



Le Caroux : Caractéristiques

| | |
|----------------------------|--------------------------|
| Côte d'Amour : Deux coeurs | Randonnée Très Difficile |
| Secteur géographique | Ht-Languedoc |
| Index IBP | 128 |
| Date de mise à jour | 05/10/2019 |
| Durée | 7 h 00 |
| Dénivelée | 1250 m |
| ign | 2543OT |
| Distance | 17,0 Km |
| Période recommandée | mai juin |

Bon à savoir :

Accès et parking :

Parking de l'Eglise à Mons La Trivalle.

Présentation :

Le Caroux est un massif réputé, à juste titre, pour ses paysages spectaculaires. On va ici admirer les Gorges d'Héric depuis les deux versants qui les dominent et depuis les deux extrémités. Ces grandes parois et aiguilles de gneiss ont réellement beaucoup d'allure. L'ambiance est vraiment montagne.

Un petit tour sur le plateau sommital permet de jolies vues vers le sud et la vallée de l'Orb 900 mètres plus bas.

Période recommandée :

Périodes favorables : mai et juin, quand la végétation est enfin sortie du long hiver Carouxien.

Eviter l'été, très chaud, et l'hiver, austère.

Infos pratiques :

Eau et tables de picnic à Douch (4 heures).

Abri et table de picnic à Font Salesse (4 h 35).

Circuit très long et forte dénivelée. Pas à la portée de tous.

Le topo :

Revenir vers l'entrée du village. Prendre à gauche la rue du Couladou. Dès le début de cette rue, on note le GRP qui part sur la droite, on l'ignore mais c'est par là qu'on reviendra. Monter dans les maisons. Au bout de la ruelle, il y a un parking 3 places. Prendre le sentier à droite de ce parking et qui aboutit juste au dessus sur une route cimentée. La prendre à droite. On est de nouveau sur un GRP avec également un balisage bleu.

Presque tout de suite, le GRP part à gauche, on l'ignore puis on marche 100 mètres et le balisage bleu part à droite, on l'ignore également. On poursuit sur un sentier qui démarre à gauche d'un portail vert et on s'enfonce en forêt.

A l'origine, la montagne avait été équipée par l'homme de terrasses pour y cultiver les châtaigniers. Tout cela est maintenant abandonné. Le sentier se faufile harmonieusement entre les murettes de pierre qui soutiennent ces terrasses, dans une belle forêt. Bien suivre les balises rouges. Un quart d'heure et on atteint une ruine.

A partir de là, la trace se met à monter sérieusement. On s'élève dans les blocs de gneiss et les chênes verts, avec des vues de plus en plus belles sur les Gorges d'Héric et les parois du versant Ouest du Caroux. Il faut être bien attentif au balisage rouge bien présent.

Un quart d'heure et on atteint un premier col, le Pas du Cabalet, avec une jolie vue si on monte sur le gros rocher à droite. Cinq minutes plus tard, on arrive à ce qui est indiqué comme une grotte sur la carte IGN mais qui est l'entrée d'une ancienne mine (on voit encore les rails au sol). Je n'ai pas trouvé ce qu'on y extrayait. Si quelqu'un possède des infos, je suis preneur.

Après avoir franchi un collet puis une petite descente, la difficulté du sentier s'accroît temporairement. On s'élève dans les rochers en suivant une falaise à main gauche. Un bon quart d'heure depuis la mine et on débouche sur un sentier horizontal qu'on prend à droite. Cinq minutes et on arrive alors au Col de Peyris où il y a un poteau indicateur (1 heure 10).

On prend à gauche vers le col de Coulaïgo. Cinq minutes et on franchit le col de l'Auge. On continue toujours en suivant les points rouges. Dix minutes et on sort de la forêt dans une zone dénudée et très érodée puis on arrive à un col où trône un poteau indicateur n'indiquant rien. D'ici, on prend conscience de la dimension et du caractère du massif qui surplombe les Gorges et qui nous fait face.

On prend maintenant une direction presque opposée à celle d'où on vient en visant le Col de Coulaïgo qu'on devine plus haut. On part en traversée, puis on monte fortement pour atteindre le col après à peine 10 minutes. Vue magnifique vers le Nord et les gorges. Cette portion hors forêt se déroule dans une ambiance vraiment très montagne.

Au col de Coulaïgo, prendre vers l'Ouest un sentier balisé points jaunes dont le départ n'est pas évident à trouver. Après une grosse centaine de mètres dans les chênes verts, on atteint un promontoire avec un immense rocher plat depuis lequel la vue sur la vallée est remarquable.

On continue avec le balisage jaune qu'il faudra s'appliquer à ne pas perdre car le sentier est vraiment tortueux. Une bonne vingtaine de minutes sur ce sentier et on rejoint un autre sentier plus important balisé GRP (2 heures 05).

Le sentier est maintenant en bien meilleur état. On effectue une grande traversée et après un quart d'heure on arrive à un panneau indicateur, on est sous le col de Bardou. Ici, un sentier nous arrive de la gauche. On avance de 20 mètres et on atteint le col de Bardou. Prendre à droite avec le GRP direction Héric.

