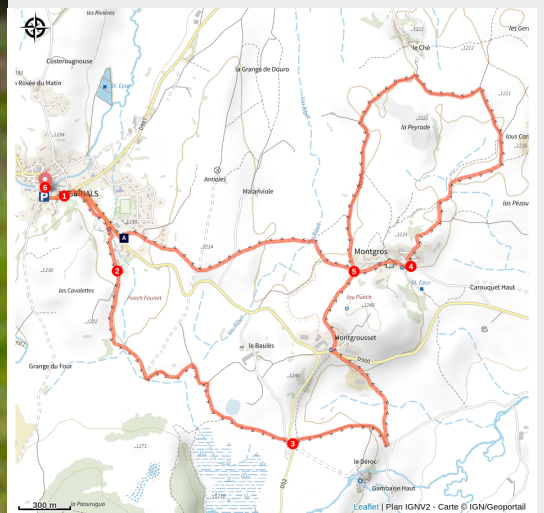


## En Aubrac autour de Montgros - Trail n°43

Aubrac - Nasbinals



vache de race aubrac (@Nathan)



*Au départ de Nasbinals, cette boucle vous fera découvrir le territoire magique qu'est le plateau de l'Aubrac, avec notamment le passage par la majestueuse cascade du Déroc.*

Une boucle accessible aux débutants pour découvrir l'Aubrac.

De jolis points de vue, des passages par de pittoresques villages, de beaux sentiers, des fleurs par milliers et des vaches de tous les côtés : un itinéraire très varié.

### Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 1 h 30

Longueur : 10.6 km

Dénivelé positif : 206 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

Thèmes : Col et Sommets, Eau et Géologie, Faune et Flore, Histoire et Culture

# Itinéraire

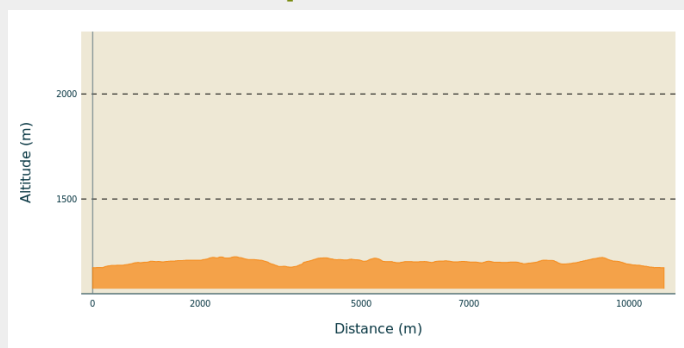
**Départ** : Place du Foirail, Nasbinals

