



VALLÉE DE LA DORDOGNE

Rocamadour et les 2 vallées

Rocamadour, Vallée de la Dordogne, Midi-Pyrénées



3h30



11km



D+ 295m



Moyen

Vous êtes bien ... en Vallée de la Dordogne !



Paysages :

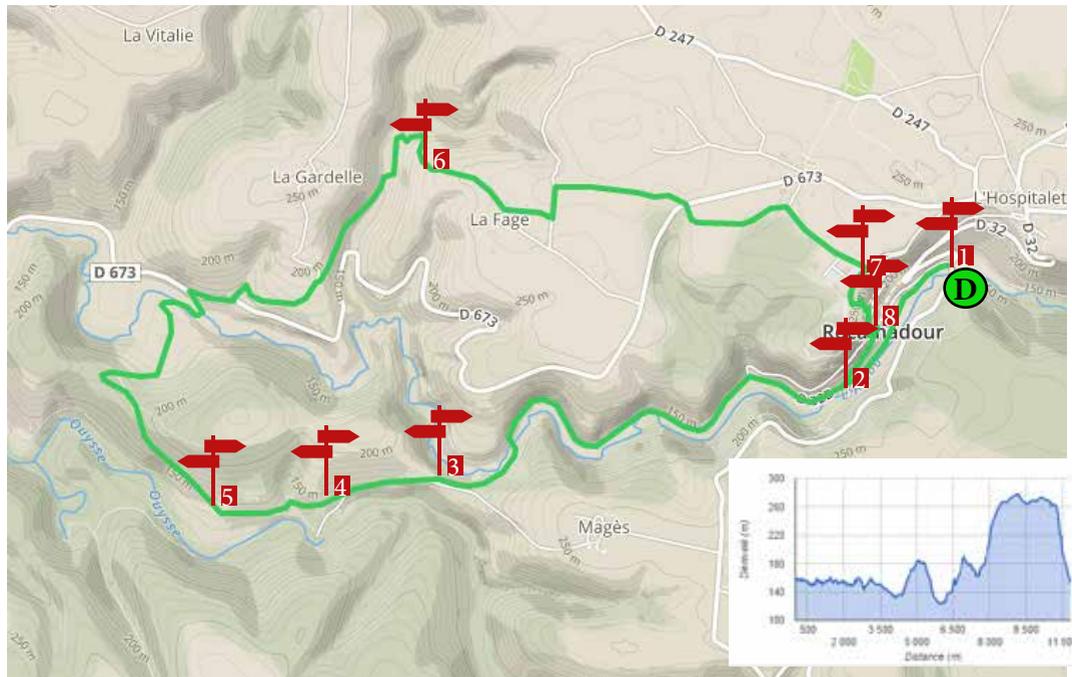


Balisage : Jaune

Intérêts :

- Rocamadour
- Points de vue
- Résurgences

« Au départ de Rocamadour suivez les deux rivières : l'Alzou et l'Ousse.
Découvrez les résurgences, le paysage du causse,
prairies sèches et falaises de calcaire »



Partez du parking de la vallée et empruntez le GR 6 (rouge et blanc) en descendant la vallée de l'Alzou pour arriver au croisement avec le GR 46. Au printemps, vous profitez sur ce parcours d'une flore exceptionnelle : de nombreuses fleurs sauvages très colorées parsèment cette terre pourtant sèche et hostile, où affluent les pierres calcaires (lapiaz) typiques du Causse.



Continuez tout droit par la route en direction de Caoulet. Elle s'enfonce entre les falaises du canyon de l'Alzou, franchit la rivière et s'élève jusqu'au col de Magès. L'Alzou est un ruisseau à régime temporaire : en période de sécheresse, il ne coule plus en surface, mais lors de fortes pluies, il peut inonder les prairies alentours.



A la croix latine, quittez la vallée de l'Alzou en descendant à gauche, vers une des résurgences de l'Ouyasse : le gouffre de Cabouy, par une route (GR 6) qui rejoint une fourche.

Variante : montez par le large chemin à droite, puis descendez à flanc de colline par le sentier en direction de La Fage. Franchissez l'Alzou à gué et gravissez le sentier à droite. Coupez la D 673 et poursuivez l'ascension. Le chemin parcourt le plateau et rejoint le point 5.

Sur la croix latine, remarquez, gravées dans la pierre, la coquille Saint-Jacques et la Sportelle, marques d'un des chemins de Saint-Jacques de Compostelle.

► Le GR6 au départ de Figeac est une variante du Chemin de Compostelle, qui permet aux pèlerins de profiter de la bénédiction de Notre-Dame de Rocamadour.

