

Autour des Lavagnes : Caractéristiques

Côte d'Amour : Deux coeurs	Difficulté Moyenne
Secteur géographique	Garrigues
Index IBP	66
Date de mise à jour	14/01/2023
Durée	5 h 15
Dénivelée	560 m
ign	2642ET
Distance	16,4 Km
Période recommandée	avril mai novembre décembre

Bon à savoir :

Accès et parking :

Les Lavagnes.

Présentation :

Ce parcours se singularise par l'enchaînement de paysages différents : on part du plateau des Lavagnes pour aller faire un tour dans les Monts de St Guilhem puis on retraverse le plateau pour monter cette fois sur la crête qui relie le Pic Baudille à la Séranne.

On bénéficie donc d'une part des vues sur les falaises de St Guilhem ainsi que de la magnifique garrigue qui y prospère, et d'autre part des vues immenses sur les Causses et à l'opposé vers la plaine de Gignac, dans un univers cette fois beaucoup plus aride.

Lors de ce circuit, vous alternerez les portions de parcours magnifiques avec quelques zones de liaisons beaucoup moins passionnantes. Toutefois, chaque zone de liaison étant suivie d'un secteur intéressant, la récompense vous fera oublier les quelques moments d'ennui !

A noter qu'on peut intelligemment rallonger ce parcours de deux façons :

-au col du Ginestet, descendre sur ND de Belle Grâce puis remonter par le col de la Pousterle (environ 45 mn et 150 m de dénivelée en plus),

-au dernier carrefour, au lieu de descendre directement sur les Lavagnes, prolonger le plaisir en poursuivant le sentier bleu sur la crête jusqu'à rejoindre le GR74 et redescendre sur les Lavagnes (environ 1 h 30 de plus).

Période recommandée :

Normalement, en avril, les premières asphodèles sont de sortie et égagent le bord des chemins. Début mai, la végétation est partout bien réveillée et il ne fait pas encore trop chaud. Plus tard, attention aux jours de grand soleil car le parcours est très peu ombragé. L'automne est sympa aussi. Dans ce coin, les chênes caducs arborent leurs parures colorées entre mi novembre et mi décembre. Conseil important : choisir un jour où la visibilité est bonne et où le vent ne souffle pas trop.

Infos pratiques :

Pas d'eau sur le parcours.

Table de picnic au col de la Pousterle (1 h 10).

Le topo :

Lorsque vous aurez parcouru le circuit, n'oubliez pas de déposer un commentaire, cela sera utile pour les randonneurs qui passeront après vous. Merci.

De l'autre côté de la route par rapport au parking, s'engager sur un sentier balisé GR et GRP direction Saint Guilhem. On chemine sur un sentier bien agréable dans une végétation de chênes caducs, buis et pins, au milieu de quelques beaux rochers dolomitiques.

Après trois minutes, à un carrefour, prendre à gauche, toujours avec le GR. Une petite dizaine de minutes plus tard, on débouche sur une piste qu'on prend à gauche. Un peu plus loin, laisser sur la droite une citerne et un panneau « route forestière » et marcher environ 200 mètres. La piste tourne alors franchement à droite. La quitter pour un sentier à gauche dont le départ est marqué par un cairn. On abandonne (provisoirement) le GR.

Ce sentier sinue sous les pins de Salzmann et dans un sous bois de bruyère, tout cela au milieu de beaux rochers dolomitiques, c'est bien agréable.

Après sept ou huit minutes, un sentier (barrière en bois) nous arrive de la gauche et de suite après on débouche sur la piste qu'on a précédemment quittée et qu'on prend à gauche. On retrouve donc le GR.

Trois minutes sur cette piste et on atteint un carrefour. Laisser partir définitivement le GR à gauche vers le Cap du Ginestet et continuer à droite sur la piste avec un balisage jaune et les bites vertes du CG34. Cette piste n'est pas belle mais l'environnement est agréable : pins de Salzmann, rochers, vues vers la chaîne du Pic Baudille.

Il faut marcher sur cette piste pendant une bonne demi-heure mais à ce moment de la rando, alors qu'on est pas encore fatigué, cela passe assez bien.

On arrive alors à un nouveau carrefour. Prendre à gauche avec le balisage jaune en direction du Cap de la Pousterle pour faire un aller-retour au col en question. C'est juste 100 mètres à faire et cela vaut le coup. Le sentier passe entre deux rochers puis débouche dans l'autre versant. Juste après, sur la droite, deux tables de picnic, une au soleil et l'autre à l'ombre, vous tendent les bras pour une pause. De cet emplacement, vous bénéficiez de vues sur le Pic St Loup, la mer et une partie des Monts de St Guilhem.

1 heure 10. Cap de la Pousterle.

Après cet intermède, reprenez le sentier entre les rochers par lequel vous êtes arrivé et retournez au carrefour. Prenez alors à gauche. Il ne reste plus comme balisage que les bites vertes.

Deux minutes de descente et on arrive à un autre carrefour. Prendre à gauche, cette fois il n'y a plus de balisage. On est sur une ancienne piste. Marcher deux minutes jusqu'à rencontrer un panneau « feux interdits » sur la gauche.

Quitter alors le chemin pour un sentier en épingle à gauche. Pas de balisage non plus. Ce sentier touffu zigzaguer dans les pins aux sous bois de bruyère arborescente. Après une petite dizaine de minutes, il retombe sur le grand chemin qu'on prend à gauche.

