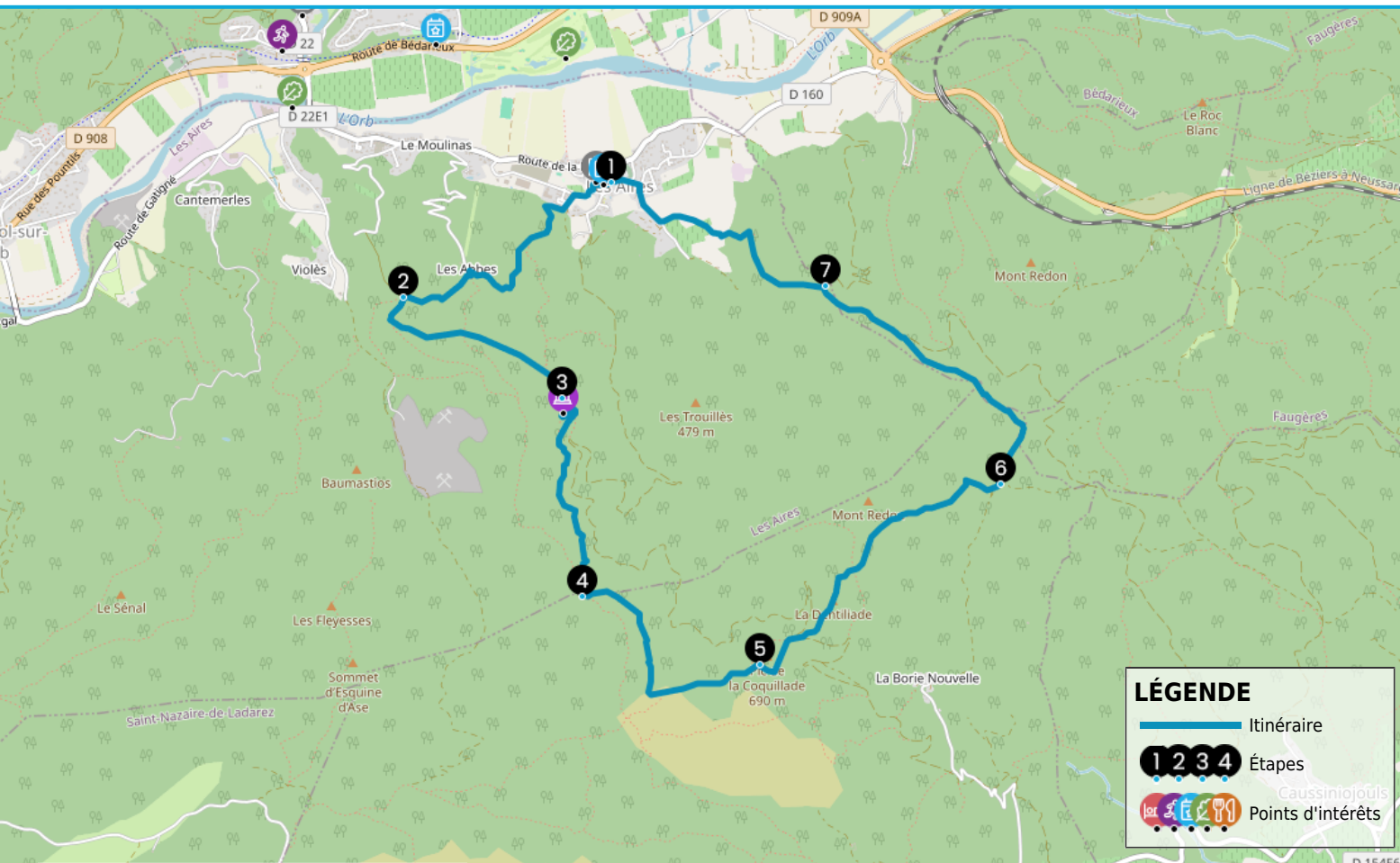


ESPACE TRAIL MONTAGNES DU CAROUX - PARCOURS 8 - MOURCAIROL

https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/espace-trail-montagnes-du-caroux-parcours-8-mourcairol-les-aires_TFOITILAR034V52LXER/



INFOS PRATIQUES

- Trail
- LES AIRES
- Boucle
- 11.5km
- 2h 15 min
- ★★★★☆ Moyen
- + 650m
- 650m



PROFIL DE DÉNIVELÉ



SURICATE
TOUS SENTINELLE DES SPORTS DE NATURE
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

**SIGNALER
UN PROBLÈME**
sentinelles.sportsdenature.fr





COMMENT VENIR ?



