

## TOUTES LES INFOS PRATIQUES

**i Patrimoine mondial de l'UNESCO**

Cet itinéraire est situé dans la zone cœur du Bien Causses et Cévennes, paysage culturel de l'agropastoralisme méditerranéen.

## PROFIL ALTIMÉTRIQUE



Altitude min 443 m  
Altitude max 860 m

## TRANSPORTS

Pour trouver un moyen de transport rendez-vous sur [Transport Aveyron](#). Pensez au covoiturage et à l'autostop [Rezopouce](#) ; [Aires de covoiturage](#)

## PARKING CONSEILLÉ

Place du Claux

**i Lieux de renseignement**

Office de Tourisme Larzac et Vallées  
Place du Claux, 12230 NANT  
infos@tourisme-larzac.com  
Tel : +33(0)565622364  
<http://www.visit-larzac.com/>



## ACCÈS ROUTIER

Depuis Millau : par la D809, puis la D999  
Depuis l'A75: sortie 47 La Cavalerie, puis la D999 ou sortie 49 Le Caylar, puis D609 et D55.

## SOURCE



CC Millau - Larzac -  
Espace Trail



Espace Trail cofinancé par  
l'Union Européenne



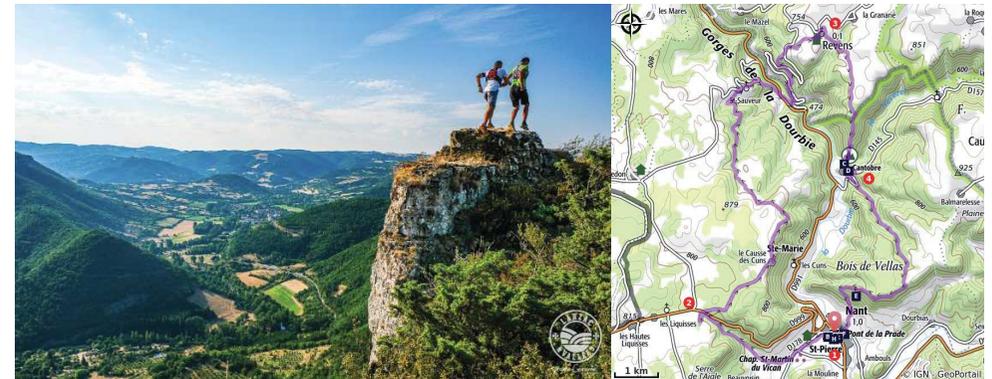
Parc  
naturel  
régional  
des Grands Causses  
Une autre vie s'invente ici



## CIRCUIT DU ROC NANTAIS (TRAIL N°19)



Des Gorges du Tarn au Causse du Larzac - Nant



Le Causse des Cuns (Virginie Govignon - OT Larzac et Vallées)

*Courez dans le sillage des pionniers du trail en France, au gré d'un parcours qui passe par plusieurs sites emblématiques du Festival des Templiers et aussi, aujourd'hui, du Festival des Hospitaliers*

Endurante mais néanmoins accessible, cette boucle surplombe la vallée de la Dourbie, d'abord côté Larzac, puis côté causse Noir et causse Bégon, dans un paysage émaillé de fermes à l'architecture typique. La descente vers le village perché de Cantobre puis la montée au Roc Nantais sont les points d'orgue de ce parcours gravé dans l'histoire du trail !

## INFOS PRATIQUES

Catégorie : À pied

Durée : 3 h 30

Longueur : 30,1 km

Dénivelé positif : 1479 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : Agropastoralisme, Point de vue

