

CIRCUIT DES ARTS

5H00 • 12,5 KM

SITUATION : Laroque-des-Arcs, 5 km à l'est de Cahors par la D 653.

DÉPART : Place du Coq à Laroque-des-Arcs (le long de la D 7 vers Constans-Valroufié).
Coordonnées GPS : N 44.476137° E 1.468189°

BALISAGE : Jaune

DIFFICULTÉS PARTICULIÈRES : Descente délicate au retour vers la chapelle Saint-Roch entre 7 et D.



① Partez de la place du Coq, longez l'ancienne église des Récollets . Traversez le ruisseau et longez le terrain de sport puis rejoignez la route et prenez à gauche. Poursuivez sur 100 m et laissez le chemin « Les Cabasses » sur votre droite.

② Montez par le chemin ombragé à droite longeant un mur. Après 1 km de montée à flanc de colline conduisant sur le plateau « Pech de Coutal » ; empruntez le chemin qui se trouve sur un long « cayrou » (amas de pierres) sur 1 km environ.

③ Arrivez à un carrefour de chemins, prenez à droite et rejoignez la D 7 et le village de Constans.

④ Après le rond-point, suivez la route tout droit pendant 200 m, empruntez l'escalier sur votre droite et traversez l'espace paysager puis retrouvez la route menant à Lagarde.

⑤ Traversez le hameau. À la sortie, prenez un chemin de terre à droite en direction de la combe de Nouaillac. Descendez vers la vallée, arrivez sur un site dominant le ruisseau de Triguedina. Rejoignez le sentier pour continuer votre descente jusqu'à la traversée d'un tunnel de buis. Poursuivez pour rejoindre un chemin castiné et au

croisement, prenez à gauche. À l'intersection suivante prenez à droite.

⑥ Quittez ce chemin pour prendre en montant la direction du hameau de « Miralasse ». Arrivez à la route, prenez à gauche en direction de « Bassaler ». Prenez le chemin castiné sur votre droite. Passez sous le tunnel autoroutier, laissez le chemin à gauche et montez direction « Mels ». À la route, prenez à gauche pour arriver sur la place du village.

⑦ Engagez-vous sur votre droite entre les maisons. Continuez ce chemin qui monte en direction d'une antenne de télécom. Suivez ce chemin pour arriver au hameau abandonné de « Pountiès ». Arrivez à un carrefour, poursuivez en prenant à droite.

⑧ Continuez sur le sentier (vues sur le Lot), descendez prudemment (sentier glissant) vers la chapelle Saint-Roch et terminez votre randonnée en rejoignant le bourg.



Carte IGN N° 2038SB

« Au départ de l'église des Récollets, ce circuit sportif vous conduit sur les communes de Bellefont la Rauze et Lamagdelaine et vous offre une palette de paysages, de sensations et d'émotions. »

À VOIR

aux alentours :

- Cahors « Ville d'Art et d'Histoire »
- Laroque-des-Arcs: vestige d'aqueduc gallo-romain, chapelle St Roch



LA CHAPELLE SAINT-ROCH

Présente depuis l'époque romaine sur son éperon rocheux, la chapelle de Saint-Roch a subi deux destructions au fil des siècles. La dernière reconstruction remonte à 1872 lors de la construction de la route départementale. Des traces de l'aqueduc gallo-romain sont encore visibles au Pech de Clary près de la chapelle ainsi que des ruines de la tour de péage par lequel les seigneurs prélevaient un droit sur les voyageurs qui empruntaient la route de Vers.