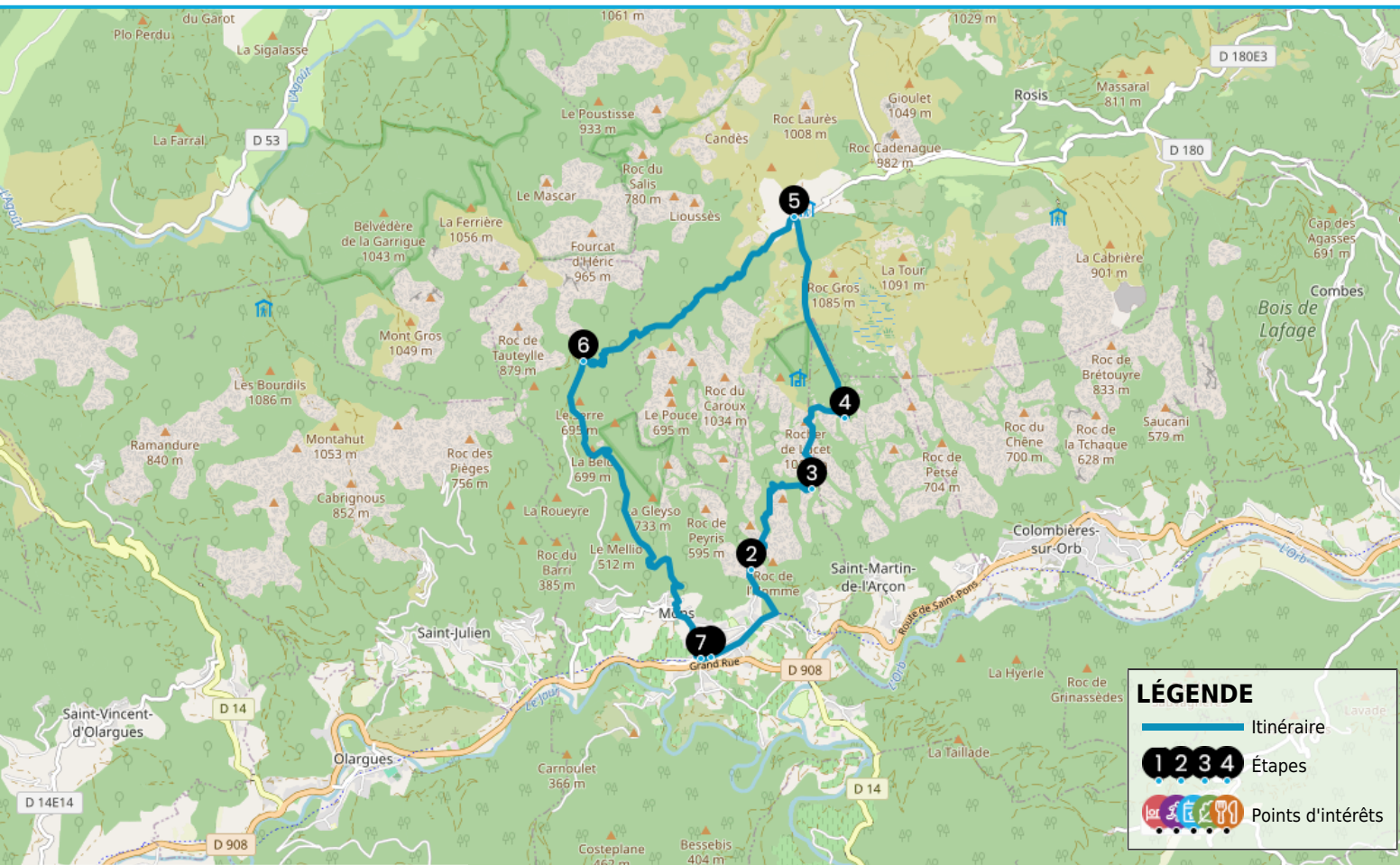


RANDONNEE DES GORGES D'HERIC PAR LA TABLE D'ORIENTATION

https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/randonnee-des-gorges-d-heric-par-la-table-d-orientation-mons-la-trivalle_TFOITILAR034V52NQ8P/



INFOS PRATIQUES

- Pédestre
- MONS
- Boucle
- 17km
- 6h
- Difficile
- + 1160m
- 1160m

Labels : Sentiers d'intérêt de pays



PROFIL DE DÉNIVELÉ





COMMENT VENIR ?



MAISON DES MONTAGNES DU CAROUX
113 Avenue de la Gare
34390 MONS

QUI CONTACTER ?



