

LES TROIS VALLÉES

→ SITUATION : Albas, 25 km à l'ouest de Cahors par la D 811 puis la D 8.

→ DÉPART : Esplanade sur les berges du Lot à Albas.

Coordonnées GPS : N 44.470695° E 1.236192°

DURÉE : 4h30 (variante de 3h30)

LONGUEUR : 14,7 km (variante de 11 km)

BALISAGE : jaune sur fond marron



1 Sur l'esplanade, prendre à droite. Longer la rivière par l'ancien chemin de halage sous le village. Plus loin, laisser le cimetière à droite et continuer tout droit.

2 Passer un petit pont. À la cale, prendre à droite vers « Cambou ». Sur la placette, s'engager à droite et continuer sur la route jusqu'à la D 8 au niveau du Château Eugénie. La traverser et prendre le chemin en face. Il se transforme en sentier et longe les chais du domaine viticole. Rejoindre la route qui enjambe le ruisseau des Payrols.

3 Poursuivre en face sur un sentier herbeux. Plus loin, rejoindre la route et la longer sur 400 m environ. Laisser 2 chemins sur la gauche avant d'en prendre un plus large et castiné. Le suivre sur plus de 1,5 km, dans la vallée du ruisseau des Payrols. Sur la gauche, voir le tunnel de manganèse puis le rocher « Dent de Charlemagne ». Au fond de la clairière, un passage mène au site naturel des Payrols : marmites, dépôts calcaires et cascades au printemps. À une fourche, suivre le sentier qui monte à droite en traversant un petit ruisseau.

4 Continuer à monter. En arrivant dans le hameau, prendre à gauche sur la petite route goudronnée. Traverser le hameau et suivre la route en direction de la D 37. Plus bas, emprunter sur la gauche un petit sentier forestier. Déboucher sur la D 37. La traverser et prendre en face.

5 Possibilité de raccourcir le circuit en tournant à droite par la route qui

monte. Rejoindre alors le carrefour et continuer tout droit...

Au fond du vallon, suivre tout droit pour rejoindre « Les Courpoux ». Plus loin, traverser la route castinée privée et prendre en face un sentier qui longe les prés. Puis emprunter à gauche le premier sentier rencontré qui passe le ruisseau. À la croisée des chemins, prendre à droite sur 50 m. À gauche, monter à travers bois. Prendre le chemin à droite en descendant. Plus bas, continuer tout droit. Traverser un ruisseau.

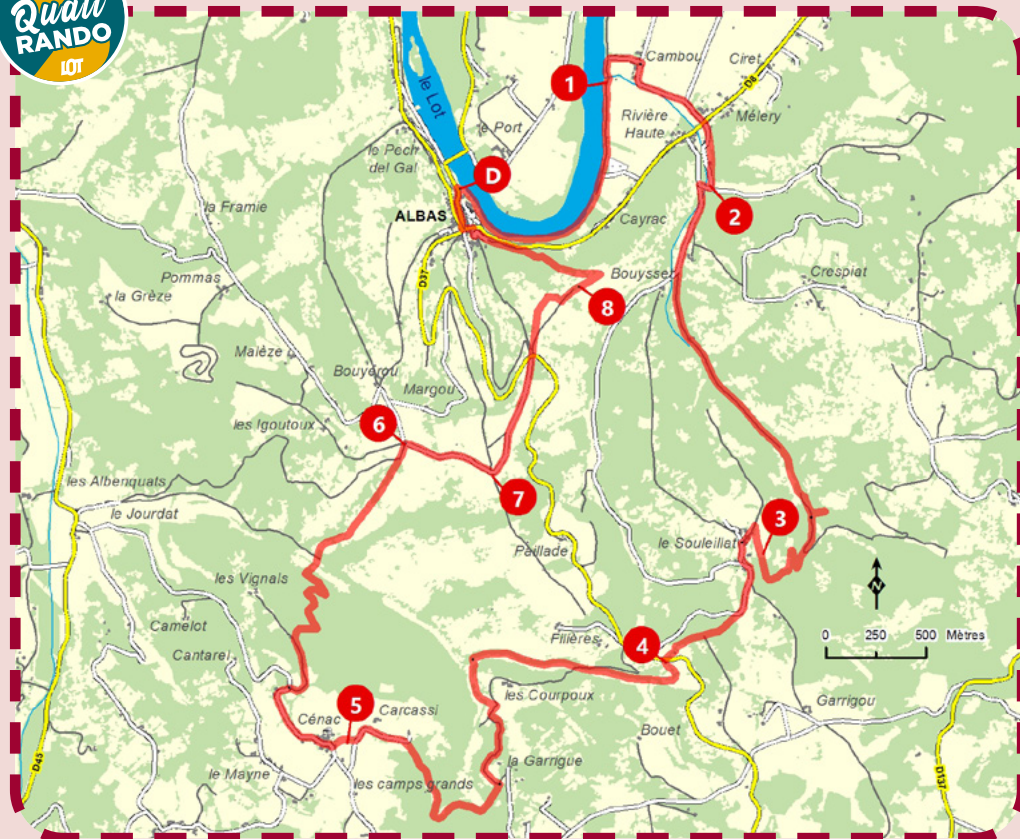
6 Remonter dans le bois. Au prochain croisement, continuer en face et plus loin, tourner à droite. Déboucher sur un chemin castiné qui devient goudronné. 200 m plus loin, trouver une croix sur le bord gauche de la route. Laisser le chemin de vignes sur la droite et continuer tout droit. Ensuite, tourner à droite sur un sentier herbeux.

