



La cascade d'Albine et la vire de Roque Rouge : Caractéristiques

Côte d'Amour : Trois coeurs	Randonnée Très Difficile
Secteur géographique	Ht-Languedoc
Index IBP	112
Date de mise à jour	05/05/2024
Durée	6 h 00
Dénivelée	950 m
ign	2543OT
Distance	9,3 Km
Période recommandée	mai juin septembre octobre

Bon à savoir :

Accès et parking :

Parking de la Mairie à St Martin de l'Arçon.

Présentation :

Il faut l'annoncer d'emblée, cette rando est une des deux ou trois plus difficiles du site. Les habitués du Caroux seront à leur aise sur ce terrain mais ceux qui ne connaissent pas doivent savoir qu'il s'agit d'un circuit extrêmement sportif sur un terrain très escarpé, sur des chemins souvent très pentus, constitués de rochers ou de cailloux et qu'il y a quelques passages délicats, notamment la traversée du ruisseau d'Albine s'il y a beaucoup d'eau, la vire de Roque Rouge par endroits impressionnante ou encore le Saut de l'Ane et le tout début de la descente finale qui réclament de l'attention en désescalade.

Ceci étant dit, on est en présence d'un circuit de toute beauté qui se déroule presque entièrement dans une ambiance vraiment montagne. Les points forts sont le départ du très beau village de St Martin de l'Arçon, le passage à la splendide cascade d'Albine, une des trois plus belles de la région à mon avis (avec Aumessas et Saut de Vézoles), la vire de Roque Rouge, facile mais parfois impressionnante, la montée sur le plateau par la piste de l'Esquino d'Aze, le début du parcours sur le plateau avec des vues, le passage à l'extraordinaire Portail des Cades, l'étonnant saut de l'Ane et la descente finale dans une ambiance d'abord de falaises puis au bord du torrent, qui plus est par un sentier qui n'est pas indiqué sur la carte IGN.

On remarquera avec amusement que le circuit mesure à peine 10 Km mais avec un IBP de 112 et une durée de 6 heures. Cela donne une idée du type de terrain !

Période recommandée :

Printemps mais pas avant mai car la végétation sort tardivement. Début d'automne avant les pluies cévenoles.

Ne pas faire cette rando en hiver, le givre sur les rochers rend le parcours trop dangereux.

Déconseillé en été. La rando est longue et dure, n'ajoutez pas à cela la chaleur, d'autant qu'on est dans des versants Sud.

Infos pratiques :

Pas d'eau potable sur le parcours.

Le topo :

En sortant du parking et en se dirigeant vers la gauche, on trouve immédiatement une fourche à 3 branches, on prend la branche de droite, panneau Balcon du Caroux, Rando des Calades. On marche 50 mètres sur la route et on la quitte dans un virage à droite pour un sentier à gauche dont le départ est peu visible et repérable par un balisage bleu.

Ce petit sentier longe des jardins sur la gauche et après 250 mètres pénètre dans le village de Saint Martin de l'Arçon. Noter les belles maisons et la belle voirie en dallage. Une cinquantaine de mètres dans les maisons et on prend à droite l'Avenue du Caroux, on trouve ici un balisage jaune. Remonter cette agréable ruelle bordée de maisons fleuries aux jardins bien entretenus.

Après environ 150 mètres la rue tourne brusquement à gauche, on la quitte ici pour un passage entre les maisons balisé en bleu. Cent mètres et on croise une petite route, on continue en face sur le sentier balisé bleu. Encore 50 mètres et on débouche à l'extrémité d'une petite route. Ici, prendre immédiatement à gauche un sentier toujours balisé par des points bleus.

La rando démarre réellement maintenant. D'ailleurs, après quelques mètres, on découvre un panneau indiquant : ce sentier présente des risques. Des précisions sur la nature des risques auraient été les bienvenus ! Pour compléter ce panneau, on aurait pu indiquer que le risque est représenté par la traversée du ruisseau d'Albine par grosses eaux.

On s'élève désormais progressivement dans un versant Sud-est pendant une demi-heure, d'abord dans les chênes verts puis dans une châtaigneraie anciennement exploitée (terrasses, mazets en ruine) puis de nouveau dans les chênes. On arrive alors au col de la Pomarede.

