LES CAUSSES
DU QUERCY

LES ITINÉRAIRES DU PARC-GÉOPARC

Circuits accessibles EN FAUTEUIL HIPPPOCAMPE®

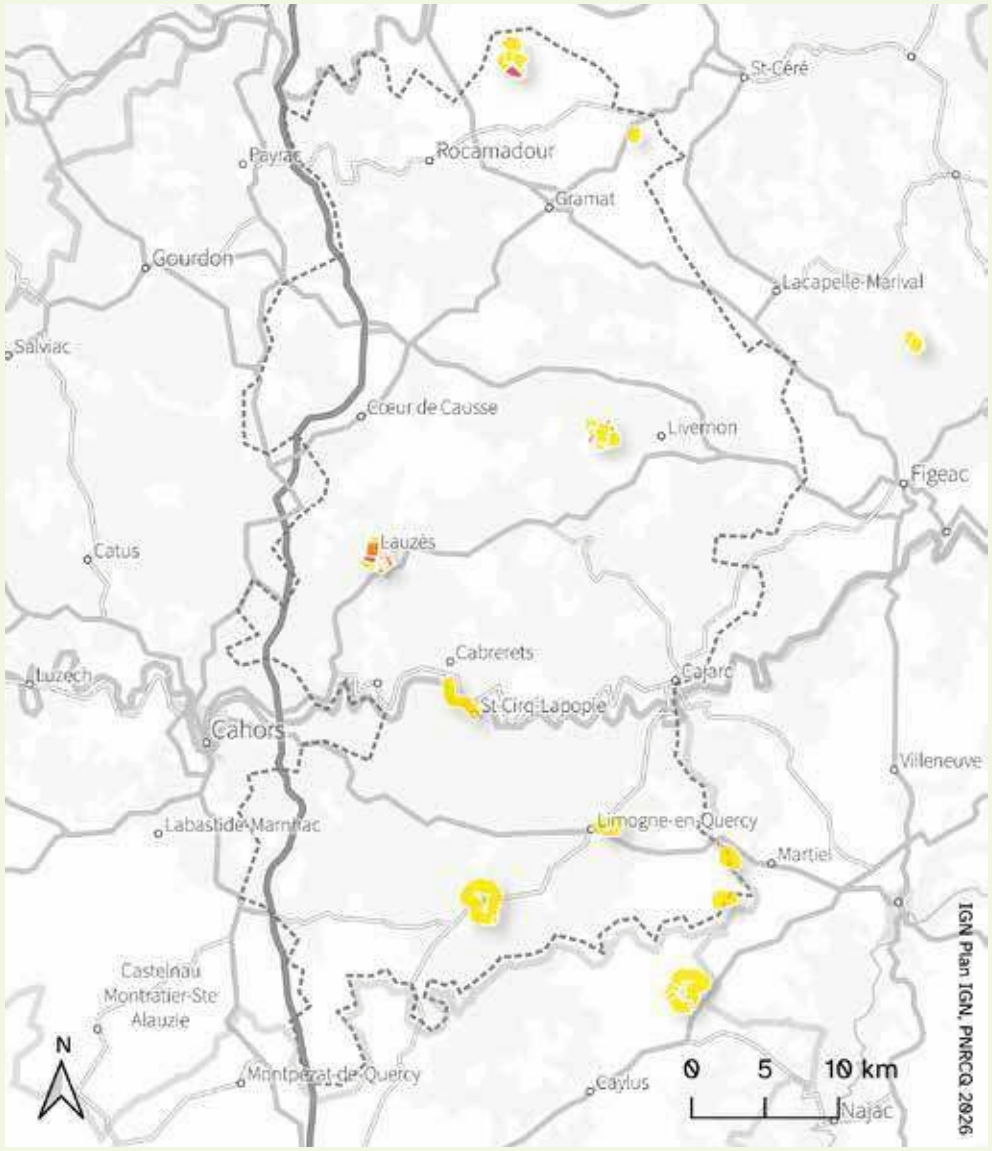


Parc naturel régional des Causses du Quercy

unesco
Géoparc mondial

Le Parc-Géoparc porte une ambition forte en faveur d'un tourisme de pleine nature accessible à tous.

Ce guide a pour but de vous faire découvrir une sélection d'itinéraires accessibles avec le fauteuil roulant tout-terrain Hippocampe®





Pour chaque itinéraire

1 fiche détaillée comprenant le plan du circuit et des indications sur les conditions d'accessibilité

La présence d'accompagnants est nécessaire car le fauteuil ne peut pas être manié seul.

Pour vos premières sorties, nous vous recommandons de privilégier des balades courtes par temps sec après avoir pris connaissance de la notice de recommandations.

Prêt de matériel adapté

Le Parc-Géoparc prête gratuitement un fauteuil Hippocampe® et une troisième roue LOMO aux établissements, associations ou particuliers qui en font la demande.

L'Hippocampe est un fauteuil roulant tout-terrain léger, transportable et équipé de larges roues. Il facilite vos déplacements sur les terrains naturels pour vous accompagner dans vos activités de plein air.

La troisième roue LOMO peut s'équiper à l'avant de votre propre fauteuil et facilite les déplacements grâce au relevage des petites roues avant.

Du matériel adapté est aussi disponible en prêt auprès d'autres structures. Retrouvez toutes les informations dans **l'annuaire des activités adaptées.**

Lot Balades & Patrimoines

C'est un outil de découverte et d'interprétation pour explorer les circuits (randonnée, interprétation, urbains...) et les patrimoines du Lot. Conçu pour être évolutif, intuitif et immersif, il fonctionne à la fois comme un site web et comme une application mobile. Accessible directement sur tous les supports numériques, **Lot Balades & Patrimoines** facilite votre découverte avec des fiches circuits enrichies et une expérience immersive sur le terrain avec le mode navigation.



Près du village pittoresque de Saint-Cirq-Lapopie, cette balade offre une vue sur une nature resplendissante en longeant le Lot. À Bouziès, vous longerez une partie taillée sous la roche où Daniel Monnier, un artiste toulousain, y a sculpté un bas-relief.



LE CHEMIN DE HALAGE > BOUZIÈS



Variante courte **1,8 km** | Dénivelé + **50 m** | Durée **1 h**

Variante longue **6 km** | Dénivelé + **50 m** | Durée **2 h**

Terre (50 %), stabilisé (25 %), pierre (25 %)

2 accompagnants min. **Circuit facile.** Par temps humide, l'itinéraire peut être glissant et boueux. Le chemin de halage peut être inondé en cas de crues.

Départ : parking P2 à Bouziès (N 44.483222 E 1.645286)

Balisage : jaune / GR

Depuis le parking, prenez le chemin qui remonte la vallée du Lot en bordure de la rivière. Il passe sous un pont de chemin de fer qui est l'actuelle voie verte. Continuez par le sentier puis par le chemin de halage taillé dans la falaise. **La partie taillée sous la roche du chemin de halage est en pierre. Sur cette partie, veillez à progresser doucement, l'instabilité liée aux cailloux peut créer des secousses pour la personne assise.**

1 **Variante courte :** faite demi-tour au bout du chemin creusé.

