

CIRCUIT DE STE MARTHE



Une randonnée proposée par naucelle

Une invocation à Ste Marthe, patronne des hôteliers et de la paroisse de Cabanès

Durée : 2h

Longueur : 7km

Difficulté : Facile

Dénivelé positif cumulé : 230m

Balisage : jaune



Durée :	2h30	Difficulté :	Facile
Distance :	7.65km	Retour point de départ :	Oui
Dénivelé positif :	147m	Moyen de locomotion :	A pied
Dénivelé négatif :	155m	Région :	Massif central
Point haut :	508m	Commune :	Cabanès (12800)
Point bas :	414m		

Description

Depuis Naucelle prendre la direction de Cabanès par la D83 et D283.

Parking : place de l'église

2h - 7km - 1* - dénivelé 230m - balisage jaune

(A) - Depuis la place de l'église, prendre la route direction sud-ouest vers les hameaux de Lespital et de la Bégonie.

Descendre tout droit jusqu'au fond du village de la Bégonie, tourner à droite sur un chemin d'exploitation menant au ruisseau.

Traverser une passerelle et à travers bois (bien suivre le balisage) sur 300m retrouver un chemin qui remonte sur le plateau.

(1) - Le sentier débouche sur une petite route goudronnée reliant les hameaux de Lavanès et de Belmont.

Tourner à gauche, puis à droite, en passant à proximité d'une maison avec une tour carrée et continuer vers la D58. Prendre à gauche, suivre la route sur 1km.

Obliquer à droite jusqu'à la Borie Haute. Après le hameau, continuer jusqu'à la D58 (Les trois pierres). La suivre à droite sur 50m. Bifurquer à gauche sur un chemin de terre puis virer en épingle vers Fenassac.

(2) - A l'entrée du village, laisser le premier chemin à droite et continuer toujours à droite.

Laisser à gauche un premier chemin de terre. Emprunter le suivant à gauche pour redescendre à travers bois jusqu'à l'Escudelle.

Traverser le ruisseau et prendre à droite pour remonter vers Cabanès.

Avant d'atteindre le village, passer entre le cimetière et le hangar communal pour découvrir le chevet roman de l'église. (Remarquer ses 22 corbeaux du 12ème siècle).

Informations pratiques

A proximité

En chemin :

église de Cabanès : chevet roman, bras reliquaire de Ste Marthe, patronne des hôteliers