Une dizaine de minutes de plus et on arrive à l'extrémité de ce chemin. Il se poursuit par un sentier qui démarre sur la gauche en descente (barrière en bois). Toutefois, avant d'entamer la descente, je vous recommande de monter en haut des rochers sur la droite afin de profiter d'un beau point de vue d'ensemble.

Ceci fait, vous vous engagez sur le sentier et vous entamez une magnifique descente. Tout est bon sur ce sentier : bel environnement rocheux, belle garrigue, superbes vues sur les monts de St Guilhem et notamment la formidable falaise de la Bissonne.

Durant toute la descente qui dure environ une demi-heure, la beauté de ce chemin ne se dément pas. En bas, on ignore une sente balisée orange sur la droite et 20 mètres plus loin, on arrive à un carrefour où on prend à droite un large sentier balisé GR.

2 heures 05. Vallon du Verdus, GR.

On est maintenant dans le vallon du Verdus, dans un environnement de fond de vallon, ombragé, frais et humide. Une bonne douzaine de minutes sur ce beau sentier en légère montée et on débouche sur une affreuse piste bétonnée.

L'emprunter à gauche en montée (toujours GR). Le béton disparaît rapidement mais la piste reste assez moche. Il faut marcher une

dizaine de minutes avant d'atteindre un virage serré à gauche à l'endroit où une buse passe sous la piste. Ici, quitter la piste pour un sentier horizontal sur la droite balisé GR.

On évolue maintenant le long d'un ravin (Ravin de la Côte) dans une végétation basse et clairsemée. Un petit quart d'heure et on arrive en haut de la montée. Deux minutes horizontalement et on arrive en vue d'une piste en contrebas. Il y a une fourche, on prend la branche de droite et on débouche sur la piste.

Cinq minutes de piste et on rejoint la route. La prendre à droite. Une petite dizaine de minutes de route et on quitte celle-ci pour un sentier sur la gauche balisé en jaune.

3 heures. RD122, départ du sentier.

Le début de ce sentier est joliment aménagé pour éviter le ravinement. Plus haut, il reste bien agréable et plus on s'élève, plus les vues sont belles. Un bien sympathique chemin.

La montée progressive est assez longue (compter 45 minutes) et en haut, on débouche sur une piste. La prendre à droite tandis que le balisage jaune part à gauche.

Cette piste est balisée GRP. Elle n'est pas très belle mais elle offre de belles vues, notamment en direction du causse sur la gauche. On longe d'abord une horrible clôture sur la gauche puis on franchit un passage canadien. Environ 300 mètres plus loin, on bascule en versant Sud-est et on redécouvre des vues en direction des monts de St Guilhem.

La piste descend un peu puis remonte et juste en haut de la montée, repérer le départ d'une sente peu visible en biais à gauche. La sente longe la piste en se tenant à quelques mètres puis s'en éloigne et on est alors accompagné par un ancien balisage bleu.

Plus loin, on rejoint la crête et le sentier devient alors de toute beauté, se frayant un chemin dans des zones rocheuses dolomitiques et offrant des vues sensationnelles, notamment au passage du sommet côté 783 (c'est d'ailleurs le point culminant de la rando).

Ensuite, la crête est plus molle mais les vues sont toujours aussi immenses. Par bonne visibilité, vous observerez le Caroux, l'Aigoual, le Mont Lozère, le Ventoux, Montpellier, la mer.

Puis le sentier remonte à l'assaut d'un autre petit sommet (Pioch de Fraïsse). Ensuite, il en redescend en franchissant une zone particulièrement arborée et sombre. Puis on arrive à un nouveau col avec devant nous le Pioch des Agrunellasses. Ici, carrefour peu visible mais qu'il ne faut surtout pas manquer !

4 heures 35. Col. Début descente.

Prendre à droite un sentier cairné tan disque le sentier balisé bleu part à gauche. Le départ du sentier est peu visible mais il devient ensuite très bien marqué. Après une portion horizontale, il entame ensuite la descente.

Après une bonne vingtaine de minutes comprenant quelques passages étroits ou broussailleux, on débouche sur une piste. La prendre à gauche en descente.

Il reste à peine cinq minutes de descente pour rejoindre le parking mais je vous conseille vivement un petit supplément avant de terminer. Après un peu plus de 200 mètres sur la piste, repérer sur la droite le départ d'une sente sous les arbres. Très peu visible. Il vaut mieux avoir la trace GPS ou alors utiliser Open Street Map car cette sente n'est pas indiquée sur la carte IGN.

En une centaine de mètres on rejoint la grotte du Mouton, vraiment intéressante à visiter. Merci à Odile qui a proposé cette suggestion dans son commentaire. Ensuite retour à la piste et cent mètres plus loin au parking.

5 heures 15. Arrivée.

Avertissement : Les topos présentés sur ce site n'ont pas un caractère contractuel. Par ailleurs, les utilisateurs doivent disposer des compétences nécessaires pour savoir les lire, les comprendre et les interpréter correctement sur le terrain. Ils doivent également avoir en leur possession la ou les cartes IGN nécessaires (sur papier ou sur GPS y compris hors connexion réseau) et disposer des capacités physiques et techniques indispensables pour pratiquer l'activité concernée.