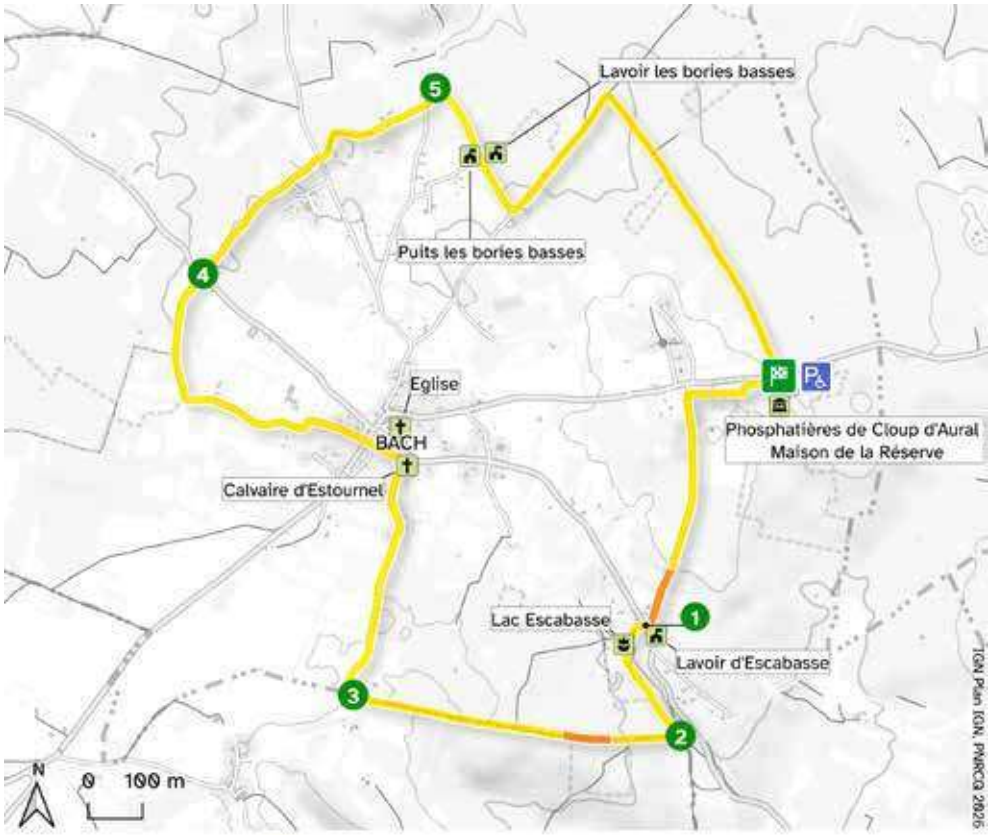
2 **Variante longue :** après l'écluse, poursuivez en bordure du Lot. Arrivé à la voie goudronnée, prenez à gauche et continuer à longer la rivière. Puis, la voie passe au pied des falaises sous le village de Saint-Cirq-Lapopie.

3 Le GR® monte vers Saint-Cirq-Lapopie. Faites demi-tour avant la montée.

Contact Office de tourisme Cahors Vallée du Lot - 05 65 53 20 65



Le Parc-Géoparc des Causses du Quercy est riche de trésors géologiques qui font de lui une exception mondiale. Le site des phosphatières du Cloup d'Aural, où commence ce circuit est une des composantes majeures d'un ensemble protégé depuis 2015 : la Réserve Naturelle Nationale d'Intérêt Géologique du Lot. Des panneaux d'interprétation des «Temps Géologiques» jalonnent le parcours.



CIRCUIT DES PHOSPHATIÈRES DU CLOUP D'AURAL > BACH



Distance 9 km | Dénivelé + 75 m | Durée 4 h

Goudron (50 %), terre (25 %), castine (25 %)

3 accompagnants min. Circuit long. Respectez bien le sens du parcours pour ne pas rencontrer de difficultés.

Départ : sur la D19 à l'entrée du site des Phosphatières, place PMR sur le parking (N 44.352494° E 1.690215°).

Balisage : jaune

À la sortie du parking, suivez le chemin longeant la D19 à gauche sur 300 m (prudence, circulation routière). **Il y a un passage très étroit, suivi d'une forte pente sur 5m.** Ensuite, prenez à gauche la petite route.

1 Avant de poursuivre tout droit, faites une pause au lavoir d'Escabasse et son lac de Saint-Namphaise. Poursuivez le chemin qui descend vers deux remarquables puits. Continuez pour retrouver un chemin herbeux à suivre sur la gauche.

2 Arrivez à une patte d'oie, dirigez-vous à droite sur le large chemin.

3 Quittez celui-ci et bifurquez à droite en direction de Bach. Atteignez la D22, tournez à gauche et arrivez aussitôt à la D19 (prudence, circulation routière), traversez, prenez la petite route et ensuite le chemin.

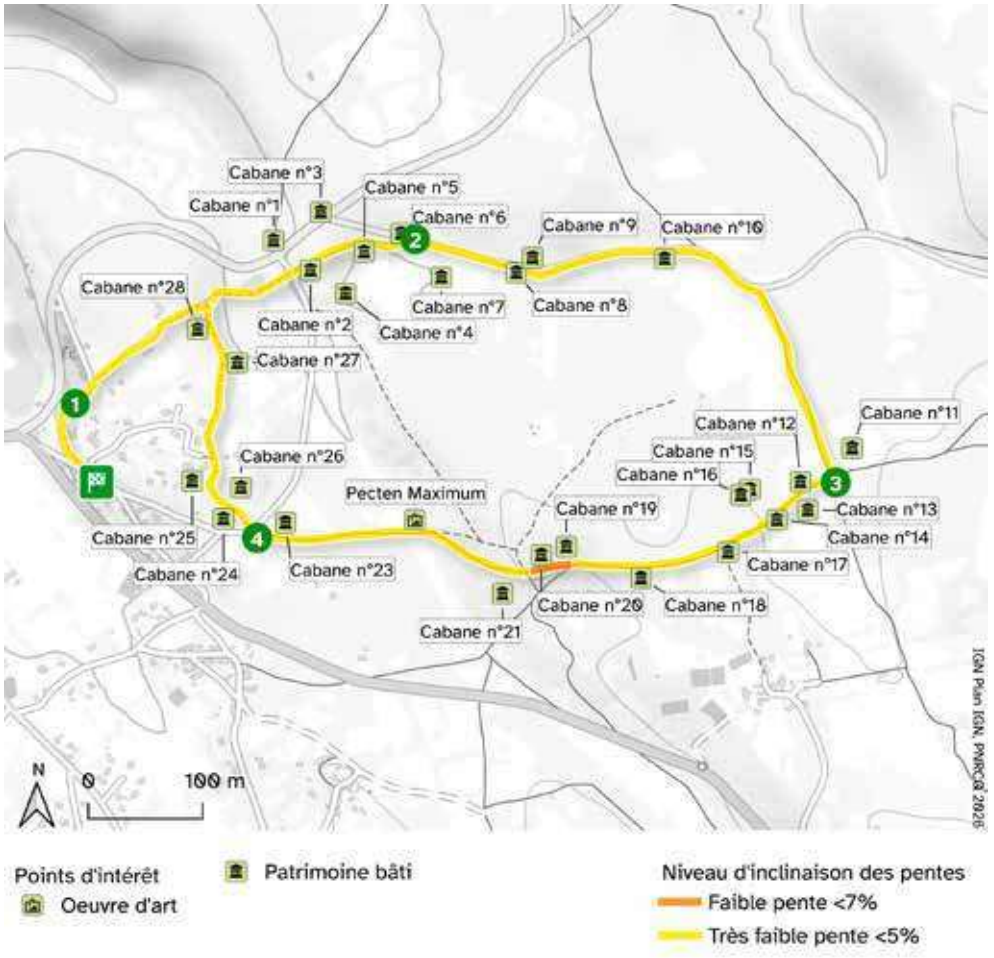
4 Traversez la D22, et rejoignez en face la petite route, poursuivez sur 600 m environ en laissant sur la droite la direction vers les Bories Basses. Atteignez un carrefour, allez à gauche sur 50 m.

5 Rejoignez le GR®36/46 que l'on emprunte par la droite. Laissez la petite route à droite. Arrivez à un carrefour et allez à gauche sur 500 m. Quittez le carrefour par la droite pour un chemin herbeux, bordé de murets et rejoignez le point de départ après avoir traversé la D19 (prudence, circulation routière).

Contact Office de tourisme Cahors Vallée du Lot • 05 65 53 20 65



Cette balade vous fera découvrir plusieurs cabanes en pierre sèches restaurées, typiques des paysages du causse. Certaines cabanes sont accessibles et visibles en Hippocampe®, d'autres sont moins accessibles. L'œuvre d'art refuge *Pecten Maximus* est à découvrir sur le chemin. Cette œuvre, crée par l'artiste et designer Sara de Gouy est composé ... de coquilles Saint-Jacques ! Un clin d'œil au symbole des pèlerins, mais aussi au passé géologique du territoire : ici, il a des millions d'années, il y avait la mer...