Office de Tourisme du Minervois au Caroux
Tel : +33 4 67 23 02 21
Site : www.minervois-caroux.com/

Cette randonnée au départ de la Maison des Montagnes du Caroux à Mons-la-Trivalle vous emmènera à la découverte des Gorges d'Héric et du plateau du Caroux par l'emblématique Sentier des Gardes. Vous passerez par des sites exceptionnels tels que la table d'orientation, véritable belvédère sur la vallée du Jaur, le hameau d'Héric, typique de l'architecture locale avec ses maisons en pierres aux toitures couvertes de lauzes, ou encore le col de Bardou.

Les bonnes raisons de choisir cet itinéraire

Une boucle pour découvrir le Massif du Caroux pour les plus sportifs.
Un panorama imprenable depuis la table d'orientation du Caroux.
Un passage par les Gorges d'Héric permettant de se rafraîchir à mi-parcours.

Nos conseils

Attention aux traversées de ruisseaux entre Douch et le hameau d'Héric après épisodes de fortes pluies.

Vous pouvez croiser des VTT en descente entre le Col du Bardou et le village de Mons. Restez vigilants.

Possibilité de raccourcir le parcours. Voir Randonnée des Gorges d'Héric par la table d'orientation variante courte.

GR® et GR® de Pays sont des marques déposées par la FFRandonnée, elles désignent les itinéraires identifiés sous le nom de «GR®», balisés de marques blanc-rouge ; et sous le nom de «GR® de Pays», balisés de marques jaune-rouge. Ces itinéraires sont des créations de la FFRandonnée. Leur reproduction non autorisée, ainsi que des marques GR® et GR® de Pays constituent une contrefaçon passible de poursuites. Retrouvez tous les GR® sur mongr.fr.

Les étapes du circuit



De Maison des Montagnes du Caroux à la Passerelle des Soupirs

De la Maison des Montagnes du Caroux, emprunter la Voie Verte en direction de Saint-Martin de l'Arçon (direction Est). Après 1km, prendre la sortie des Gorges d'Héric en descendant l'escalier, puis en empruntant le sentier caladé entre les chênes verts qui mène vers l'entrée des Gorges d'Héric. Monter la route des gorges sur 600 mètres jusqu'à rejoindre la passerelle des Soupirs.



De la Passerelle des Soupirs à Carrefour Saint-Martin

Traverser la passerelle des Soupirs et prendre à gauche le Sentier des Gardes. Vous commencerez une montée soutenue par un sentier caladé et ombragé par des chênes verts. Suivez le balisage GRP (jaune et rouge) et PR (jaune) pour rejoindre le carrefour Saint-Martin (altitude 703 m). Prendre à gauche en direction de la table d'orientation du Caroux en quittant le balisage jaune et rouge/jaune.

3

De Carrefour Saint-Martin à la table d'orientation du Caroux

Suivre le balisage trail en montée jusqu'à arriver au plateau du Caroux en alternant passages sur sentier et flancs de rochers. Attention aux glissades par temps humide et restez attentif au balisage à ce niveau du parcours. Au niveau de la bifurcation entre le refuge de Font Salesse et la table d'orientation, prendre la direction de cette dernière qui vous offrira un panorama sur la vallée du Jaur.

4

De la table d'orientation du Caroux à Hameau de Douch

De la table d'orientation du Caroux continuer par un chemin plat et ombragé en suivant le balisage GR (rouge et blanc) et PR (jaune). Après 600m, à l'intersection de chemins, quitter les balisage GR et PR et continuer tout droit en prenant le 3ème chemin en partant de la droite et en suivant le balisage trail. Aller jusqu'au hameau de Douch.

5

De Hameau de Douch à Col de Bardou

Laisser le hameau de Douch à votre droite et prendre à gauche en direction du Col de l'Airole. Poursuivre en direction d'Héric puis du Col de Bardou en suivant tout du long le balisage GR (rouge et blanc).

6

De Col de Bardou à Mons et retour au départ par la voie verte

Du carrefour du Col de Bardou, laisser le balisage GR (rouge et blanc) et tourner à gauche. Suivre ensuite le GRP (balisage jaune/rouge) en direction de Mons jusqu'à arriver au centre-village de Mons-la-Trivalle.

7

Mons et retour au départ par la voie verte

Du centre-village de Mons-la-Trivalle, tourner à gauche sur la Voie Verte jusqu'à rejoindre la Maison des Montagnes du Caroux.

