

## Du Viaduc de Millau au Larzac : Caractéristiques

Côte d'Amour : Trois coeurs	Difficulté Moyenne
Secteur géographique	Causses
Index IBP	74
Date de mise à jour	03/06/2023
Durée	5 h 00
Dénivelée	650 m
ign	2541OT
Distance	16,6 Km
Période recommandée	mai juin septembre octobre

### Bon à savoir :

#### Accès et parking :

Creissels.

#### Présentation :

Il s'agit d'un très beau circuit, voici quelques arguments :

Le départ est surprenant avec toute cette eau et ces cascades dans et à proximité du village de Creissels.

Les vues en direction du Viaduc de Millau agrémentent une grande partie du parcours. Certes, il s'agit d'un ouvrage d'origine humaine mais son intégration dans le site est telle qu'on l'admire à l'égal d'une merveille de la nature.

La montée se déroule souvent sur des sentiers créés par les VTT et très originaux.

Le parcours le long du rebord du causse du Larzac est long et particulièrement beau avec ce contraste entre l'immensité horizontale du plateau et la verticalité des falaises qui plongent vers la vallée du Tarn. On ne s'y ennue pas car l'orientation change sans cesse.

On peut reprocher deux choses à ce circuit :

La descente depuis le Pas de Destrech n'est pas à la hauteur du reste du parcours, toutefois elle est assez rapide.

Les vues sont le plus souvent en direction d'un environnement urbain, celui de la ville de Millau.

#### Période recommandée :

Le Larzac est magnifiquement fleuri en mai et juin, c'est la période idéale.

Bien aussi en septembre et octobre.

Eviter l'été trop chaud (peu d'ombre sur ce parcours) et l'hiver car montée et descente se font dans des versant Nord qui ne voient pas le soleil.

#### Infos pratiques :

Pas d'eau sur le parcours.

## 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.**

Quand vous êtes sur le parking, vous repérez sur son côté Ouest un torrent qui passe en contrebas et un chemin piétonnier aménagé qui le longe. S'engager sur ce chemin avec le torrent à main droite. Après une centaine de mètres, on débouche sur une rue avec la Mairie en face de nous. Prendre la rue à droite. Après trente mètres, prendre sur la gauche un passage entre deux jardins.

Vingt mètres plus loin, le chemin tourne à angle droit à gauche. Encore vingt mètres et au carrefour en T, prendre le sentier à gauche. Ce sentier devient très étroit et sinue dans une ambiance très végétale pour déboucher dans une zone de cascades. Aller jusqu'au bout du sentier pour admirer ces étonnantes cascades en plein milieu du village. Puis revenir quelques mètres en arrière et emprunter une sente herbeuse qui nous monte en quelques pas sur la route.

Prendre la route à gauche, traverser le pont puis prendre tout de suite à droite, le long du torrent. On le longe donc maintenant à main droite. Le chemin est désormais balisé et panneau Sentier des Cascades.

On est sur un chemin piétonnier goudronné avec l'eau tout à côté et on apprécie les jolies cascates. Puis on dépasse une aire de jeux pour enfants et un peu plus loin, le goudron s'arrête, on est maintenant sur un sentier, toujours près de l'eau.

A l'extrémité de ce sentier, on arrive à un carrefour, on peut faire l'aller-retour à la cascade en continuant tout droit mais le parcours nominal balisé jaune tourne à gauche. Le sentier traverse une haie puis remonte un pré en longeant la forêt à main droite.

En haut du pré, on arrive à une fourche et en suivant le balisage jaune on va à droite. Un peu après, on entame alors un superbe parcours le long de falaises surplombantes du plus bel effet. Après cinq minutes, on atteint une zone de cascades particulièrement spectaculaire quand il y a beaucoup d'eau.

Si on peut, on traverse. Si on ne peut pas, voir deux paragraphes plus bas. De l'autre côté, on rejoint un ancien moulin, puis on franchit une passerelle. On poursuit alors sur un bon sentier. qui passe un peu plus loin sous de jolies falaises aux formes surprenantes. Trois minutes et on rejoint un autre sentier. Prendre en épi à gauche en montée direction Corniche du Larzac.