CIRCUIT DES CABANES
> LIMOGNE-EN-QUERCY



Distance **3,8 km** | Dénivelé + **37 m** | Durée **3 h**

Goudron (50 %), terre (25 %), castine (25 %)

3 accompagnants minimum
Passages techniques

Départ : parking de *Pecten Maximus* (44.397390, 1.775227)

Balisage : jaune / panonceaux en bois

Pour l'accessibilité du parcours, commencez le circuit au départ du parking de *Pecten Maximus*, puis empruntez la rue des écoles pour rejoindre le parcours classique. Le parcours est ensuite balisé avec des panneaux en bois « le circuit des cabanes ».

1

Passez devant l'école et la médiathèque, et continuez tout droit sur le chemin des grèzes. Traversez une petite route et continuez sur le chemin en face jusqu'à la D143.

2

Prenez à droite la D143 et continuez sur 650m (prudence, circulation routière). Dans le virage, quittez la route pour emprunter un large chemin à droite. Continuez 350m jusqu'au croisement.

3

Au croisement, suivez le chemin à droite et continuez sur 1km. L'œuvre d'art refuge *Pecten Maximus* se trouve à droite sur le chemin.

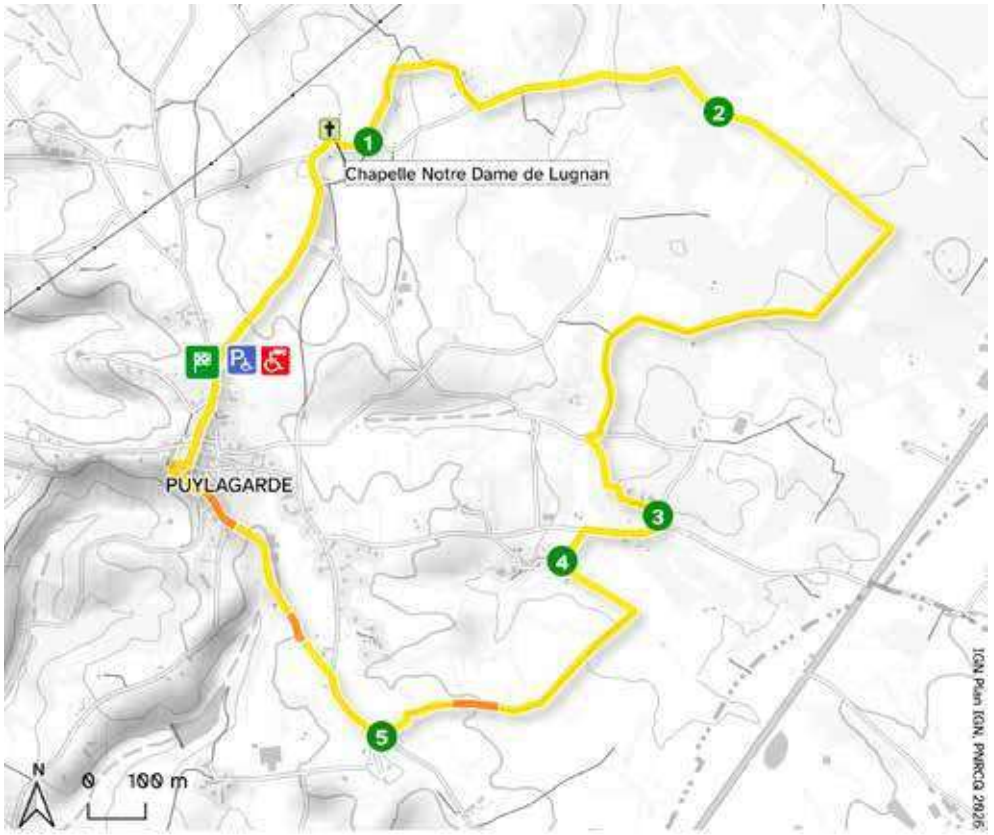
4

À l'intersection, prenez le petit chemin en face entre deux murets pour rejoindre le chemin emprunté à aller, puis tournez à gauche pour regagner le point de départ.
Attention, la fin de la randonnée présente un passage technique avec un chemin étroit et très caillouteux. Soyez vigilant et prenez votre temps pour franchir cette étape qui peut provoquer des secousses. Une souche est présente sur le chemin, soyez prudent pour la franchir.

Contact Office de tourisme Cahors Vallée du Lot - 05 65 53 20 65



Ce circuit, ombragé sur sa première partie, vous emmènera à la découverte du village de Puylagarde et de ses alentours.



Points d'intérêt
Patrimoine religieux

Niveau d'inclinaison des pentes
Faible pente <7%
Très faible pente <5%

BOIS NOIR > PUYLAGARDE



Distance **9 km** | Dénivelé + **94 m** | Durée **3 h 30**

Goudron (50 %), terre (25 %), castine (25 %)

3 accompagnants minimum
Circuit long, passages techniques

Départ : salle des fêtes espace Ouradou à Puylagarde (44.29925 : 1.83958)

Balisage : jaune

Dos à la salle des fêtes, se diriger à droite en direction de Lugan. Suivre la route jusqu'au pigeonnier. Virer à droite et passer devant la chapelle. **Le circuit présente une descente importante au début, retenez bien le fauteuil, à deux si nécessaire.**

1 À l'intersection après le lavoir, tourner à gauche pour emprunter un chemin goudronné qui se transforme en chemin herbeux. À l'intersection, suivre la voie la plus à droite. Arriver à la route et poursuivre à gauche, **soyez vigilant à la pente.**

2 Au carrefour, continuer tout droit jusqu'à la première intersection. Prendre à droite et suivre la voie principale. À la route, tourner à droite puis immédiatement à gauche et emprunter le sentier.

3 Au niveau des Granges, bifurquer à droite puis de nouveau à droite. Suivre la route sur 250 m, puis tourner à gauche vers Bénac.

4 À l'intersection, avant ce hameau, poursuivre sur le chemin de gauche. Après quelques mètres, emprunter un chemin creux où les arbres forment une voûte, puis tourner à droite. **Ce tronçon présente un dénivelé positif sur 700 mètres.** Arriver à une maison en ruine et suivre le chemin à gauche puis à droite.