Ici, le sentier toujours balisé de points bleus, tourne franchement à gauche et commencer à changer d'aspect. En dix minutes on rejoint le ruisseau d'Albine et on se retrouve face à la cascade d'Albine qui est anodine en fin d'été mais qui est réellement très impressionnante en automne ou au printemps.

1 heure. Cascade d'Albine.

Il n'y a pas de passerelle il faut traverser au mieux. Des spits sont scellés dans les rochers ce qui permet d'assurer les personnes peu à l'aise, à condition d'avoir prévu le matériel. Par grosses eaux, il faut se déchausser et la traversée est périlleuse. Par temps froid, le risque de givre rend la traversée encore plus dangereuse. Bref, c'est ici la partie la plus difficile de notre circuit, il est encore temps de faire demi-tour !

Une fois passé sur la rive gauche, il faut s'extraire de la gorge par une remontée très raide où il faut mettre les mains. Puis le sentier toujours balisé bleu poursuit sa montée mais on est désormais sur un terrain très Carouxien c'est-à-dire très pénible à marcher.

Après un bon quart d'heure, on débouche sur un sentier balisé GRP qu'on prend à gauche. On entame alors une longue montée en escaliers qui dure une bonne dizaine de minutes. On arrive alors aux Baraques du Caylus. Ici, panneau, on laisse le GRP partir à gauche et on prend à droite avec un balisage points bleus.

La montée se poursuit sur un terrain de plus en plus escarpé. Après un bon quart d'heure, on arrive à un carrefour. On ignore à gauche un balisage jaune et on continue à droite avec le bleu. Encore dix minutes et on débouche enfin sur la vire de Roque Rouge. Elle débute par un promontoire depuis lequel on bénéficie d'une vue magnifique.

On évolue ensuite sur une vire plus ou moins horizontale, souvent large et arborée mais avec quelques passages impressionnants avec 200 ou 300 mètres de dalles fortement inclinées sur notre droite et une énorme falaise sur notre gauche. C'est très esthétique.

Une dizaine de minutes et après un petit passage en montée où il faut mettre les mains, on atteint le Col de la Baume de Rouqayrol.

2 heures 05. Col de la Baume de Rouqayrol.

Ici, il faut viser complètement sur la gauche et vers le haut les points rouges qui indiquent le départ du tracé qui va nous mener sur le plateau. Le début de ce tracé est un peu délicat à trouver. Ensuite, après avoir fait un virage à gauche et un autre à droite, on entame une très belle montée sur des dalles rocheuses inclinées et avec de superbes vues quand on prend la peine de se retourner.

Le balisage point rouge est très bien fait et on le suit aisément. Compter 25 minutes de montée et on est maintenant dans une zone légèrement boisée. On longe un ravin sur la droite. Ici, il faut faire attention, on arrive à un carrefour qu'il ne faut pas manquer.



Laisser le balisage rouge aller tout droit et prendre à gauche avec un balisage point bleu. Encore cinq minutes de montée et on arrive sur le plateau, le sentier devient plus ou moins horizontal et plus aisé à marcher. On bénéficie de belles vues sur la gauche.

Plus loin, on pénètre dans la hêtraie, une descente nous amène à un torrent qu'on traverse puis on remonte sur l'autre rive. On retrouve le plateau dénudé et les vues. On chemine au milieu de rochers. Alors qu'on a quitté le carrefour précédent depuis une petite demi-heure, on franchit une brèche entre deux rognons rocheux. On est alors au point culminant de la rando, 1030 mètres.

Une descente puis une longue d'impressionnantes falaises sur la gauche et on retrouve la forêt. On arrive alors à la traversée du ruisseau d'Albine croisé plus bas ce matin. Il est ici plus près de sa source et moins impétueux, donc plus facile à traverser !

3 heures 05. Torrent d'Albine.

On trouve ensuite une courte remontée puis une partie horizontale avec de belles vues sur la gauche. On arrive à un carrefour marqué par un énorme cairn. On ignore le sentier qui part à droite et on continue tout droit. Puis une légère descente s'amorce et un énorme rocher attire le regard sur la gauche, c'est le Rocher de Sarrazine.