Le sentier balisé jaune s'élève, offrant de belles vues sur la gauche. Trois ou quatre minutes et il s'élargit puis on arrive à un carrefour en T où on prend à gauche avec les balisages GR et jaune. Cent mètres et on débouche sur une route. On va en face. On est à l'attéro parapente, sur notre gauche.

### **40 minutes. Aire d'atterrissage parapente de Brunas.**

Lorsqu'il est impossible de traverser la zone de cascades, il faut rebrousser chemin, retourner au grand chemin herbeux, prendre celui-ci à droite, monter pendant cinq minutes. On débouche dans un pré qu'on traverse. A son extrémité, on traverse une passerelle en béton, on rejoint la route qui va de Creissels au Larzac, on la prend à droite et on arrive à l'attéro parapente.

On prend la piste avec l'attéro sur notre gauche. Marcher maintenant une petite vingtaine de minutes sur cette piste (ponctuellement goudronnée) globalement en descente. On change de cirque. Jusqu'à maintenant, on était dans le cirque de Brunas (c'est moi qui le baptise ainsi car il n'a pas de nom sur la carte) avec ses pentes douces et boisées, désormais on entre dans le cirque du Boundoulaou (un nom qui chante) avec ses falaises.

En bas de la descente, on est désormais sur une routelette goudronnée. Celle-ci franchit un pont puis tourne à droite. Il y a ici un panneau explicatif concernant les chauve souris (en effet, il y a une grotte dans le coin, accessible par la piste qui part à gauche). A partir de ce panneau, marcher sur la route pendant 50 mètres et

repérer un dégagement sur la gauche. Depuis ce dégagement, il y a un sentier qui part en forêt.

Ce sentier n'est pas tracé sur la carte, il a été créé ex nihilo par les VTT. Après une petite dizaine de minutes, il y a une fourche, on prend à gauche avec la trace la plus fréquentée. Encore un peu moins de dix minutes et on débouche sur une piste.

L'emprunter à droite en descente sur quelques mètres. Elle fait un virage à droite et on la quitte alors pour un chemin sur la gauche. Marcher une dizaine de mètres sur ce chemin puis prendre un sentier à gauche. A nouveau, c'est un tracé créé par les VTT.

Ce sentier longe des prés, offrant de nouveau une jolie vue en direction du Viaduc, puis fait un grand virage à gauche et se met à monter en forêt, d'abord dans une chênaie au sous bois de buis puis dans une bouissière sous le couvert des chênes. Le sentier est bien tracé et très régulier. Plus haut, on sort partiellement du couvert forestier et on bénéficie de superbes vues en direction des falaises du cirque, notamment à quelques endroits où le sentier frôle le rebord des falaises.

Enfin, après une petite demi-heure, on débouche dans une clairière au niveau d'un petit col. Aller au bout de la clairière et prendre à droite un sentier balisé VTT6, Trail4, GR et PR.

Ce joli sentier arboré passe près d'un abri sous roche surmonté d'un rocher percé puis on arrive à un carrefour. Panneau. On prend à gauche direction Bel Air.

Six ou sept minutes et on débouche progressivement sur le causse. Encore trois minutes et on arrive à la ferme de Bel Air. Longer la ferme à main droite. Cent mètres et on débouche sur la route. Au passage, admirer la superbe architecture caussenarde de cette ferme (panneau explicatif).

## **2 heures 05. Bel Air.**

Après avoir dépassé la ferme, rejoindre la route. Tourner alors à gauche et quitter immédiatement la route pour prendre une piste à gauche après avoir franchi une clôture. Sept ou huit minutes et on se rapproche du bord du causse puis on le longe joliment avec notamment des vues en direction du Viaduc et ensuite vers la vallée et vers Millau. Un petit quart d'heure et on rejoint sans même s'en rendre compte le sentier balisé GR qui vient directement du col avec la clairière où on est passé tout à l'heure.

