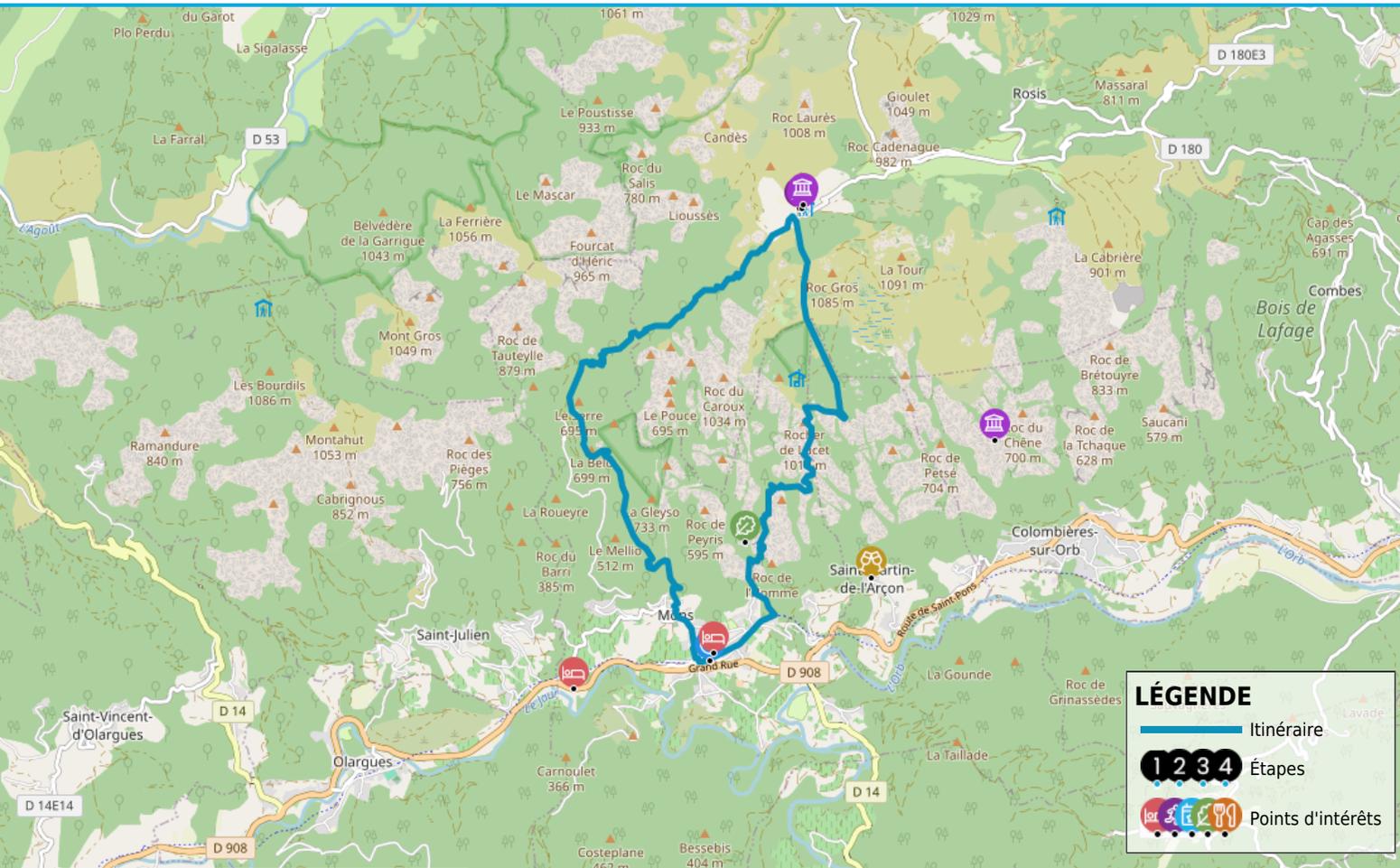


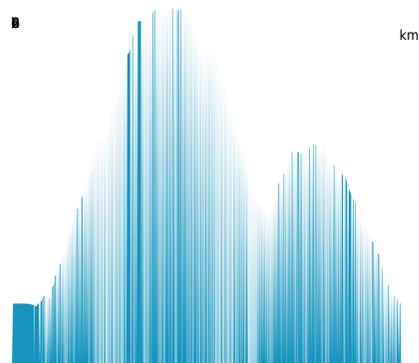
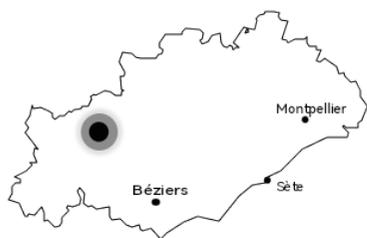
ESPACE TRAIL MONTAGNES DU CAROUX - PARCOURS 5 - LES GORGES D'HERIC

https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/espace-trail-montagnes-du-caroux-parcours-5-les-gorges-d-heric-mons-la-trivalle_TFOITILAR034V52I4WM/



INFOS PRATIQUES

- Trail
- MONS
- Boucle
- 17.2km
- 4h 10 min
- Difficile
- + 1200m
- 1200m



PROFIL DE DÉNIVELÉ

SURICATE
TOUS SENTINELLE DES SPORTS DE NATURE
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

SIGNALER UN PROBLÈME
sentinelles.sportsdenature.fr



Ce parcours vous emmènera à la découverte des Gorges d'Héric et du plateau du Caroux par l'emblématique sentier des gardes. Vous découvrirez un itinéraire aussi technique que sauvage, offrant une diversité de paysages et de points de vue. Vous passerez par des sites exceptionnels tels que la table d'orientation, véritable belvédère sur la vallée de l'Orb, le hameau d'Héric, typique de l'architecture locale avec ses maisons en pierres aux toitures couvertes de lauzes, ou encore le col du Bardou, simplement sauvage !