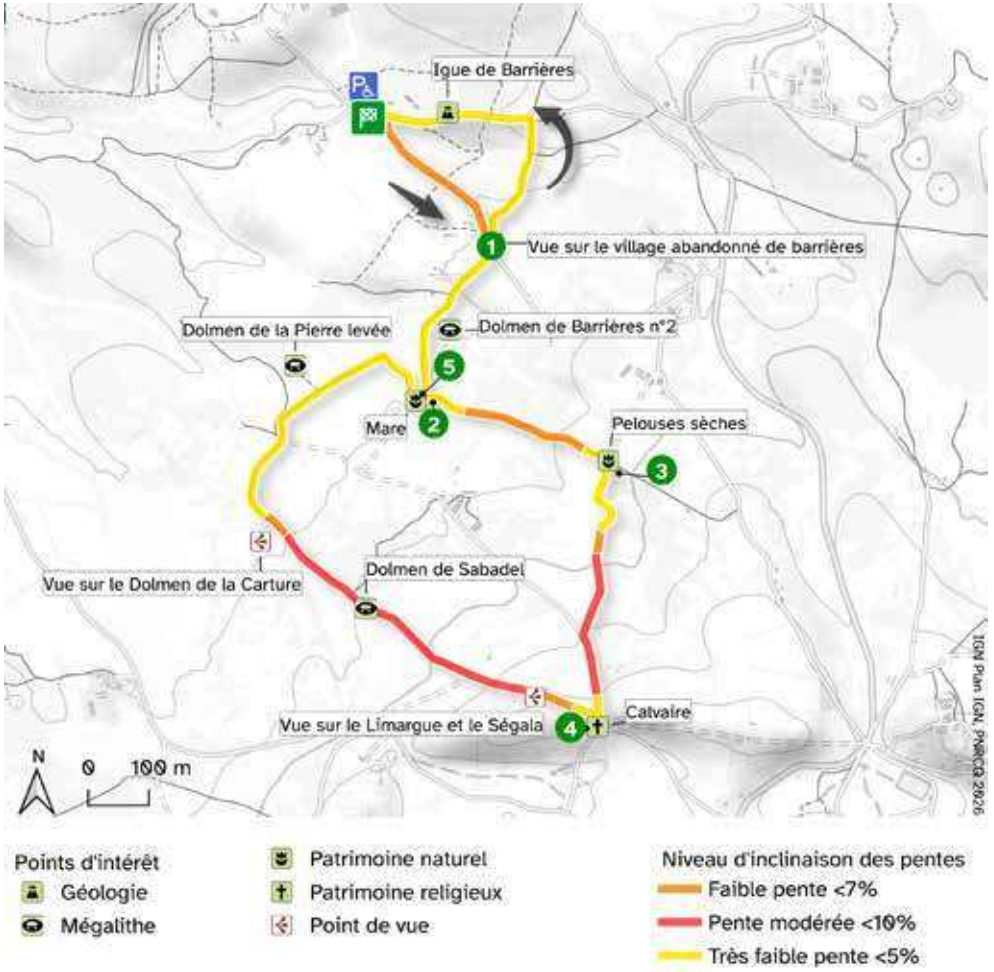
5 Au carrefour, tourner à droite et emprunter la D33, **soyez prudents le long de la route.** Après environ 300 m, prendre le sentier sur la gauche. Le poursuivre jusqu'à l'intersection. **Sur ce tronçon, le passage est technique car le chemin est étroit avec des pierres et des racines. Empruntez-le avec vigilance.** Ensuite, s'engager à droite sur le chemin qui devient goudronné et à l'embranchement, prendre à droite en direction du village.

Contact

Office de tourisme Causses et Gorges de l'Aveyron - 05 63 30 63 47



Un voyage dans le temps où vous cheminez le long des Dolmens du causse de Gramat. Une description audio de ce circuit est accessible pour mieux comprendre le patrimoine. Il est aussi jalonné de panneaux d'interprétation.



CIRCUIT DES DOLMENS > MIERS



Distance **6,6 km** | Dénivelé + **110 m** | Durée **2 h 30**

Goudron (50 %), terre (25 %), castine (25 %)

3 accompagnants min. **Circuit long et pentes.** Certains passages sont caillouteux et sableux. Le circuit est marqué par un dénivelé positif puis négatif sur un tronçon de 2 km.

Départ : parking derrière l'archéosite des Fieux (N 44.87626° E 1.687622°)

Balisage : jaune

Du parking situé derrière l'Archéosite des Fieux, poursuivez la route sur la droite puis empruntez le chemin à gauche. Un totem marque le départ du sentier des dolmens.

1 Tournez à droite sur une petite route goudronnée qui se transforme en chemin. Au bout de 300m à votre gauche en retrait du chemin, **le dolmen de Barrières 2, accessible mais avec une pente marquée.**

2 À l'intersection, prenez le chemin à gauche. **Après 20m environ, il présente un léger dénivelé positif sur 50m.**

3 Au carrefour, prenez à droite. **Après 30 mètres, le chemin est marqué par une descente sur 50 mètres.** Parvenu à l'intersection, **emprunter la route goudronnée qui monte à gauche.**

4 Arrivé en haut de la côte, suivez **le chemin qui descend sur la droite pendant 1 km.** À environ 900m se trouve le dolmen de Sabadel. En poursuivant, vous apercevrez sur votre gauche le dolmen de la Carture. À l'intersection, continuez tout droit et après 200m, à votre gauche, vous pouvez voir le dolmen de la Pierre-Levée (bien refermer les portillons). **Attention, le passage de la barrière est difficile.**

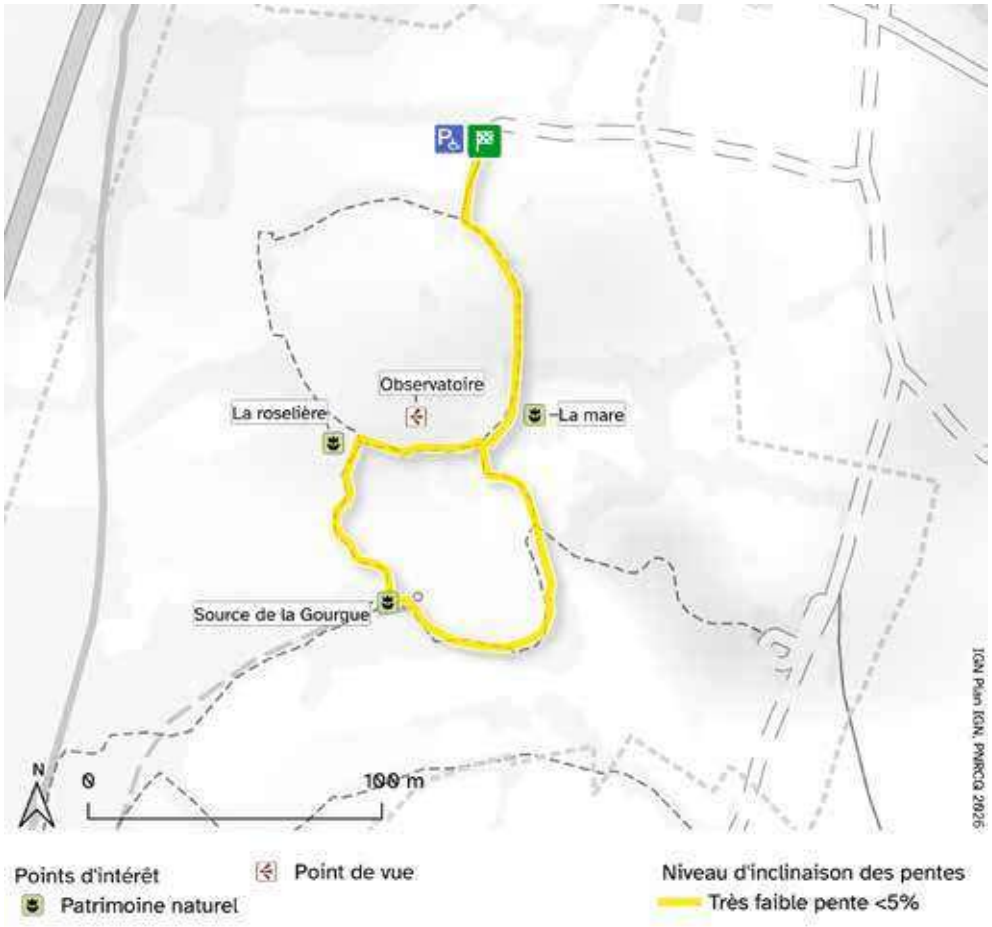
5 Arrivé à une mare, vous rejoignez le chemin que vous avez emprunté à l'aller ; le suivre en prenant à gauche. Face à la croix, suivez le chemin sur votre droite. À la route goudronnée, tournez à gauche et achevez le circuit jusqu'à l'Archéosite des Fieux.

Contact

Office de tourisme Vallée de la Dordogne
05 65 33 22 00



Ce circuit presqu'entièrement aménagé vous invite à explorer les zones humides de la Réserve Naturelle Régionale du Marais de Bonnefont.



SENTIER DÉCOUVERTE DE LA RÉSERVE NATURELLE RÉGIONALE DU MARAIS DE BONNEFONT



Distance 950 m | **Dénivelé +** 0 m | **Durée** 1 h

Platelage

1 accompagnant min. **Circuit très facile.** Déconseillé en hiver et par temps humide (pluie, gel, neige...). Le platelage est glissant dans ces conditions.

