dénivelé positif : 253 m

---

Difficulté : Très facile

---

Type : Boucle

# Itinéraire

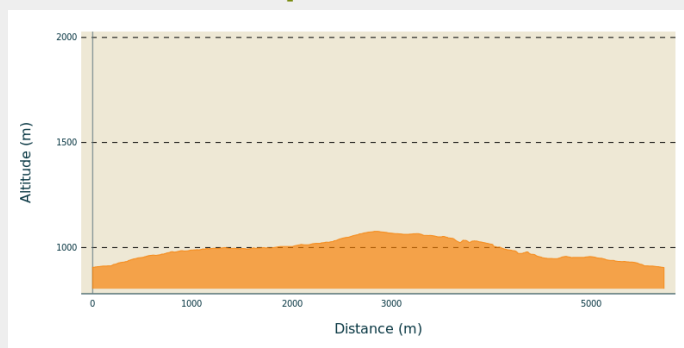
**Départ** : Bagnols-les-Bains

**Arrivée** : Bagnols-les-Bains

**Balisage** :  Trail

**Communes** : 1. Mont-Lozère-et-Goulet  
2. Chadenet

## Profil altimétrique



Altitude min 904 m Altitude max 1077 m

*Vous quittez le village par un sentier un peu raide mais, n'ayez crainte, la pente va vite s'adoucir ! Ensuite, le chemin grimpe tranquillement, en contre-haut, puis en contrebas de la D 41 (la proximité de la route s'oublie vite, vu sa faible fréquentation). On longe ensuite le ruisseau Rieu Frech, foulant de magnifiques prairies vertes joliment fleuries ; le sentier est ici un petit paradis... Un petit raidar caillouteux et nous voilà arrivés au hameau de l'Oustal Crémat. On s'engage alors sur une belle piste qui descend tranquillement à travers la forêt jusqu'à Bagnols-les-Bains.*

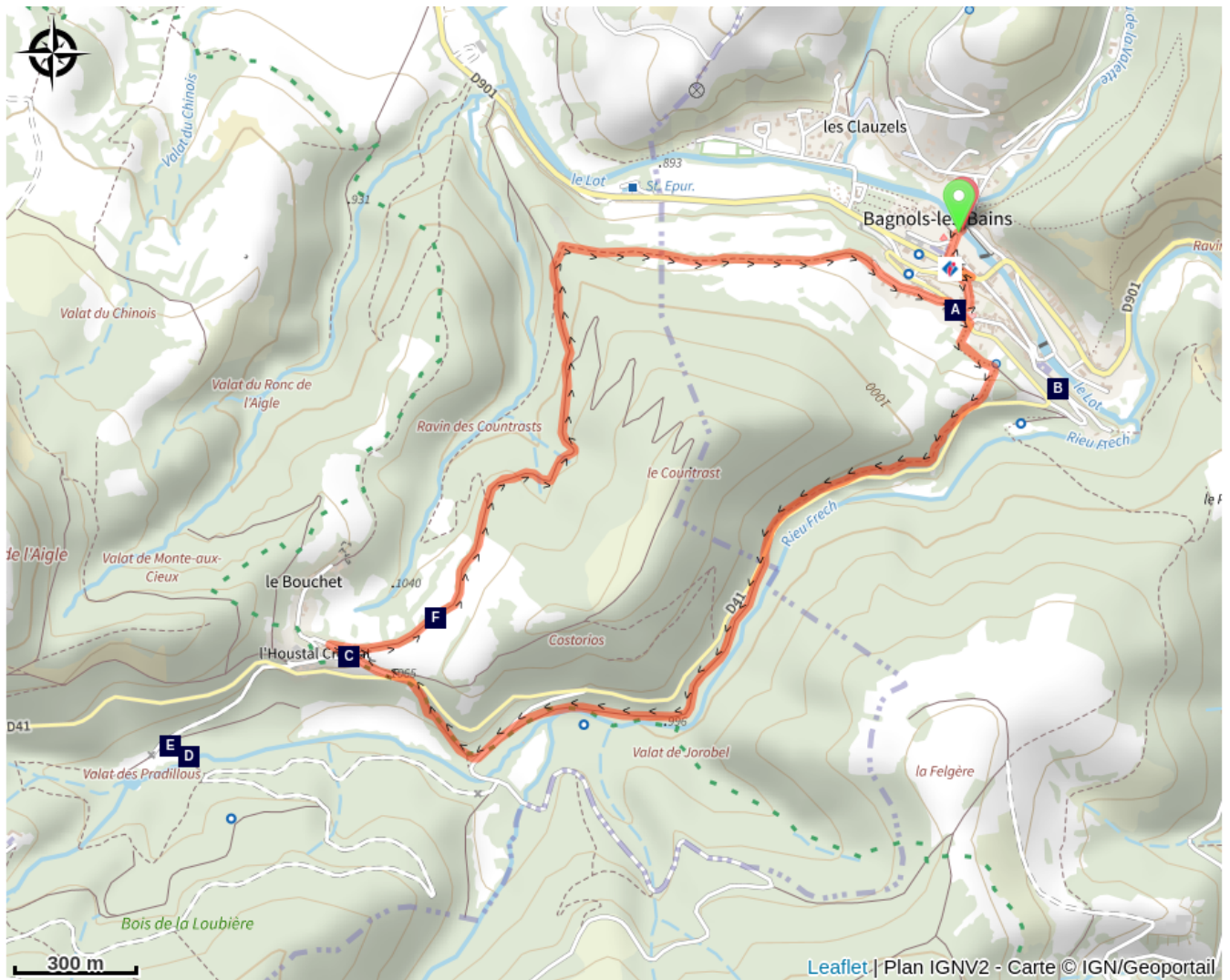
### Suivre le balisage du trail n°7.