Nos conseils

Sur ce parcours, les sorties nocturnes sont vivement déconseillées, car elles impactent fortement la population de mouflons.

COMMENT VENIR ?



OFFICE DE TOURISME DU MINERVOIS AU
CAROUX - B.I.T DES GORGES D'HÉRIC
Avenue de la Gare
34390 MONS

QUI CONTACTER ?



**ESPACE TRAIL MONTAGNES DU
CAROUX - PARCOURS 5 - LES GORGES
D'HÉRIC**
Tel : +33 4 67 97 06 65
Email : tourisme@minervois-caroux.com

Les étapes du circuit

- 1 De MONS à MONS**
Départ de l'office de tourisme de Mons-la-Trivalle : prendre la rue qui longe sur la gauche le café. Tourner à droite rue de la justice puis poursuivre tout droit la route des Gorges d'Héric sur 600m.
- 2 De MONS à MONS**
Intersection : Après 1km sur la voie verte, tourner à gauche et monter le chemin pour rejoindre la passerelle des Soupirs.
- 3 De MONS à SAINT-MARTIN-DE-L'ARCON**
Passerelle des soupirs : début des Gorges d'Héric, site naturel classé, composé de bassins naturels et cascades. Traverser la passerelle et prendre à gauche le Sentier des Gardes. Monter en suivant le balisage GRP (jaune/rouge) et PR jaune pour rejoindre le carrefour Saint Martin (montée de 2.7km et 480m+).
- 4 De SAINT-MARTIN-DE-L'ARCON à SAINT-MARTIN-DE-L'ARCON**
Carrefour Saint Martin : Tourner à gauche direction refuge de Font Salesse. Au Rocher de Lucet (alt.1000m), à l'intersection de sentiers, quitter le balisage points rouge et prendre à droite pour rejoindre la table d'orientation. Aller jusqu'à la table d'orientation.
- 5 De SAINT-MARTIN-DE-L'ARCON à ROSIS**
Table d'orientation : panorama sur la vallée de l'Orb. Continuer en suivant l'itinéraire GR. Après sur 600m, à l'intersection de chemin, prendre le 3ème chemin en partant de la droite. Aller jusqu'au hameau de Douch.
- 6 De ROSIS à MONS**
Tourner à gauche, suivre le GR. Passer le Col de l'Airole, le hameau d'Héric et rejoindre le col du Bardou
- 7 De MONS à MONS**
Tourner à gauche et suivre le GRP (balisage jaune/rouge) pour redescendre sur le village de Mons.

SUR VOTRE CHEMIN...



OFFICES DE TOURISME

OFFICE DE TOURISME DU MINERVOIS AU CAROUX EN HAUT LANGUEDOC - MAISON DES MONTAGNES DU CAROUX
à moins de 500m du départ
MONS-LA-TRIVALLE
+33 4 67 97 06 65
<https://www.minervois-caroux.com>
Labels : Accueil Vélo

Hameau de Douch

à 8.5km du départ
BÂTIMENTS CIVILS
ROSI
+33 5 32 11 09 45
<http://www.tourisme-montsetlacsenshautlanguedoc.com>

DOMAINE DU JAUR

à 1.5km du départ
GÎTE DE SÉJOUR
MONS-LA-TRIVALLE
+33 4 30 40 26 43

Maison du Mouflon et du Caroux

à 8.5km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
ROSI
+33 4 67 23 60 73
<https://rosis-languedoc.fr/>



VINS & PRODUITS DU TERROIR

LE MAS DU ROUYRE
à 3.5km du départ
VENTE DE VINS AU CAVEAU
SAINT-MARTIN-DE-L'ARCON
Labels : Vignobles et Découvertes



PATRIMOINE NATUREL

LES GORGES D'HERIC
à 1.5km du départ
GORGES
MONS-LA-TRIVALLE
+33 4 67 97 06 65
<https://www.minervois-caroux.com/fr/decouverte/gorges-d-heric.html>
Labels : Oenotour



PATRIMOINE CULTUREL

DONJON DE COLOMBIERES SUR ORB
à 8km du départ
CHÂTEAUX ET SITES DE DÉFENSE
COLOMBIERES-SUR-ORB



GÎTES D'ÉTAPE & GÎTES DE SÉJOUR

L'INTERLUDE
à moins de 500m du départ
GÎTE DE SÉJOUR
MONS-LA-TRIVALLE
+33 7 67 89 73 00
<https://www.gite-interlude.com/>