Départ : en bas de la Réserve. Chemin d'accès en voiture indiqué depuis le local d'accueil au parking de la Réserve (44.822898237329376, 1.7962638298654212)

Balisage : Libellule bleue

Cette réserve, c'est un marais de 42 hectares, alcalin, à caractère tourbeux et très rare dans le département du Lot. Il possède la plus grande roselière du Lot. Les eaux jaillissent des sources, circulent dans le marais et forment, avec celles de la fontaine de Bonnefont et du petit marais de Lentour, le ruisseau de l'Alzou qui coule à Rocamadour, puis rejoint l'Ouysse avant de se jeter dans la Dordogne.

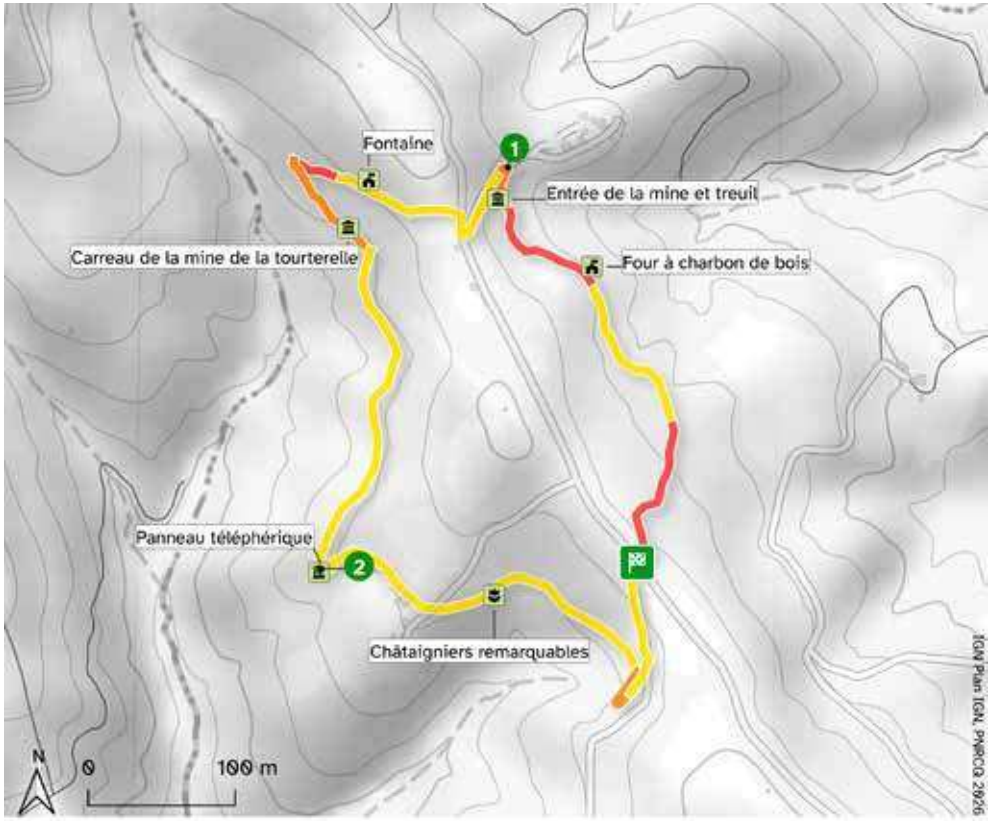
Cinq panneaux d'interprétation sont installés sur le circuit pour mieux comprendre la faune et la flore de ce site, l'hydrogéologie et les enjeux d'une zone humide.
Le marais de Bonnefont, classé réserve naturelle régionale, fait l'objet d'une règlementation particulière. S'il vous plait, merci d'en tenir compte pour préserver ce milieu sensible.

Réserve Naturelle Régionale MARAIS DE BONNEFONT

Contact Réserve naturelle régionale du marais de Bonnefont ▪ 05 65 32 27 38



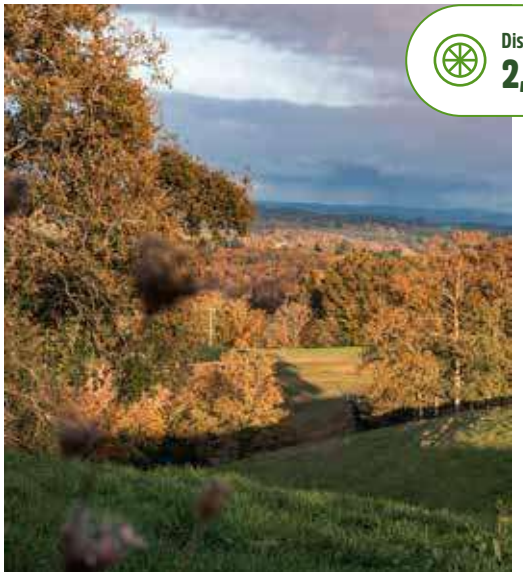
Ce circuits vous amènera à la découverte du Ségala lotois et sillonne principalement en milieu forestier, dans les bois du Ségala. Des panneaux d'interprétation jalonnent le circuit et vous invitent à comprendre l'histoire minière du Figeacois.



Points d'intérêt
- Patrimoine bâti
- Patrimoine naturel
- Patrimoine rural

Niveau d'inclinaison des pentes
- Faible pente <7%
- Pente modérée <10%
- Très faible pente <5%

SENTIER DES MINES DU SOULIÉ



Distance **2,5 km** | Dénivelé + **48 m** | Durée **1 h 30**

Goudron (50 %), terre (25 %)

2 accompagnants minimum.
Circuit moyen

Départ : à 4 km de Saint-Perdoux, sur la D89 en direction de Ste-Colombe, parking au bord de la route à l'intersection de la D89 avec la route de Faltrep et du Mazet Haut (N 44.696008° E 2.041078°)

Balisage : jaune

Prenez le sentier qui descend, à droite du panneau interdisant les véhicules à moteur, et suivez-le dans la forêt. **Soyez vigilants à la descente.** À 200 m, obliquez à gauche, et 200 m plus loin, tournez de nouveau à gauche toujours dans les châtaigniers. Le chemin serpente à flanc de colline, entre des murets et un verger de pommiers. **Cette portion monte modérément.**

1 À la route, laissez le Soulié sur votre droite et montez à gauche sur 100 m jusqu'à la D89. Puis prenez à droite et immédiatement à gauche dans le chemin. **À cet endroit, le chemin peut être un peu moins large avec la végétation poussante.**

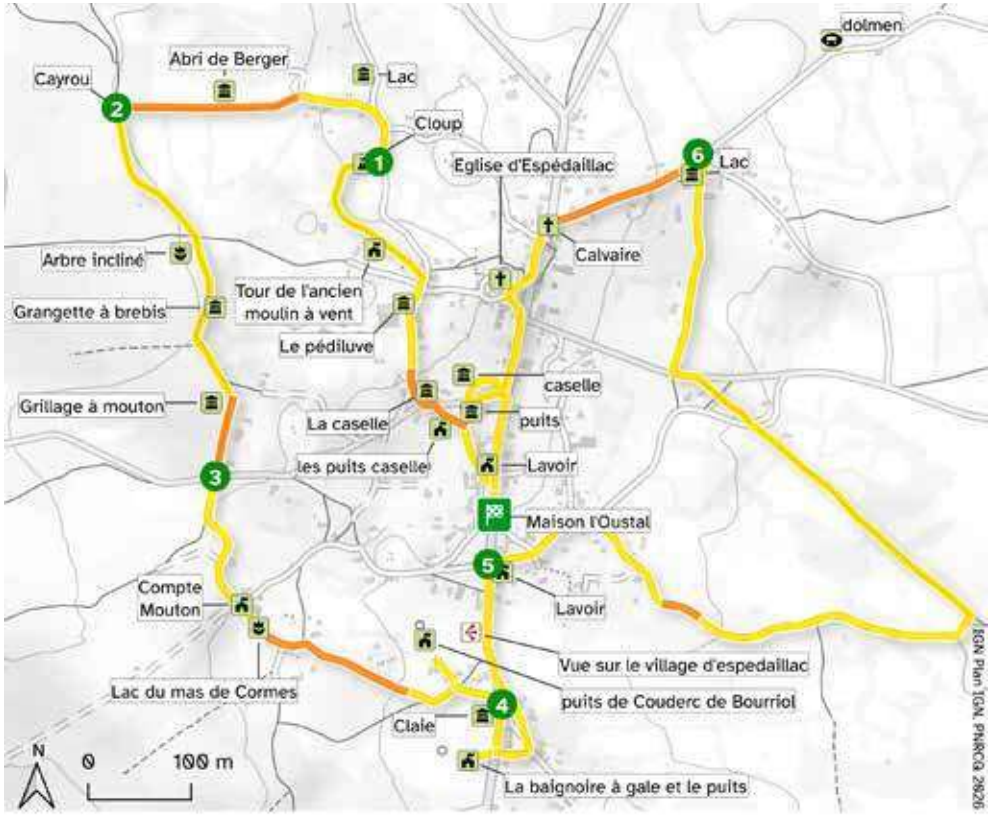
Continuez sur 250 m environ ; le chemin tourne à gauche et arrive dans un espace nommé le « carreau de la mine de la tourterelle ». Poursuivez le sentier, en traversant une zone de sources, jusqu'au point de départ du téléphérique. Il servait à transporter le charbon par les airs vers la vallée puis par wagonnets depuis le bourg de Saint-Perdoux, jusqu'à l'usine de triage de Buzac près de Viazac au bord de la voie ferrée Figeac-Aurillac.