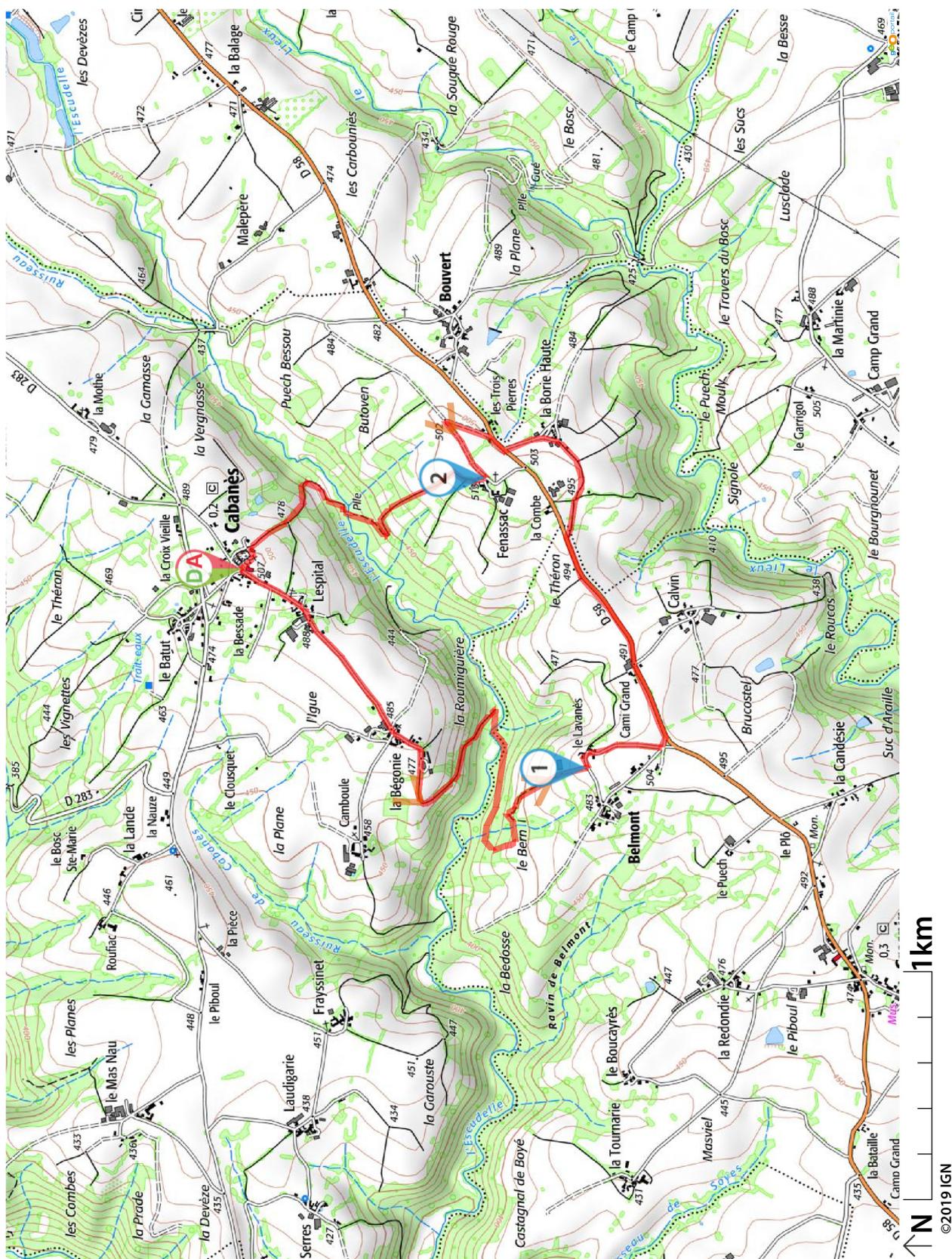
Vallée de l'Escudelle

Donnez-nous votre avis sur : <https://www.visorando.com/randonnee-/1568896>

Points de passages

	D/A
	N 44.185078° / E 2.306002° - alt. 502m - km 0
	1
	N 44.17162° / E 2.295072° - alt. 486m - km 3.27
	2
	N 44.17556° / E 2.310994° - alt. 508m - km 6.04
	D/A
	N 44.185193° / E 2.305973° - alt. 502m - km 7.65

Téléchargez l'application Visorando pour suivre cette randonnée



Visorando et l'auteur de cette fiche ne pourront pas être tenus responsables en cas d'accident survenu sur ce circuit.



LA CHARTE

du *visorandonneur*

Préparation de sa randonnée



BIEN CHOISIR SA RANDONNÉE

en fonction de sa durée, et de sa difficulté, en fonction de ses compétences et de sa condition physique.



CONSULTER LA MÉTÉO

et se renseigner sur les particularités du site : neige, température, horaires et coefficient des marées, vent, risque d'incendie...



S'ÉQUIPER EN CONSÉQUENCE

équipement particulier, moyen d'alerte, trousse à pharmacie, vêtements... et prendre de quoi boire et s'alimenter.



PRÉVENIR

au moins une personne du projet de randonnée.

Comportement pendant la randonnée



RESTER SUR LES SENTIERS

(sauf cas exceptionnel).



RESPECTER

les cultures et les prairies, ne pas cueillir ou ramasser les fruits.



RESPECTER LES INTERDICTIONS

propres au site : ne pas cueillir, ne pas faire de feu, ne pas camper...



REFERMER

les clôtures et barrières après les avoir ouvertes, demeurer prudent en cas de troupeau et s'en écarter.



RAMENER SES DÉCHETS

ne pas laisser de traces de son passage.



ÊTRE DISCRET

respectueux et courtois vis à vis des autres usagers.



GARDER LA MAÎTRISE DE SON CHIEN

le tenir attaché, l'avoir auprès de soi à chaque croisement d'autres usagers, pouvoir le rappeler à tout moment. Randonner avec son chien est à proscrire en présence de troupeaux.



LA NATURE EST UN MILIEU VIVANT

qui évolue avec le temps, randonner c'est partir à l'aventure avec les risques qui y sont liés. Savoir renoncer et faire demi-tour est aussi un geste responsable.

Qu'il soit privé ou public, vous randonnez toujours sur un terrain ne vous appartenant pas, particulièrement s'il est privé, les propriétaires autorisent (généreusement, gracieusement ou aimablement) le passage.

Merci de ne pas poursuivre en justice en cas d'accident ceux chez qui vous randonnez au risque de se voir interdire ce loisir; mais vous pouvez signaler tout risque rencontré.