7 Rejoindre « Cénac ». À la sortie du hameau, tourner à droite sur un chemin castiné. En arrivant en bas, passer sur un petit pont et à la croisée des chemins, prendre le raidillon en face qui arpente la colline.

8 Emprunter sur la droite le chemin de crête castiné. Au prochain croisement, prendre à droite et longer le vignoble de Cahors.

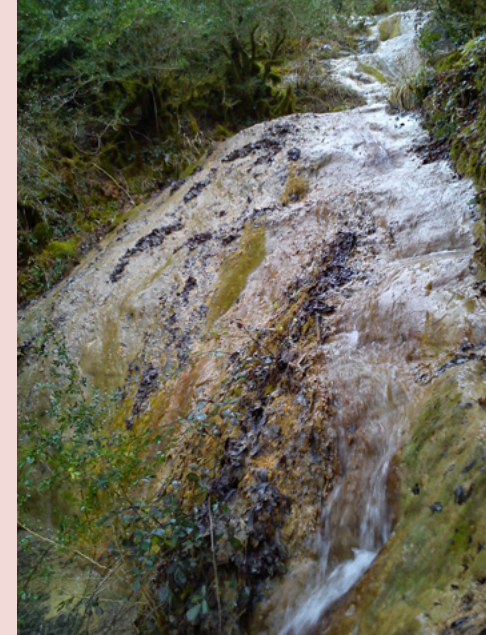
9 Au carrefour de la « Croix Girard », suivre la petite route qui mène à la table d'orientation.

10 Emprunter un passage sur la droite qui mène directement au village par un sentier étroit par la « Cévenne ».



APRÈS LA PLUIE, LES CASCADES

Les sols calcaires du causse ne savent pas retenir l'eau. Sitôt tombée du ciel, celle-ci pénètre dans les failles de la roche et se perd dans les profondeurs. Elle y forme des rivières qui resurgissent parfois à de longues distances, au contact d'une poche argileuse. Dans la vallée du Lot, les eaux qui pénètrent dans le sol s'écoulent le long du versant et forment rapidement des ruisseaux qui jaillissent soudain de terre, quelques heures à peine après la pluie. C'est le cas au lieu-dit « Les Payrols » où au fond d'une vallée moussue et peuplée de buis, un ruisseau intermittent a formé une suite pittoresque de vasques s'étagant sur une dizaine de mètres de hauteur. Par beau temps, elles se vident, mais qu'un orage survienne et l'eau se met à courir en cascade.



« Ce circuit plus sportif vaut vraiment la peine d'être parcouru. Vous irez de vallées en causses et découvrirez des paysages fabuleux. Vous serez récompensé de votre effort avec un magnifique panorama sur la vallée du Lot ! »

À VOIR DANS LA RÉGION...

- Le vignoble de Cahors
- Grézels : château de Lacoste

→ RAVITAILLEMENT
ET RESTAURATION :
Luzech

→ RENSEIGNEMENTS :
Office de Tourisme
Cahors - Vallée du Lot
Bureau de Puy-l'Évêque
05 65 21 37 63
www.tourisme-cahors.fr