2 Remontez à gauche jusqu'à Ténouzies. À la route, traversez pour emprunter le chemin en face. Continuez le chemin jusqu'à la route, puis remontez à gauche (virage en épingle à cheveux). Vous avez 100 m à parcourir pour rejoindre le point de départ.

Contact Office de Tourisme Figeac – Causses et vallées du Lot ▪ 05 65 34 06 25



Espédaillac est un village qui présente des paysages typiques du Causse largement façonné par l'élevage ovin. Le village est principalement né au XIXe siècle, dans une période d'apogée démographique, d'élevage ovin et de culture de la vigne. Le parcours est jalonné de panneaux d'interprétation pour comprendre les paysages agro-pastoraux et la brebis Causse du Lot, une race locale.



Points d'intérêt
- Géologie
- Mégalithe
- Patrimoine bâti
- Patrimoine naturel
- Patrimoine religieux
- Patrimoine rural
- Point de vue

Niveau d'inclinaison des pentes
- Faible pente <7%
- Très faible pente <5%

UN PAYSAGE FAÇONNÉ PAR LA BREBIS > ESPÉDAILLAC

Quali RANDO LOT

Variante courte	Dénivelé +	Durée
4,05 km	57 m	1 h 30

Variante longue	Dénivelé +	Durée
7,4 km	106 m	3 h

Terre (50 %), stabilisé (25 %), pierre (25 %)

2 accompagnants min.
Circuit moyen.

Départ : maison l'Oustal à Espédaillac sur la D40 (parking en face). (N 44.636127° E 1.772659°)

Balisage : jaune

Au totem du Parc-Géoparc, montez en biais, à gauche. À la route, tournez à gauche puis à droite vers La Placerelle, en suivant le **sentier qui monte légèrement.**

1. Au rond-point, poursuivez en face. Continuez jusqu'à la route et tournez à gauche. À la fourche, prenez encore à gauche ; **le sentier monte légèrement sur 50 m.**

2. **De là, le sentier est en descente sur 700 m jusqu'à l'étape n°3.** Poursuivez tout droit et à l'intersection en T, prenez à droite jusqu'à la route.

3. Traversez la route et au carrefour, poursuivez en face. Après 500m, à gauche, le puits de Couderc de Bourriol. **Évitez cet aller-retour par temps humide.**

4. Arrivez à la D40, **vous pouvez regagner le village en tournant à gauche (variante courte).**

Pour **poursuivre la boucle (variante longue),** tournez à droite pour visiter 100 m plus loin à droite le puits et la baignoire à gale. Revenez en traversant la D40 et poursuivez sur le sentier en face.

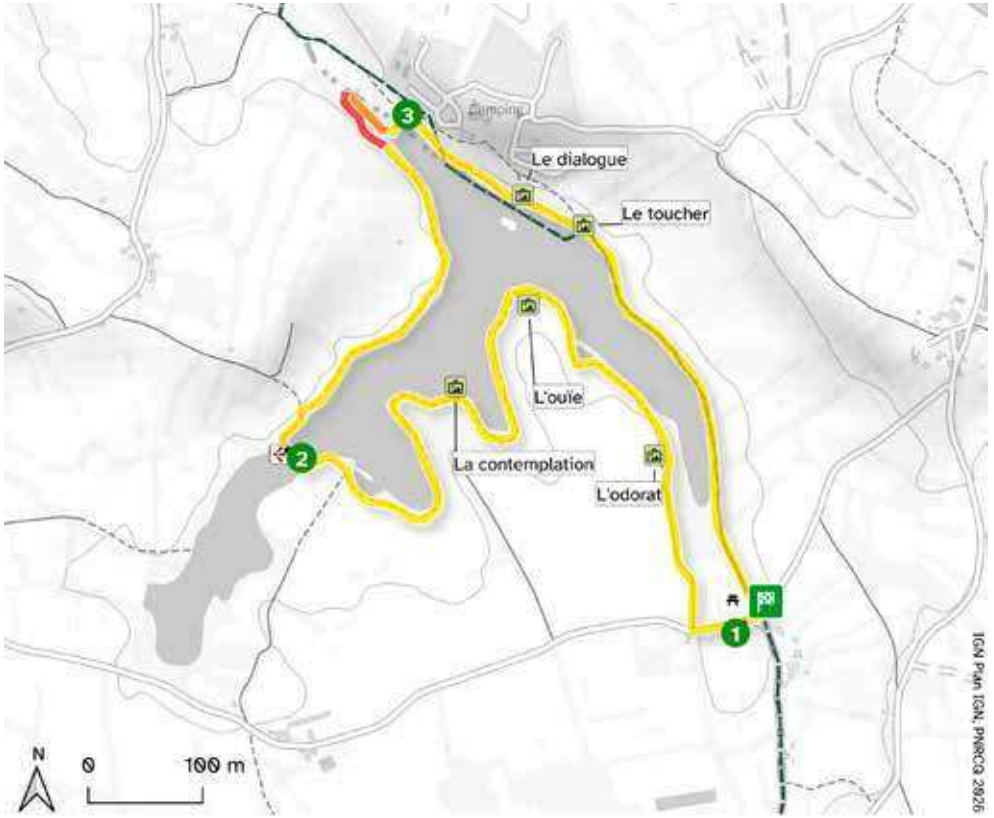
5. Après le lac, prenez la route à droite et après 200 m, pendre le chemin à droite. Quittez cette piste au T en tournant à gauche. **À cette étape, le chemin remonte sur 1,2 km** jusqu'au point n°6. Arrivé à la route, prendre à gauche puis à droite sur le chemin.

6. Au lac, tournez à gauche ; **le chemin monte sur 30 m jusqu'à la route.** Après l'auberge Beauville, montez à droite jusqu'à l'église et l'ancien château. Engagez-vous à gauche dans le petit sentier entre les maisons pour redescendre à droite sur la D40. Après 120 m, tournez à droite vers Quissac et aussitôt entrez à droite dans l'enclos de la mairie. Rejoignez la route à l'extrémité de l'enclos et revenez sur votre gauche pour rejoindre la route principale. Prenez-la à droite jusqu'au point de départ.

Contact Office de Tourisme Figeac – Causses et vallées du Lot ▪ 05 65 34 06 25



D'une superficie de 22 hectares, le lac de Bannac est la propriété du Syndicat Intercommunal à Vocation Unique (SIVU) du Lac de Bannac. Il alimentait autrefois deux moulins. Aujourd'hui, une telle zone humide constitue un espace de grande valeur écologique et accueille plus de 300 espèces d'oiseaux. C'est à la fois une zone d'alimentation, de nidification et de migration. Un observatoire vous renseignera sur les espèces que vous pourrez apercevoir. Le parcours est aussi jalonné de sculptures de pierre.