Type de rando : Trail

## ITINÉRAIRE



Départ : Nant  
 Arrivée : Nant  
 Balisage :  Millau Espace Trail



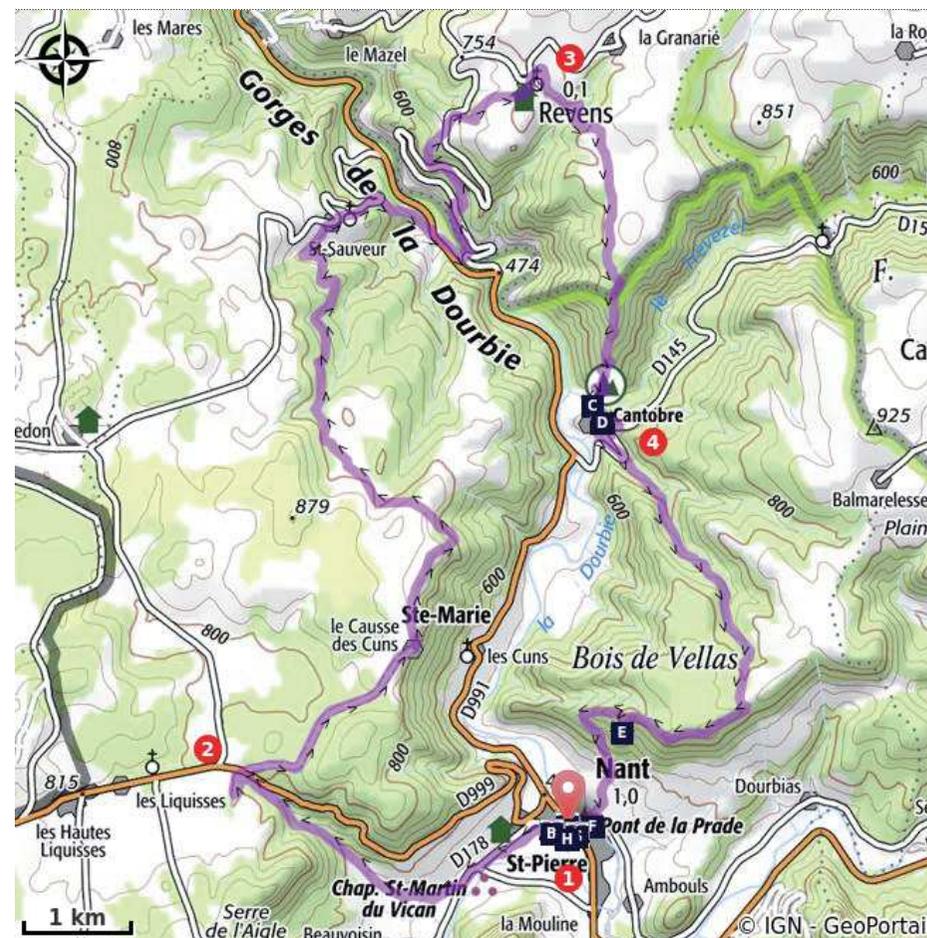
La durée du parcours peut varier de 2h30 à 5h selon le niveau du pratiquant.

1. Depuis la place du Claux se diriger vers la place St-Jacques pour emprunter le chemin des Vernèdes Hautes qui débouche sur la RD178, la suivre à gauche sur 500m. Puis prendre à droite, le ravin de Vallongue (il porte bien son nom), première montée qui mène sur le plateau du Larzac (c'est aussi le GR71D).
2. Une fois sur le Causse, on chemine à pleines foulées de fermes en fermes. Il ne faut pas hésiter à prendre le temps d'admirer l'architecture caussenarde à Baylet, L'Aubiguier (pourquoi pas un crochet aux Aires et aux Homs). Le hameau de St-Sauveur est la première étape avant de plonger dans la vallée pour remonter de suite sur Revens par un très beau sentier bâti.
3. De Revens, on met le cap sur la fameuse descente de Cantobre, un très beau spot « trail » où l'on peut travailler toutes ses qualités de trailers. La visite de Cantobre s'impose. Le site est remarquable, magnifique hameau perché sur son rocher.
4. Puis on s'engage dans un final bien connu des coureurs, à savoir la célèbre montée sur le Roc Nantais et la toute aussi célèbre descente technique du Roc Nantais, cette belle falaise qui domine Nant.

**Recommandations :**

Réserve d'eau de 1,5 l - réserve énergétique - blouson de pluie.

## SUR VOTRE CHEMIN...



- |   |   |
|---|---|
|  La halle de Nant (A)          |  Les canaux des Vernèdes (B)       |
|  Le gypaète barbu (C)          |  Eglise St-Etienne de Cantobre (D) |
|  Le Roc Nantais (E)            |  Le pont de La Prade (F)           |
|  La chapelle des Pénitents (G) |  L'église Saint-Pierre (H)         |
|  Le bâtiment de la Mairie (I)  |   |