Tout en continuant à longer fort joliment le bord du plateau, on entame progressivement une descente. Sur la droite, l'immensité du Larzac et sur la gauche le plongeon abrupt vers le fond du cirque. C'est vraiment très joli.

En restant le plus longtemps possible sur le sentier qui longe de plus ou moins loin le bord du causse, on rejoint la piste quasiment au niveau du belvédère aménagé, après presque une demi-heure de plaisir.

## **3 heures. Aire de vision de Cap de Coste.**

On ira jusqu'au belvédère joliment planté sur son rocher et on en profitera pour lire les panneaux explicatifs.

On marche ensuite cinq minutes sur la piste, on rejoint une route qu'on emprunte sur une centaine de mètres. Il y a un parking sur la gauche. A l'extrémité du parking, on s'engage sur un chemin dans l'herbe en suivant le balisage GR.

Le sentier reprend son cheminement en bord de plateau. On ne s'ennuie jamais car ça monte, ça descend, ça tourne, l'orientation change régulièrement et les points de vue aussi.

Après une dizaine de minutes, il y a un carrefour. Prendre la branche de droite, balisage VTT. A cet endroit, en prenant deux fois à gauche, on peut redescendre directement sur Creissels par un joli chemin bien tracé.

Notre sentier, toujours balisé GR, continue à longer le bord du causse avec notamment quelques passages de toute beauté. Le sentier ne cesse de monter progressivement et après environ 25 minutes, on atteint une zone d'antennes qu'on évite par la gauche. Le décor change alors car on pénètre maintenant dans une

pinède.

Durant une dizaine de minutes, on descend progressivement dans cette pinède. Puis le sentier s'élargit. Trois minutes quasi horizontalement et attention à ne pas rater un carrefour. A cet endroit, prendre un sentier qui descend sur la gauche, balisage VTT.

Une minute après, on prend pied sur la route qu'on quitte de suite pour poursuivre sur le sentier GR et PR. Deux ou trois minutes de descente et le sentier se faufile entre deux barres rocheuses, c'est le Pas de Destrech.

#### **4 heures 05. Pas de Destrech.**

Encore trois minutes de descente et on retrouve de nouveau la route qu'on quitte encore de suite pour un grand chemin, toujours balisé GR et PR. Cent mètres sur ce chemin et à la fourche, on prend à droite. Encore deux minutes de descente et nouvelle fourche, on prend encore à droite, toujours GR et PR.

On descend sur un large tracé qui sert manifestement de chemin de débardage et est assez peu agréable à parcourir. Plus bas, il se transforme en sentier mais très caillouteux, ce n'est pas tellement plus sympa. Vingt minutes qu'on a passé le Pas de Destrech et on arrive à une route. La prendre à gauche.

Deux minutes sur cette route et elle fait un virage à droite. On la quitte pour une piste à gauche. Une légère montée puis un replat et après cinq minutes, la piste devient un sentier. En vérité, il s'agit d'une ancienne route qui a été abandonnée et la nature a repris ses droites, du coup on évolue sur un sentier goudronné !

Sept à huit minutes sur ce sentier avec de belles vues sur la droite et on arrive aux maisons des Combes Hautes dont la restauration se termine. Le chemin créé ex-nihilo contourne les maisons par la droite. Puis on rejoint la route d'accès aux maisons.

On entame alors la dernière descente sur une route goudronnée. En sept ou huit minutes, on atteint les premières maisons de Creissels. Deux minutes de plus et on arrive à un carrefour en T. On ne va ni à droite ni à gauche mais on prend l'escalier qui démarre derrière l'arrêt de bus.

L'escalier se prolonge par un chemin bétonné. En bas, on traverse la rue et on continue dans la rue qui descend fortement. Elle fait un virage à droite. Une centaine de mètres et on remarque un panneau Avenue des Cascades sur la gauche. Ce panneau est fixé sur le pilier du portail d'une maison. Quitter ici la route et longer la maison et son portail à main droite. On trouve alors le haut d'un escalier.

On emprunte cet escalier puis un agréable chemin herbeux sous les cèdres qui nous ramène directement au parking.

#### **5 heures. 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.