PARKING PLACE DE L'AIRES
Chemin Neuf
34600 LES AIRES

QUI CONTACTER ?



Office de Tourisme Grand Orb
Tel : +33 4 67 95 70 91



BIT Lamalou Les Bains
Site : www.tourisme.grandorb.fr

Au départ du village des Aires, cet itinéraire vous conduira au cœur de la forêt domaniale de Saint Michel, entre sentiers monotraces et chemins forestiers.

La première partie au profil montant vous conduira jusqu'à la chapelle Saint Michel, surplombant les ruines du château et du village médiéval de Mourcairol (XIIème Siècle), d'où vous profiterez d'un magnifique panorama sur la vallée de l'Orb et le massif du Caroux.

Vous poursuivrez sur terrain technique jusqu'au point haut avant de profiter d'une descente plus roulante pour revenir au point de départ. Un itinéraire idéal pour allier découverte du patrimoine local et travail de changement de rythme sur terrain varié.

Nos conseils

Sur l'itinéraire, le balisage trail est volontairement limité aux principales intersections. Entre deux balises trail, suivre le balisage randonnée PR jaune.

Consultez les prévisions météo jusqu'au moment du départ.

Informez un proche de votre itinéraire et des horaires prévus.

Renseignez-vous sur l'état du parcours (ouverture, enneigement...) et sa difficulté auprès de l'Office de Tourisme.

Les étapes du circuit

1

De 1 à 2

Départ du village Les Aires : devant l'église tourner à droite et suivre le sentier Saint Michel (balisage PR jaune). 20 m plus loin, place Mourcairol, tourner à gauche et descendre l'escalier entre les maisons pour rejoindre le sentier. Passer le pont et remonter le long des vignes avant de prendre la piste forestière à droite (balisage PR jaune). A l'entrée du hameau de l'Abbès, aller à gauche puis, après la dernière maison, suivre le sentier à droite jusqu'au chemin cimenté.

2

De 2 à 3

Intersection route : tourner à gauche et remonter la route cimentée sur 1 km pour atteindre le castrum médiéval de Mourcairol. Passer la porte médiévale. 200 m plus loin, avant de poursuivre le sentier en direction du col de Ramas, prendre le sentier à droite pour faire un aller-retour jusqu'au sommet des ruines de Mourcairol.

3

De 3 à 4

Ruines de Mourcairol : au sommet, découvrez la chapelle Saint Michel, surplombant les ruines du château de Mourcairol (XIIème Siècle) et un panorama imprenable sur la vallée de l'Orb et les massifs du Caroux et de l'Espinouse. Ce fort contrôlait l'ancienne voie romaine qui reliait Béziers à Cahors en longeant Mercoirol et Rhèdes. Redescendre et poursuivre le sentier à droite en direction du col de Ramas.

4

De 4 à 5

Col de Ramas : au col de Ramas, gravir le raidillon à gauche sur 150 m avant de longer la crête pour rejoindre le col de la Blaque sur une section technique. Au col de la Blaque, tourner à gauche pour rester sur la crête et rejoindre le Pic de la Coquillade par un sentier monotrace plus roulant.

5

De 5 à 6

Pic de la Coquillade : à l'embranchement de la piste, tourner à droite et descendre la piste sur 250 m avant de bifurquer à gauche sur le talus en direction de la Dentiliade, point de vue atteint après une courte remontée. Continuer ensuite tout droit la descente dans les bois. Le sentier dévale dans un talweg, remonte rive droite dans les bois et se hisse de nouveau sur la crête.

6

De 6 à 7

Intersection : le sentier rejoint successivement deux sentiers venant de La Borie Nouvelle et de Caussinijouls. Tourner alors à gauche et poursuivre le sentier sur 1.3 km. A la jonction avec la piste, tourner à gauche et descendre la piste sur 600 m.

7

7

Intersection : quitter la piste pour prendre le sentier à gauche descendant au milieu des bois (attention, balisage randonnée peu visible) sur le versant nord de la crête de la Femme-Morte. Descendre sur 1 km avant de rejoindre la route. Tourner alors à droite, puis 200 m plus loin tourner à gauche pour rejoindre le centre du village des Aires et ainsi terminer l'itinéraire.