Le long de l'itinéraire, des poteaux directionnels vous guident. Les lieux-dits et/ou les directions à suivre sont indiqué(e)s en **italique gras** et entre guillemets dans le descriptif ci-dessous:

Au départ de la "**Bagnols-les-Bains**", monter à « **L'Oustal Crémat** » par « **Avenue de la Gare** », « **Route de la Loubière** », « **Rue de la Jarretière** », « **Les Goutelles** », « **Les Faissettes** » et « **Menhir** ». Au poteau du « **Menhir** » prendre à droite pour descendre sur « **Bagnols-les-Bains** » par « **Lou Contrat** », « **Rue de la Jarretière** », « **Route de la Loubière** » et « **Avenue de la Gare** ».

Circuit trail extrait du cartoguide **Mont Lozère- Pays des sources, de la montagne du Goulet aux gorges du Bramont**, réalisé par le pôle de Pleine nature mont Lozère.

# Sur votre chemin...



Château (A)

Croix (C)

Mosaïque de milieu (E)

Bagnols-les-Bains (B)

Maison forestière (D)

Ambiance forestière (F)

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

Avant de vous engager sur un circuit, vérifiez qu'il est adapté à votre activité et à votre niveau. N'oubliez pas que le temps change vite en montagne. Refermez bien les clôtures et les portillons. Restez sur les chemins balisés.

## **Comment venir ?**

### Transports

#### **Ligne 253**

LIO est le Service Public Occitanie Transports de la Région Occitanie / Pyrénées - Méditerranée. Il permet à chacun de se déplacer facilement en privilégiant les transports en commun. Pour tout savoir, se rendre sur l'application lio Occitanie ou bien sur <https://ww.mestrajets.lio.laregion.fr>

### Accès routier

Depuis Le Bleymard, par la D 901 (12min)

Depuis Mende, direction Badaroux par la N88, puis Ste-Hélène / Bagnols-les-Bains par la D901. (25min)

### Parking conseillé

parking des Thermes, Bagnols les Bains

## **i** Lieux de renseignement

### **Office de tourisme Des Cévennes au mont Lozère, Le Pont-de-Montvert**

le Quai, 48220 Le Pont de Montvert sud  
mont-Lozère

[info@cevennes-montlozere.com](mailto:info@cevennes-montlozere.com)