La sportelle est le signe du pèlerin de Rocamadour, comme la coquille l'est pour Compostelle. Fabriquée dans de nombreux métaux, même en or pour les riches pèlerins, elle a la forme d'une amande, et présente la Vierge de Rocamadour en son centre.



Prenez le chemin blanc qui part tout droit jusqu'à une bifurcation.

Variante : possibilité de prendre à gauche pour aller au gouffre de Cabouy. En le contournant, sur la gauche, puis à droite, rejoignez à travers bois le gouffre Saint-Sauveur, autre résurgence de l'Ouyse, puis revenez sur vos pas jusqu'au point 4.

► Par les résurgences de Cabouy et de St Sauveur les rivières souterraines du causse réapparaissent à l'air libre, sous forme de grosse source. C'est grâce à cette eau que Rocamadour a pu étancher la soif des pèlerins depuis mille ans. La résurgence de Saint-Sauveur est mondialement renommée auprès des amateurs de plongée spéléologique, car le LOT est la 3ème région du monde pour pratiquer cette activité, après la Floride et le Mexique.



Laissez le GR et prenez le chemin qui monte à droite sur les flancs du Pech Teulou, d'où vous aurez une superbe vue sur la vallée de l'Ouyse. En haut de la côte, tournez à droite et amorcez la descente vers l'Alzou. Traversez ensuite sur la passerelle. Puis empruntez la D 673 sur la droite, et au croisement suivant, tournez à gauche. Suivez alors la petite route sur 500 m et descendez le chemin à droite vers la combe des fontaines. Prenez le sentier qui remonte la pente, puis au second croisement, montez à droite sur le chemin, jusqu'au carrefour des Garroustiers.



Continuez vers le hameau de la Fage. Au croisement de deux routes, prenez à gauche puis au carrefour suivant, de nouveau à gauche. 150 m plus loin, empruntez le chemin qui part à droite. Traversez la D673, allez tout droit sur le chemin bordé de murets et rejoignez la D200. Suivez-la jusqu'au parking du château.

► Les murets de pierre sèche sont bâtis sans aucun apport de mortier. Le maintien se fait grâce à la mise en place judicieuse des pierres taillées les unes par rapport aux autres. Tout un art ancestral... Ces murets sont, avec les cazelles et gariottes (cabanes en pierre sèche), les symboles du Parc naturel régional des causses du Quercy.



Longez vers la gauche le mur qui borde le parking et au niveau d'un portail, tournez à gauche pour emprunter le chemin de croix. Rejoignez la rue principale de la cité de Rocamadour.



Prenez le GR 46 sur la droite et descendez jusqu'au fond de la vallée pour rejoindre le point 1. Revenez à gauche ensuite pour regagner le parking de la vallée.

Les falaises surplombent la vallée

Le sanctuaire de Rocamadour

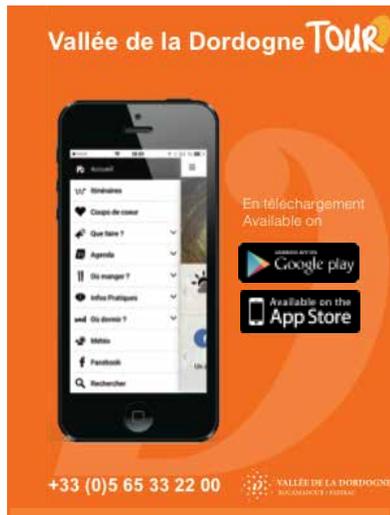
Le canyon de l'Alzou



VOTRE AVIS NOUS INTÉRESSE !!!



N'hésitez pas à vous rapprocher d'un conseiller en séjour dans l'un des points d'accueil de l'office de tourisme Vallée de la Dordogne



Rejoignez-nous sur Facebook



Suivez-nous sur Twitter



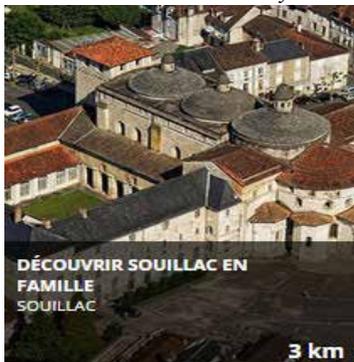
Partagez vos photos sur
Instagram
#ValleeDeLaDordogne

Vous avez aimé cette randonnée ? ... Ne manquez pas les suivantes :

Randonnée à proximité

Randonnée familiale

Randonnée similaire



VALLÉE DE LA DORDOGNE
OFFICE DE TOURISME



Office de tourisme
Vallée de la Dordogne
+33 (0)5 65 33 22 00
www.vallee-dordogne.com