SUR VOTRE CHEMIN...



SERVICES UTILES

Arrêt de HERPIAN - RTE DE LAMALOU
à 1.5km du départ
HERPIAN
<https://lio.laregion.fr>

Arrêt de HERPIAN - Centre
à 2km du départ
HERPIAN
<https://lio.laregion.fr>

Arrêt de CABREROLLES - EGLISE
à 8km du départ
CABREROLLES
<https://lio.laregion.fr>

POINT D'EAU POTABLE
à moins de 500m du départ
LES AIRES

Arrêt de HERPIAN - Rte de Lamalou
à 1.5km du départ
HERPIAN
<https://lio.laregion.fr>

Arrêt de HERPIAN - Centre
à 2km du départ
HERPIAN
<https://lio.laregion.fr>

Arrêt de CABREROLLES - EGLISE
à 8km du départ
CABREROLLES
<https://lio.laregion.fr>

TOILETTES PUBLIQUES
à moins de 500m du départ
LES AIRES

Arrêt de HERPIAN - Rte de Lamalou
à 1.5km du départ
HERPIAN
<https://lio.laregion.fr>

Voie verte
à 2km du départ
HERPIAN
+33 4 67 67 67 67

Point d'eau potable
à moins de 500m du départ
LES AIRES

Point d'eau potable
à 2km du départ
HERPIAN

Arrêt de LAMALOU-LES-BAINS - Parc
à 4km du départ
LAMALOU-LES-BAINS
<https://lio.laregion.fr>

Point d'eau potable
à moins de 500m du départ
LES AIRES

Point d'eau potable
à 2km du départ
HERPIAN

Arrêt de LAMALOU-LES-BAINS - PARC
à 4km du départ
LAMALOU-LES-BAINS
<https://lio.laregion.fr>

POINT D'EAU POTABLE
à 1.5km du départ
HERPIAN

Arrêt de HERPIAN - CENTRE
à 2km du départ
HERPIAN
<https://lio.laregion.fr>

Arrêt de LAMALOU-LES-BAINS - Parc
à 4km du départ
LAMALOU-LES-BAINS
<https://lio.laregion.fr>



VINS & PRODUITS DU TERROIR

ALMA CERSIUS - CAVEAU D'HÉRÉPIAN
à 2km du départ
VENTE DE VINS AU CAVEAU
HERPIAN
+33 4 67 95 03 53
<https://almacersius.com/>
Labels : Vignobles et Découvertes



ACTIVITÉS & LOISIRS

CAROUX FREERIDE
à 4km du départ
VTT
LAMALOU-LES-BAINS
+33 7 83 98 86 59
<https://www.facebook.com/Caroux-freeride-114707747885706/>
Labels : Accueil Vélo



PATRIMOINE CULTUREL

MUSEE DE LA CLOCHE ET DE LA SONNAILLE
à 1.5km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
HERPIAN
+33 4 67 95 39 95
<https://www.grandorb.fr/Sortir/Musees/Musee-de-la-Cloche-et-de-la-Sonnaille/4343.html>
Labels : Accueil Vélo, Oenotour

CASTRUM DE MOURCAIROL
à 1.5km du départ
CHÂTEAUX ET SITES DE DÉFENSE
LES AIRES
+33 4 67 95 70 91

ANCIENNE ÉGLISE SAINT-MARTIAL
à 2km du départ
SITES RELIGIEUX
HERPIAN



PATRIMOINE NATUREL

Les Sources de Lamalou les Bains
à 0.9km du départ
SOURCES
LAMALOU-LES-BAINS
+33 4 67 95 70 91

Source Vernière
à 2km du départ
SOURCES
LES AIRES
+33 4 67 95 28 15



GÎTES D'ÉTAPE & GÎTES DE SÉJOUR

RELAIS DÉPARTEMENTAL DE CABREROLLES
à 8km du départ
GÎTE D'ÉTAPE
CABREROLLES
+33 7 78 74 45 68



ANIMATIONS & MANIFESTATIONS

MARCHÉ TRADITIONNEL PLEIN VENT - LES AIRES
à moins de 500m du départ
LES AIRES
+33 4 67 95 61 44
<https://www.marches-producteurs.com>

SOIRÉE MAS OLIVIER EXPÉRIENCE
à 1.5km du départ
FAUGERES
+33 4 67 95 35 39