Attention, juste après ce rocher, il faut viser une brèche (joli passage) qui permet de changer de vallon. On commence alors la première partie de la descente, mais ne croyez pas que c'est la partie la plus facile du parcours ! Ici, le balisage est fait de points jaunes mais il n'a pas été refait récemment et il est notoirement insuffisant. Il faut faire au mieux avec ces balises, des cairns et aussi des marches d'escalier qui indiquent qu'on est bien sur le chemin.

Compter quinze à vingt minutes selon que vous hésitez ou pas et on arrive à un carrefour. Ici, on va à droite avec le balisage GRP. Avec un tel balisage, on s'attend à ce que le sentier soit mieux tracé mais ce n'est pas du tout le cas. Historiquement, il s'agit de la Piste des Biterrois créée par le CAF de Béziers Caroux et le GRP ne fait que reprendre le tracé sans aménagement. De plus, le balisage rouge jaune est parfois insuffisant et il faut aussi s'aider des anciens points bleus et des cairns.

Après un peu plus de cinq minutes on traverse un torrent puis le sentier alterne montées et descentes sur un terrain extrêmement escarpé. Mais si on prend le temps de regarder autour de soi, on se trouve dans un environnement exceptionnel. On est dans un cirque, on ne voit pas la vallée de l'Orb et sa civilisation, on est entouré de falaises monumentales aux allures de forteresse, on côtoie souvent le pied des falaises, on n'entend que le grondement du torrent en contre bas.

Entre quinze et vingt minutes de ce chemin très sportif et on arrive à l'exceptionnel Portail des Cades. Ici, le sentier passe sous un colossal portique rocheux du plus bel effet.

4 heures 10. Portail des Cades.

Après cela on repart pour un bon quart d'heure de sentier toujours aussi escarpé mais plus arboré pour atteindre le Saut de l'Ane. Il s'agit d'une brèche dans les rochers permettant de changer de vallon mais elle est suivie par une descente en désescalade heureusement aménagée avec des échelons scellés dans la roche.

Ensuite on poursuit encore un quart d'heure et on arrive à un carrefour. Ici, on prend à gauche le sentier balisé point jaune et panneau St Martin de l'Arçon.

4h45. Piste du Ruisseau de St Martin.

On entame la descente finale. La partie la plus délicate se situe tout au début. Il faut désescalader une dalle inclinée puis descendre par des marches rocheuses raides. Ensuite, la descente reste soutenue mais moins difficile. On évolue dans une ambiance grandiose, imposantes falaises sur la gauche et torrent sur la droite, le tout dans une forêt de chênes verts.

Une grosse dizaine de minutes d'effort et brutalement le sentier tourne à droite et devient horizontal. On traverse un torrent puis le terrain change, on va maintenant descendre tranquillement dans une yeuseraie sur des pentes bien plus douces. Le sentier est plutôt agréable à marcher compte tenu qu'on est dans le Caroux mais parfois un peu difficile à suivre, il faut bien repérer les balises jaunes et parfois les cairns ou les marches d'escalier.

Une bonne dizaine de minutes ainsi et les chênes verts cèdent progressivement la place aux châtaigniers. Du coup, le terrain devient beaucoup plus caillouteux. Heureusement, le sentier est aménagé avec de nombreux escaliers. Vous aurez ici une pensée pour tous ceux qui ont oeuvré pour la réalisation de ce travail de construction des escaliers avec ces énormes blocs de gneiss, c'est assez dingue. Il faut dire qu'à l'époque ils avaient une bonne raison : l'exploitation de la châtaigneraie.



Le sentier descend maintenant par paliers, longeant le torrent à main droite, parfois de très près, et au final on prend du plaisir lors de cette fin de parcours. Après environ une heure de descente, la réapparition des chênes et de la bruyère annonce l'arrivée au village.

On atteint la première maison, on va tout droit et on retrouve la rue du village de St Martin de l'Arçon. On peut rentrer par le même chemin qu'à l'aller mais on peut aussi continuer à descendre dans le village jusqu'à la route principale. Ici, prendre en biais à droite une petite route (rue du Bosc) qui nous ramène au parking.

6 heures. Arrivée.

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.