LE TOUR DU LAC DE BANNAC > FONTAYNOUS



Distance 4,09 km | Dénivelé + 12 m | Durée 2 h 30

Terre (50 %), goudron (25 %), enherbé (25 %)

3 accompagnants min.
circuit facile mais passages techniques.
Par endroits, la présence de racines rendent le chemin moins roulant.

Départ : parking de Fontanyous (44.376087, 1.892889)

Balisage : jaune

Praticable uniquement en juillet et août.
Évitez de l'emprunter après de fortes pluies car certaines zones deviennent marécageuses.

À Fontaynous, vous découvrirez un vieux lavoir, une vierge, le patrimoine bâti du hameau dont une église et la tour de l'ancien château. C'est également un endroit très agréable pour s'arrêter pique-niquer.

1

Lorsque le lavoir se trouve face à vous, prendre la route sur votre gauche. Poursuivre 50 mètres sur la route puis prendre le premier chemin sur votre droite. Il vous conduit en bordure du lac. Longer le lac jusqu'à la digue qui sépare le lac en deux parties. Sur votre gauche c'est la réserve naturelle, soyez discrets.

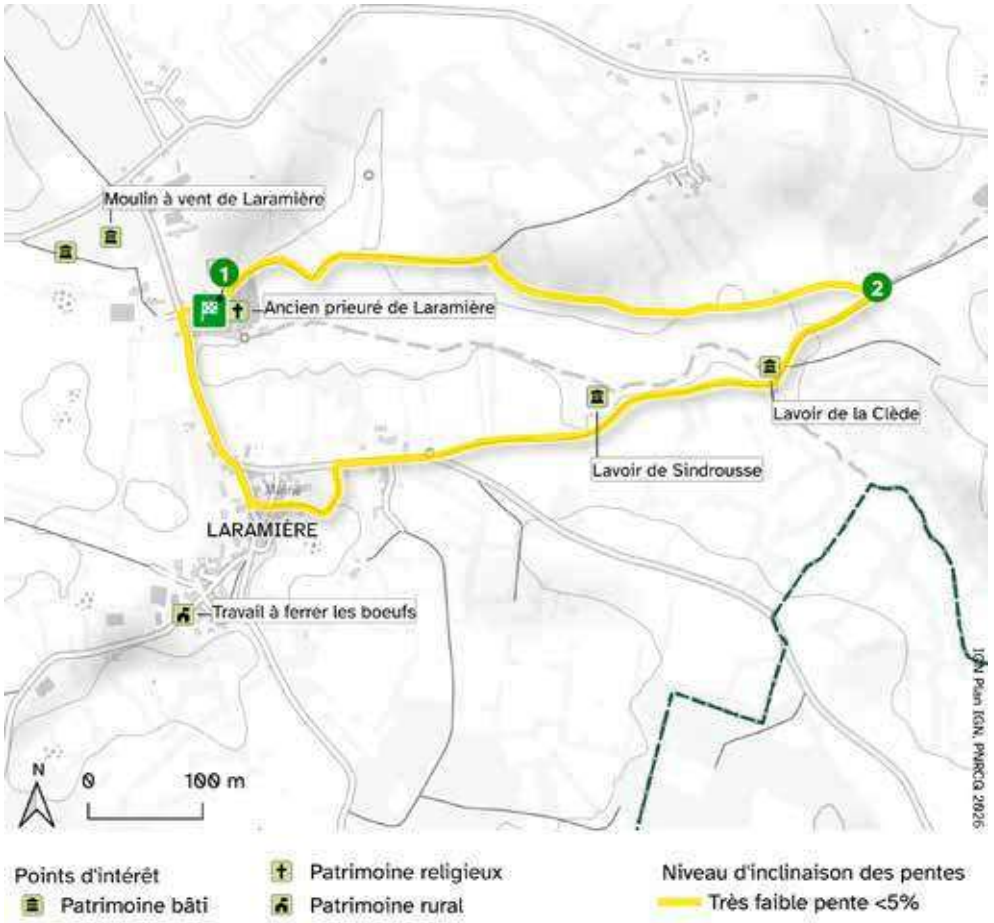
2

Traverser la digue. À gauche un observatoire vous invite à observer les oiseaux avec discrétion. Poursuivre à votre droite en longeant le lac jusqu'au niveau d'un petit pont de bois enjambant le ruisseau de trop plein du lac. Remonter puis traverser la digue principale du lac. Sur votre gauche en contrebas se trouve le moulin de Bannac et son bief.
À la fin de cette portion, sur 200 m, le sentier présente un passage avec une déclivité qu'il faut franchir avec vigilance. Il peut être nécessaire de retenir le fauteuil à plusieurs pour ce passage.

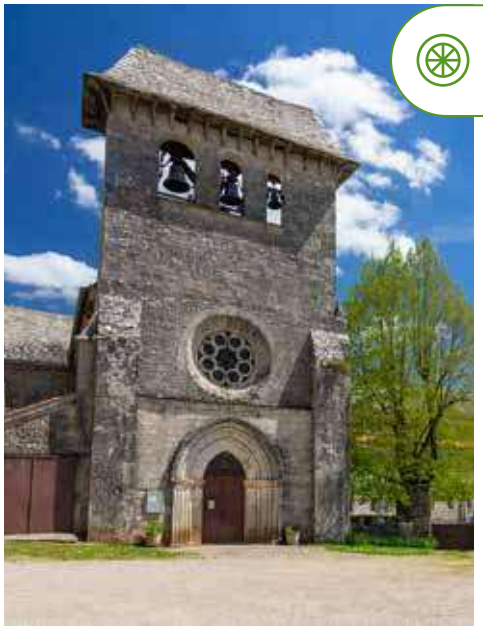
Contact Office de Tourisme Bastides & Gorges de l'Aveyron - 05 36 16 20 00



Cette boucle permet d'observer le prieuré de Laramière et de le découvrir sous plusieurs angles. Sur le circuit se trouvent deux lavoirs, dont le lavoir de Sindrouse,très bien conservé.



AUTOUR DE L'ANCIEN PRIEURÉ > LARAMIÈRE



Distance 2,95 km | **Dénivelé +** 14 m | **Durée** 1 h 30

Terre (25 %), enherbé (25 %)

2 accompagnants minimum
Circuit facile. Praticable uniquement de mai à octobre. En dehors de cette période, les sentiers peuvent être très humides.

Départ : Prieuré de Laramière (44.355607, 1.877389)

Balisage : jaune

Départ depuis de prieuré de Laramière.

1

Lorsque vous êtes face à l'église de Laramière, prendre sur votre gauche le chemin qui descend. A la 1ère intersection, ne pas prendre en face mais tourner à droite. À la prochaine intersection, prendre à nouveau sur votre droite. **Il peut y avoir quelques passages caillouteux.**