La descente en lacets progressifs dans les châtaigniers est très agréable. En bas, on traverse le Vialais sur un joli petit pont puis on remonte agréablement le long du ruisseau d'Héric pour atteindre finalement le village du même nom (2 h 50). Ce petit hameau d'Héric, noyé dans la forêt au pied des aiguilles rocheuses, est bien sympathique.

Dans le village, au carrefour, suivre la direction de Douch puis passer devant la buvette. A la sortie du village, laisser la piste à droite et prendre le GR en biais à gauche. Un peu plus loin, on traverse l'Héric sur une passerelle et on attaque la montée vers Douch. Celle-ci est très régulière mais le sentier est en bien mauvais état. Les châtaigniers sont peu à peu remplacés par les hêtres auxquels ils cèdent totalement la place à la fin. On sort ensuite de la forêt dans les genêts et la bruyère et en se retournant, on apprécie le relief rocheux, découpé et gorgesque vers le sud.

Une heure depuis Héric et on atteint un col herbeux, le Col de l'Airole. Là, changement total de décor avec le versant Nord aux



formes arrondies, aux prairies, aux zones de bruyères et de genêts. En contrebas, on aperçoit Douch, vers lequel on se dirige sur un large tracé puis sur un sentier (bien suivre le balisage). Peu avant les maisons, carrefour avec panneaux indicateurs, prendre à droite direction Hameau de La Fage, Tour du Caroux (3 h 55).

A noter que si on a besoin d'eau, on peut continuer en direction du village jusqu'à toucher le goudron et faire vingt mètres à gauche, il y a une source. Egalement une grande table de picnic en pierre.

Revenu au carrefour, attaquer la montée vers le plateau, d'abord dans les genêts et la broussaille, puis à travers un joli bout de hêtraie. En haut de la montée (20 mn), des marches et des murets ont joliment été aménagés. Puis on sort sur le plateau au niveau d'un carrefour où on va tout droit avec les balisages GR et jaune. Les zones de bruyère et de genêts alternent avec des bosquets.

Plus loin, on traverse une agréable hêtraie et ensuite on arrive au refuge de Font Salesse. Table de picnic un peu à l'écart du bâtiment. Du refuge, poursuivre à gauche sur un sentier balisé GR et jaune. Horizontal, ce sentier traverse quelques zones arborées puis une clairière couverte de bruyère et de fougères. Ensuite, on débouche au bord du plateau et les vues sont alors magnifiques. Puis atteint le belvédère du Caroux (4 h 45).

Après un coup d'oeil depuis cet exceptionnel promontoire, on reprend le même chemin. Après environ 200 mètres, au moment où le sentier par lequel on est arrivé quitte le rebord du plateau, il y a une fourche. On est arrivé par le sentier de droite, on prend maintenant le sentier de gauche. Croix jaune sur une pierre, également une marque verte de l'ONF sur cette pierre.

Après un bout horizontal, notre sentier non balisé mais bien cairné, descend puis traverse une grande zone de fougères, franchit un petit ravin et remonte sur quelques mètres. On rejoint ici un sentier qui arrive directement du refuge de Font Salesse (point rouge sur un rocher). La descente proprement dite débute alors. Elle se fait d'abord dans un paysage d'arbres diverses disséminés au milieu des dalles de gneiss, offrant de jolies vues vers la vallée.

Puis on entre dans la chênaie verte. Bien plus bas et après quelques lacets en sous bois, on atteint un carrefour avec des panneaux indicateurs (carrefour de St Martin). On ne prend aucune des directions indiquées mais on prend à droite un sentier qui est malgré tout balisé en jaune et en GRP.

Après une petite descente suivie d'une traversée horizontale, on atteint le Col de Bertouyre (5 h 40). On bascule dans le versant Ouest en admirant cette fois les Gorges d'Héric sous un autre angle. La descente est raide, souvent en escaliers, mais jolie, notamment parce qu'en de nombreux endroits, le sentier a été aménagé. Du beau travail. Une heure de descente et on rejoint le ruisseau qu'on traverse sur un pont (6 h 40).

Après le pont, on tourne à gauche sur la petite route, on laisse le parking payant à gauche, on entre dans les maisons du Verdier et au niveau d'une placette, on prend en épingle à droite une petite allée balisée bleu et toujours GRP.

Une fois passé devant une maison, on continue sur un sentier qui longe une vigne, puis un champ d'oliviers puis on passe un peu plus loin entre deux murs à pierres sèches dans une très jolie forêt. Après cinq minutes, carrefour, laisser le bleu partir à droite et continuer tout droit sur le GRP. Encore cinq bonnes minutes et on atteint les premières maisons de Mons. On emprunte une ruelle, on passe sous un porche et on retrouve la petite rue du départ qu'on prend à gauche pour retourner au parking (7 heures).

Avertissement : Les topos présentés sur ce site n'ont pas un caractère contractuel. Par ailleurs, les utilisateurs doivent disposer des compétences nécessaires pour savoir les lire, les comprendre et les interpréter correctement sur le terrain. Ils doivent également avoir en leur possession la ou les cartes IGN nécessaires (sur papier ou sur GPS y compris hors connexion réseau) et disposer des capacités physiques et techniques indispensables pour pratiquer l'activité concernée.