Tel : 04 66 45 81 94

<https://www.cevennes-montlozere.com/>



### **Office de tourisme Mont- Lozère, Bagnols-les-Bains**

avenue de la gare, 48190 Bagnols-les-Bains  
Mont-Lozere et Goulet

[contact@destination-montlozere.fr](mailto:contact@destination-montlozere.fr)

Tel : 04 66 47 61 13

<https://www.destination-montlozere.fr/>



## **Source**

CC Mont Lozère

Parc national des Cévennes

Pôle pleine nature Mont Lozère

# Sur votre chemin...

---



## Château (A)

Le petit château devant lequel vous passez fut construit au XVII<sup>e</sup> siècle sur le chemin de Florac à Bagnols. La tour cache un bel escalier à vis. Pendant 59 années, cette maison forte fut celle de la gendarmerie à cheval. Les écuries étaient au premier niveau. En 1966, les gendarmes déménagèrent pour s'installer plus bas dans le village.

Crédit photo : N Thomas

---



## Bagnols-les-Bains (B)

Près des sources du Lot, Bagnols-les-Bains est, depuis l'époque romaine, un lieu privilégié pour se détendre et retrouver la forme. Située à 900 mètres d'altitude, cette station climatique et thermale à dimension humaine dispose d'une source d'eau chaude qui jaillit de la montagne à une température de 41,5°C. Un lieu pour se ressourcer au cœur d'une nature préservée, en alternant activités de pleine nature et soins de remise en forme.

Crédit photo : © Nathalie Thomas

---



## Croix (C)

Elle est l'une des très nombreuses croix que l'on trouve en Lozère, notamment dans la haute vallée du Lot. Les crozatiens dont le plus connu est Jean du Born au XVIII<sup>e</sup> siècle, travaillaient avec les matériaux trouvés dans la région. Pendant au moins six siècles, des croix sont élevées le long des chemins lozériens, pour assurer diverses fonctions : limite ou bornage de chemin, mémorial, lieu de recueillement, calvaire ou pèlerinage, événement, intention pieuse individuelle ou villageoise... elles sont plus de 400 rescapées des guerres de religion, puis de la Terreur qui suivit la Révolution. Les plus récentes sont, depuis le XIX<sup>e</sup> siècle, faites en fer forgé, parfois fixées sur des fûts ou des socles plus anciens.

Crédit photo : N Thomas

---

## Maison forestière (D)

Trônant au milieu de la pente, la maison forestière de la Loubière, se distingue difficilement de la végétation. Son occupation la plus ancienne remonte au XIII<sup>e</sup> siècle ; elle a abrité la célèbre famille De Ligonès dont un membre épousa en 1827 Marie-Sophie de Lamartine, sœur de l'illustre poète. Depuis son achat par l'Etat en 1879, cette bâtisse est devenue la résidence privée du garde-forestier chargé de la surveillance de ce secteur.

---

## Mosaïque de milieu (E)

Balise n° 7

Le paysage du vallon se déroule en laissant une place de choix à la sapinière, fleuron de ces lieux. Du haut de son siècle, elle séduit les promeneurs sensibles à sa beauté et à son unité. Aujourd'hui, l'histoire du vallon se poursuit avec une gestion forestière toujours soucieuse de protection et de production mais intégrant aussi de plus en plus la dimension paysagère et l'accueil du public, préoccupations communes de l'Office national des forêts et du Parc national des Cévennes.



## Ambiance forestière (F)

Vous traversez un bois où voisinent harmonieusement les chênes blancs, les hêtres et les alisiers, avec quelques beaux spécimens. Plus loin, ce sont les pins laricios, adaptés aux schistes qui dominent, avant de redonner leur place aux fayards (hêtres). Plus bas, le long du ruisseau Rieu Frech, vous verrez des sapins plus bleutés que les autres, aux longues aiguilles en demi-brosse relevée : ce sont des sapins du Colorado (Abies Concolor). Ils ont été choisis pour leurs facultés d'adaptation au climat local.

Crédit photo : N Thomas