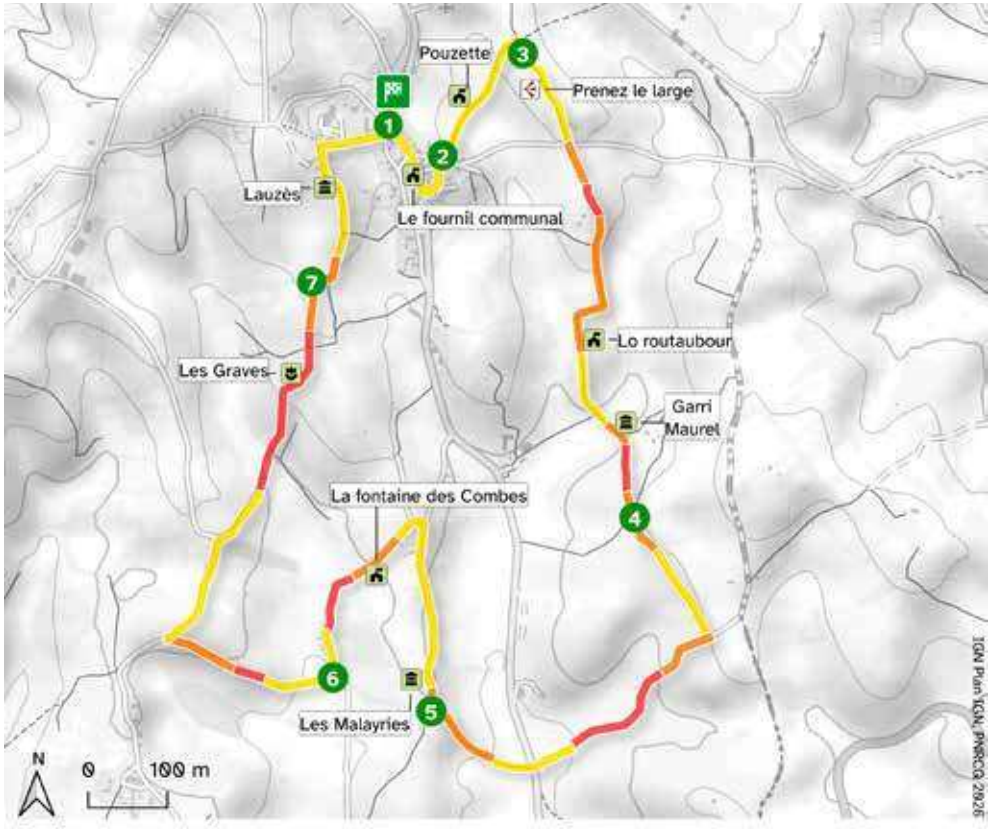
2

Après 500 m, sur votre gauche vous verrez un lavoir, celui de la Clède. Un peu plus loin sur votre droite à 50 m, celui de Sindrouse. Puis retour sur le chemin qui remonte progressivement vers la route. L'emprunter sur votre droite, passage à côté de la mare du mas de Cousis et juste après les conteneurs, prendre le chemin à gauche pour rejoindre le centre du village de Laramière. Sur la route au centre du village, prendre en face puis la route à droite pour rejoindre le prieuré. Vous pourrez compléter votre balade par une visite.

Contact Office de Tourisme Bastides & Gorges de l'Aveyron - 05 36 16 20 00



Ce sentier fait partie de la collection des 7 Carnets de découverte : des sentiers jalonnés d'histoires et de points de vue à découvrir tout au long des parcours. Retrouver le carnet de découverte à l'Office de tourisme du Causse de Labastide-Murat ou en ligne ou sur le site de l'Office de tourisme et du Parc-Géoparc. Et aussi, un circuit de bourg vous invite à explorer les traces témoins du passé du village de Lauzès.



LE CHEMIN DES BATAILLES > LAUZÈS



Distance 6,32 km | Dénivelé + 131 m | Durée 3 h

Castine (25 %), goudron (25 %), enherbé (25 %)

3 accompagnants minimum. Circuit long et pentes. Ce circuit est plutôt difficile, du fait du dénivelé et de sa longueur, et nécessite plusieurs accompagnants.

Départ : place de la salle des fêtes (44.569556, 1.579861)

Balisage : jaune

Depuis la place de la salle des fêtes, se diriger vers le centre du village et dépasser l'église sur la gauche. 60m après l'église, s'engager à gauche et suivre la rue derrière.

1 À l'intersection en T, suivre la route vers la droite et emprunter le chemin en herbe à gauche. **Après la fontaine, le chemin monte** jusqu'à la prochaine intersection. **À l'intersection, il n'est pas conseiller de réaliser l'aller-retour qui présente une déclivité importante. Laisser le chemin en face** et prendre à droite.

2 Suivre le chemin qui offre une vue sur le village de Lauzès, **il est en descente pendant 1,6 km**. À la route, prendre en face et poursuivre jusqu'à une belle demeure (Garri-Maurel).

3 Continuer le chemin qui monte en face de vous, il aboutit à une route perpendiculaire. Tourner à droite et descendre la route jusqu'à la départementale, **soyez vigilant à bien retenir le fauteuil, la petite route descend sur 400 m.** Traverser et prendre le chemin caillouteux qui monte, **sur 50 m,** en face.

4 À l'intersection, prendre à droite et continuer sur la petite route jusqu'au lieu-dit Les Maleyris. À la fourche, prendre à gauche et continuer sur la route qui descend **sur 50 m** (fontaine à gauche). Suivre le premier chemin carrossable qui **monte à droite sur 40 m.**

5 En arrivant sur la route, **nous vous conseillons d'éviter l'aller-retour dans la combe de Ban Palme (1,3 km aller-retour),** et de continuer la route sur la droite. Ensuite, prendre le premier sentier sur la droite. Après la borne découverte, le sentier monte sur 80 m.

6 Le sentier fait un virage à droite et descend vers le village, s'engager sur le petit chemin à gauche. Au bout de l'impasse, tourner à droite pour redescendre vers le village et le point de départ.

Contact Office de Tourisme du Causse de Labastide-Murat • 05 65 21 11 39

Pour prolonger vos découvertes ...

L'annuaire des activités nature pour tous et tourisme adapté

Le réseau « Pleine Nature pour Tous », lancé et animé par le Parc-Géoparc, a permis par une dynamique collective de structurer une offre de pleine nature inclusive. Des suggestions de séjours adaptés, des parcours de randonnées et des outils de communication ont été créés pour faciliter la connaissance des activités accessibles.

L'annuaire des activités nature pour tous et tourisme adapté, un outil de communication commun, présente les professionnels impliqués et sensibilisés pour rendre les activités de pleine nature accessibles au plus grand nombre.



Le GR®65 accessible

La Via Podiensis (GR®65) part du Puy-en-Velay pour rallier Saint-Jacques-de-Compostelle, et traverse le Parc-Géoparc des Causses du Quercy. Dans sa partie lotoise entre Figeac et Cahors, les tronçons entre Faycelles et Cajarc et entre Bach et Cahors ont été inscrits sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO, au titre du bien « Les Chemins de Saint-Jacques de Compostelle en France ».

Pour permettre au plus grand nombre de pratiquer cet itinéraire, **des itinérances adaptées** avec des fiches descriptives, des suggestions d'étapes et de séjours ont été conçues pour les 4 types de handicap. Retrouvez les informations sur l'itinérance adaptée au **handicap moteur** et au **handicap visuel, auditif et mental** sur le GR®65 - Chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle.

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté Égalité Fraternité

OUTDOOR VISION

ENSEMBLE, PRÉSERVONS LES SITES DE PRATIQUE

Contribue à une meilleure connaissance des sports outdoor en partageant tes traces GPS sur Outdoorvision !

www.outdoorvision.fr



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté Égalité Fraternité

SURICATE
TOUS SENTINELLE DES SPORTS DE NATURE

CONSTATER CONNECTER SIGNALER

FLASHEZ ET DEVENEZ UNE SENTINELLE

sentinelles.sportsdenature.fr

Crédits photos : Ignimolo rpore, susa cum fuga. Itas di duciunt orporeius utem vene qui consende mo et accusda none dunde simus mod moluptae explamenimi, nonsequo et quam ut andi inus arum harum, simus, solenest, optat aut deruptatem. Dusdaes re enitem nonsecae ma nam, conse audam nullesto modio eatem rae voloritis cus sum.



Parc naturel régional des Causses du Quercy

unesco Géoparc mondial

L'EUROPE S'ENGAGE L'OCCITANIE AGIT

UNION EUROPÉENNE

LEADER

La Région Occitanie Pyrénées · Méditerranée

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

anct agence nationale de la cohésion des territoires

LOT LE DÉPARTEMENT

Projet cofinancé par le Fonds Européen Agricole pour le Développement Rural
L'Europe investit dans les zones rurales

LOT TOURISME
AGENCE DE DÉVELOPPEMENT TOURISTIQUE

GRAND FIGEAC
Vallées du Lot et du Célé
TOURISME

Office de tourisme Communauté de Communes du Causse de Labastide-Murat

Cahors VALLÉE DU LOT

Parc naturel régional – Géoparc mondial UNESCO des Causses du Quercy
Les Canavals - Labastide-Murat - 46240 COEUR-DE-CAUSSE
Tél. : 05 65 24 20 50 / contact@parc-causses-du-quercy.org
www.parc-causses-du-quercy.fr