**Arrivée** : Place du Foirail, Nasbinals

**Balisage** :  Trail

**Communes** : 1. Nasbinals

## Profil altimétrique

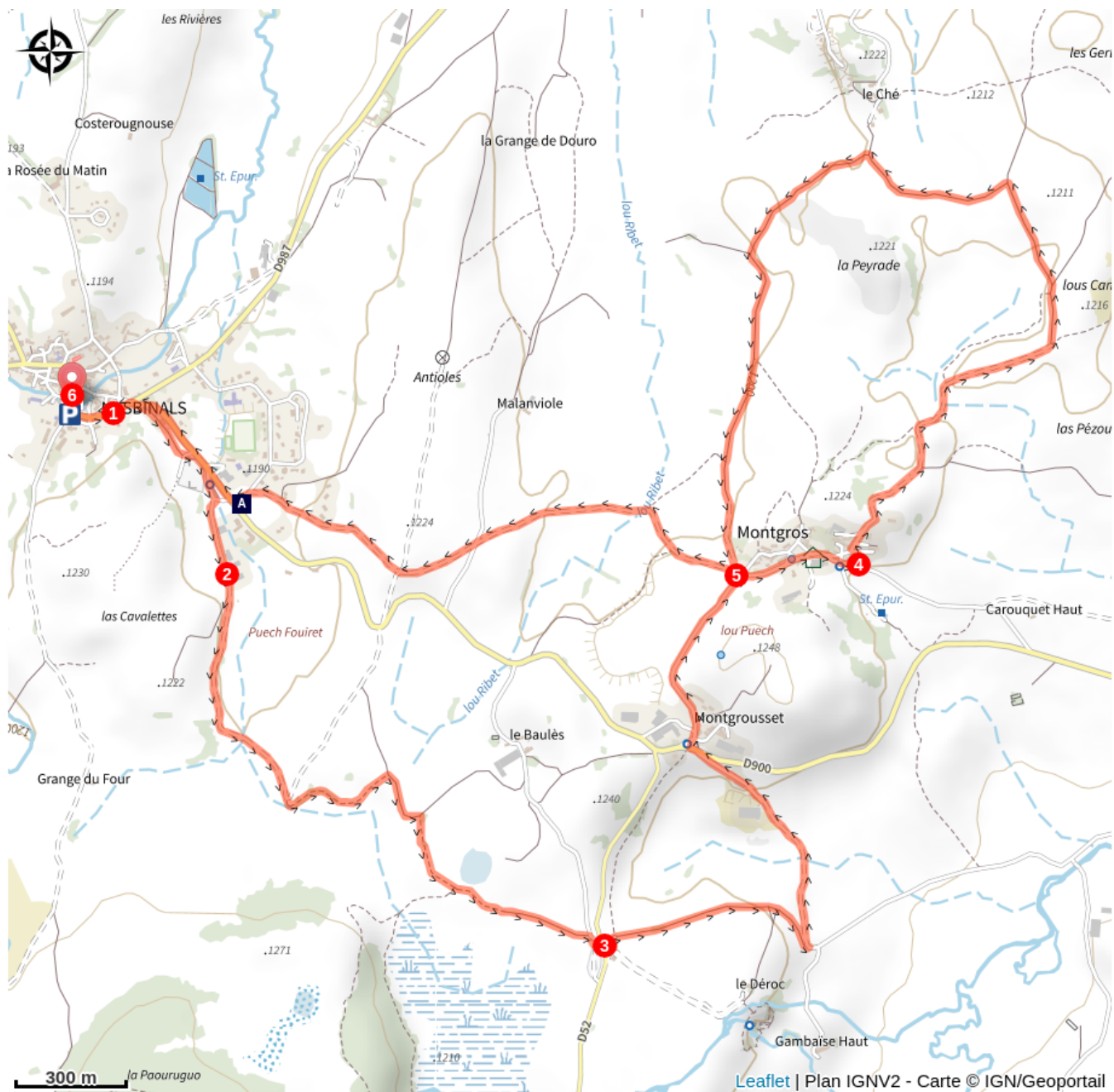


Altitude min 1173 m Altitude max 1225 m

Pour réaliser cette boucle, il suffit de suivre le balisage Trail n°43. Vous pouvez également télécharger la trace GPX de l'itinéraire et/ou utiliser l'application LozereTrailNature pour un suivi GPS en temps réel et un partage de vos chronos.

1. Départ : quittez la place du Foirail vers le cimetière en suivant le petit sentier balisé GR;
2. Suivez le GR670 et profitez, tout est beau! Bientôt le point de vue sur le lac des Salhiens;
3. L'aventure continue sur un sympathique sentier enherbé (passage à proximité de la cascade du Déroc, possibilité de faire un petit détour pour l'admirer) puis un chemin vous conduira jusqu'au village de Montgros;
4. Traverser le bourg à plat, puis emprunter une ruelle qui monte raide et se transforme rapidement en piste. Le chemin est roulant, idéal pour observer la flore et la faune qui vous entoure;
5. Rejoignez le GR65 avec vue sur le pont de Marchastel. Prudence en traversant la route D900. Suivre le GR jusqu'à Nasbinals. Les derniers 800 mètres sont similaires aux premiers.

# Sur votre chemin...



Le mur en pierre sèche chantier-école de Nasbinals (A)

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

Suivre le balisage.

