






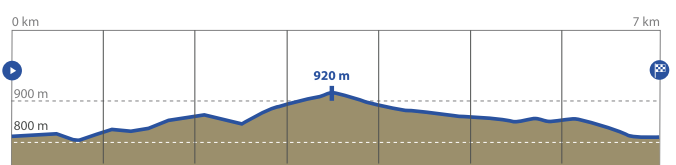


-  Départ du circuit
-  Sens du circuit
-  Variante retour
-  Panneau thématique
-  Point de vue
-  Table de pique-nique
-  Point d'intérêt

 7,0 km
  D+ 185
  Facile
  2h15
 Le temps de marche est calculé sur la base de 3 km/h (familiale)



LE PAS À PAS ...

- 1** Depuis le parking, prendre la direction N.O dans la forêt, dépasser une barrière et partir à droite sur une large piste forestière (panneaux « sentier de la hêtraie »). Tout au long de la 1ère partie de ce circuit, 15 pupitres informatifs numérotés permettent de découvrir l'écosystème forestier, le développement du hêtre ainsi que la faune et la flore.
- 2** Après 600 m, peu après le panneau d'information N°4, faire un A/R sur la droite (150 m) pour voir le « four des verriers » (panneaux directionnels). Au niveau du panneau N°7, quitter la piste qui, dans un lacet, part à droite et monter sur le chemin à gauche (itinéraire commun avec le GRP « Tour des monts et des lacs du Lévézou » balisage rouge et jaune). Au niveau du panneau N° 8, ignorer la piste à gauche et poursuivre sur le petit sentier en face (on quitte le GRP « Tour des monts et des lacs du Lévézou »). Rapidement, on chemine en lisière de la hêtraie avec de beaux points de vue vers le sud et vers le Sommet du Lagast (antennes).
- 3** Juste avant la jonction avec la D 56, emprunter la passerelle à gauche, traverser la D 56 et partir à gauche sur la piste. Après une zone de coupe forestière, laisser partir la piste dans un lacet à droite et emprunter le sentier à gauche. Traverser un petit ruisseau en contrebas et poursuivre jusqu'à la route sur ce joli petit chemin creux dit « chemin de la Franquèze ».
- 4** Tourner à droite sur la route vers Saint-Paul. Ignorer les chemins qui desservent la ferme et arriver à un croisement. Prendre à droite la « Route de la Pyramide » et poursuivre jusqu'au sommet. Après 100 m, remarquer, à droite, la « croix des 3 cantons », la bien-nommée puisqu'elle implantée aux confins des cantons de Salles-Curan, de Cassagnes-Bégonhès et de Réquista.
- 5** Sommet du Lagast (928 m) Point de vue à 360°, table d'orientation, bancs. Contourner le bâtiment de relais TV par la gauche et, par plusieurs lacets, descendre dans la forêt. Arriver à une piste ; La prendre à gauche.
- 6** Ignorer la piste à droite et continuer dans la même direction. 100 m avant la D 56 qu'on aperçoit déjà, quitter la piste et prendre le sentier à droite. Arriver à la D 56, la traverser, passer sur la passerelle déjà empruntée à l'aller et prendre la piste à droite. Arriver à un croisement de pistes, ignorer celle de gauche (panneau N° 15) et prendre à droite. Rejoindre le site aménagé et le parking.

PETIT RAPPEL BALISAGE

PR PROMENADE
& RANDONNÉE



BONNE
DIRECTION



TOURNER
À DROITE



TOURNER
À GAUCHE



MAUVAISE
DIRECTION

CHARTRE DU RANDONNEUR UN COMPORTEMENT RESPONSABLE

- RENSEIGNEZ-VOUS SUR LA MÉTÉO.
- PORTEZ DES VÊTEMENTS ET CHAUSSURES ADAPTÉS
- PRÉVOIR UNE QUANTITÉ D'EAU SUFFISANTE POUR LA JOURNÉE.
- CHOISIR SA SORTIE EN FONCTION DE SES CAPACITÉS, SPÉCIALEMENT S'IL Y A DES ENFANTS.
- NE VOUS ÉCARTEZ PAS DES CHEMINS BALISÉS.
- NE JETEZ PAS VOS DÉCHETS DANS LA NATURE.
- RESPECTEZ LA NATURE.

EN CAS D'URGENCE :
LE CENTRE DE SECOURS DES POMPIERS : 18
LE SAMU : 15