Autour du col des 3 soeurs- Trail n°33

Margeride

Roc de Fenestre (© OT Coeur Margeride)

Avec un point culminant à 1492 mètres, cette belle boucle nature serpente entre crêtes et cols de Margeride, avant de revenir sur le plateau de Grandrieu.

Une escapade relativement longue, qui vous immergera au cœur de la Margeride.

Très peu de goudrons et d'habitation au cours de ses 27 kilomètres, mais le plein d'air frais, de belles forêts et de petits champs.

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 3 h 30

Longueur : 26.6 km

Dénivelé positif : 693 m

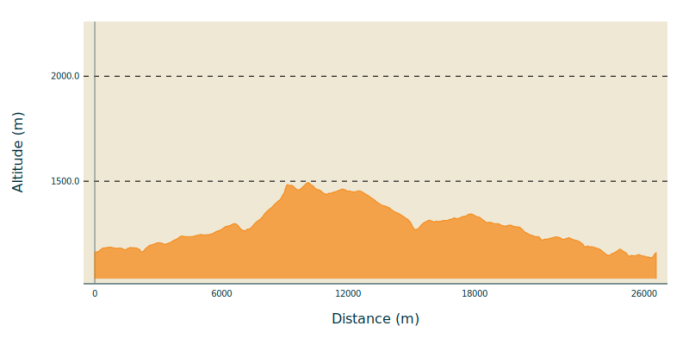
Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Itinéraire

Départ : GrandRieu
Arrivée : GrandRieu
Balisage : Trail
Communes : 1. Grandrieu
2. La Panouse
3. Monts-de-Randon

Profil altimétrique

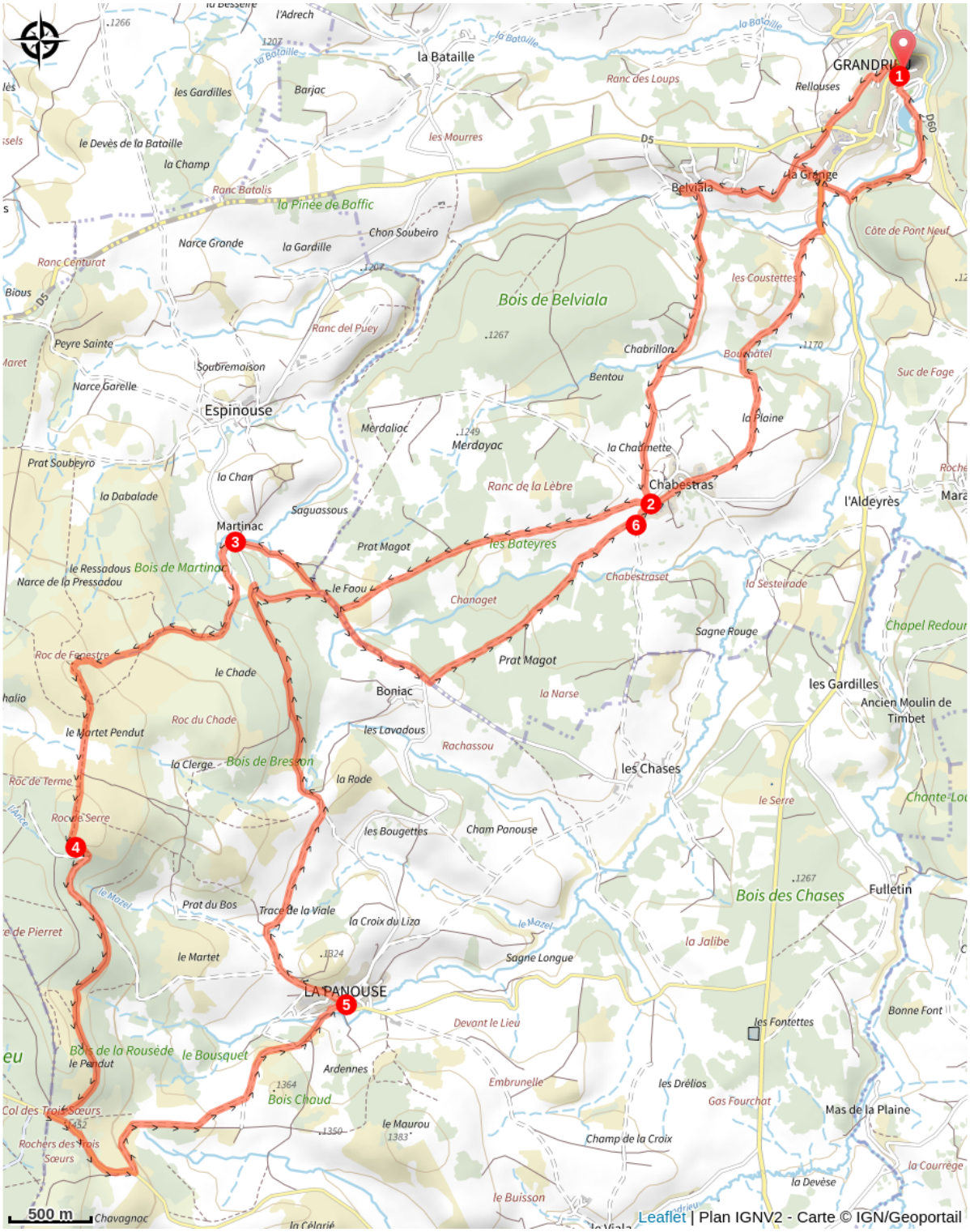


Altitude min 1136 m Altitude max 1493 m

Pour réaliser cette boucle, il suffit de suivre le balisage Trail n°33.

1. Début de la boucle similaire à l'itinéraire 32 avec d'agréables chemins entre champs et forêts sur le GR de Pays Tour de la Margeride.
2. Après Chabestras, l'itinéraire quitte le GRP pour mettre cap sur Martinac, deux kilomètres de piste en faux plat montant.
3. C'est au village de Martinac que la vraie montée débute. Rien de trop méchant cependant, 200 m de dénivelé sur deux kilomètres, qui permettent de rejoindre le roc de Fenestre, un des sommets de la Margeride (1486 m). De là, très beau panorama et une table d'orientation pour se repérer.
4. On évolue ensuite sur les crêtes, d'abord à découvert et dans un second temps dans la forêt. La descente du col des Trois Sœurs s'effectue sur une piste très roulante.
5. A la Panouse, quelques derniers mètres de dénivelé positifs pour sortir du village, 2 km à plat pour retrouver la forêt, puis 8 km très roulants, au profil descendant.

Sur votre route...



Toutes les informations pratiques

Recommandations

- Ne pas jeter de déchets dans la nature
- Ne pas quitter les itinéraires balisés.
- Ne pas cueillir ni ramasser fleurs et fruits.
- Se rappeler que les sentiers sont partagés et être respectueux envers l'ensemble des autres usagers (sportifs, touristes, chasseurs, agriculteurs...)
- S'il faut franchir des barrières à animaux, ne pas oublier de les refermer derrière soi.

Ces préconisations sont d'autant plus importantes que certains sentiers proposés empruntent parfois des zones naturelles sensibles et protégées. Pour conserver la beauté de nos sentiers, courons en respectant l’environnement.

Comment venir ?

Accès routier

Grandrieu, à 50 km au nord de Mende
par la D988 et D985

Parking conseillé

Place du Foirail à Grandrieu

Lieux de renseignement

Office de Tourisme Coeur Margeride - Bureau de Grandrieu

ot.coeurmargeride@randon-margeride.fr
Tel : 04 66 46 34 51
https://www.lozere-margeride.fr

Source