Respectez la nature :

- ne rien jeter sur le chemin,
- ne rien emporter de ce qui appartient à la nature,
- ne jamais s'écarter des chemins balisés,
- si besoin, effectuer ses besoins naturels loin des cours d'eau,
- montrer l'exemple en récupérant les déchets abandonnés par d'autres,
- respecter les mesures environnementales spécifiques aux zones naturelles traversées.

Respecter autrui :

- respecter les agriculteurs en refermant systématiquement barrières,
- respecter les autres usagers des sentiers -en période de chasse, soyez vigilant, mais pas stressé,
- si vous croisez des personnes en difficultés, entraide et solidarité sont les mots clefs,
- prévenir la collectivité si un problème est rencontré sur le sentier.

Se respecter :

- bien évaluer son niveau sportif et la difficulté de l'itinéraire avant de partir,
- se munir des réserves en eau et nourritures adéquates,
- être vigilant lors des passages sur routes,
- regarder les prévisions météorologiques, et se vêtir en conséquence,
- il est recommandé d'emporter son téléphone portable.

## **Comment venir ?**

Accès routier

Nasbinals, 23.3 km à l'ouest d'Aumont-Aubrac par la D 987

Parking conseillé

Place du foirail à Nasbinals

## **i** Lieux de renseignement

**Office de Tourisme de l'Aubrac  
Lozérien - Bureau de Nasbinals**  
Maison CHARRIER, 48260 NASBINALS  
nasbinals@aubrac-lozere.com  
Tel : 04 66 32 55 73  
<http://www.aubrac-lozere.com>



## Source



Communauté de Communes Hautes Terres de l'Aubrac

# Sur votre chemin...



## Le mur en pierre sèche chantier-école de Nasbinals (A)

Très présents sur le territoire du Parc, les murs en pierre sèche sont des marqueurs forts et emblématiques des paysages de l'Aubrac. Dans la Charte du Parc, les élus ont clairement inscrit leur préservation et leur mise en valeur comme étant essentielles. Les raisons sont multiples : patrimoniale et paysagère évidemment, mais aussi pour préserver les savoir-faire et développer la filière économique de la pierre locale, voire le développement de productions agricoles.

Depuis plusieurs siècles, les drailles et les estives de l'Aubrac sont délimitées par ce type de murs fabriqués très sommairement avec les pierres présentes au milieu des prairies. Sous leur apparente simplicité, se cachent de vrais savoir-faire et de multiples fonctions que le Parc de l'Aubrac a pour mission de préserver et de mettre en valeur. Ces murs dits « paysans » rassemblent de multiples qualités et fonctions. La ressource et la main-d'œuvre sont locales, le matériau est naturel. Les ouvrages sont drainants et participent à lutter contre l'érosion. Ils constituent enfin des abris pour la biodiversité animale et végétale.

Dans les secteurs en pente, ailleurs sur le territoire du Parc, ces ouvrages en pierre sèche deviennent aussi des murs de soutènement pour des terrasses qui peuvent accueillir des activités agricoles : élevage, arboriculture, viticulture, maraîchage, châtaigneraies...

Le site est idéal pour une formation ! Tout est à faire : terrassement, fouilles, stockage des pierres et construction du mur, depuis les fondations jusqu'au couronnement.

Il s'agit d'une formation qualifiante : un « Certificat de qualification professionnelle Ouvrier professionnel en pierre sèche » encadrée par un formateur de l'ABPS\*, partenaire privilégié du Parc et des collectivités locales qui souhaitent mener des projets autour de la pierre sèche, comme c'est le cas depuis plusieurs années. En effet, c'est la seconde fois que le Parc participe à l'accueil d'un chantier-école sur son territoire, le précédent s'était déroulé en 2018 à Rieutort d'Aubrac.

Ce type de chantier-école permet la formation des professionnels sur le terrain, de communiquer avec les élus, la population locale et les randonneurs de passage. D'ailleurs, depuis moins d'une dizaine d'années, ce sont au moins 7 artisans locaux qui se sont formés et apportent leurs compétences aux communes et aux porteurs de projets qui souhaitent réhabiliter ce patrimoine.

Crédit photo : © PNR de l'Aubrac