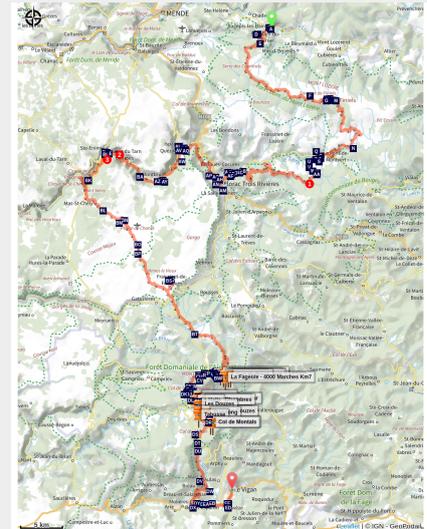


Grande Traversée du Massif Central à VTT

Cévennes - Mont Lozère et Goulet



Paysage du Causse Méjean à Galy (Olivier.Prohin)



Un total de 1390 km entre le Morvan et la Méditerranée ! Une itinérance parcourant une palette d'entités paysagères, géologiques et patrimoniales, à découvrir à son rythme en VTT ou en VTTAE, entre amis ou en famille.

Des hautes terres granitiques du mont Lozère aux majestueuses forêts de l'Aigoual en passant par le vaste plateau calcaire du causse Méjean entaillé des spectaculaires gorges du Tarn et de la Jonte, vous traverserez des paysages à couper le souffle ! Partez à la découverte de la faune et de la flore de ces massifs et à la rencontre des hommes et des femmes qui y vivent.

Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 5 jours

Longueur : 192.5 km

Dénivelé positif : 6489 m

Difficulté : Difficile

Type : Itinérance

Thèmes : Architecture et village, Causse et Cévennes / UNESCO, Faune et flore

Itinéraire

Départ : Bagnols-les-Bains

Arrivée : Le Vigan

Balisage : 🚩 VTT - itinérance

Communes : 1. Mont Lozère et Goulet

2. Saint-Étienne-du-Valdonnez

3. Les Bondons

4. Pont de Montvert - Sud Mont Lozère

5. Cubières

6. Bédouès-Cocurès

7. Florac Trois Rivières

8. Gorges du Tarn Causses

9. Mas-Saint-Chély

10. Hures-la-Parade

11. Gatuzières

12. Vebron

13. Fraissinet-de-Fourques

14. Rousses

15. Bassurels

16. Val-d'Aigoual

17. Meyrueis

18. Saint-Sauveur-Camprieu

19. Dourbies

20. Bréau-Mars

21. Arphy

22. Mars

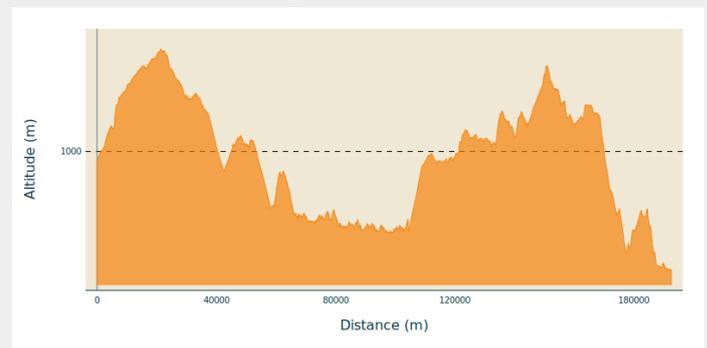
23. Molières-Cavaillac

24. Bez-et-Esparon

25. Avèze

26. Le Vigan

Profil altimétrique



Altitude min 223 m Altitude max 1671 m

Seule la portion du chemin traversant le territoire du Parc national des Cévennes est ici présentée, de Bagnols-les-Bains au Vigan.

Le linéaire proposé peut se parcourir en 5 étapes :

- Bagnols-les-Bains/Pont-de-Montvert-Sud-Mont-Lozère,

- Pont-de-Montvert-Sud-Mont-Lozère/Ste-Enimie :

(1) pour les VTTAE prendre la route allant sur Grizac,

(2) au centre de loisir, traverser le Tarn et descendre sur Ste-Enimie par la route,

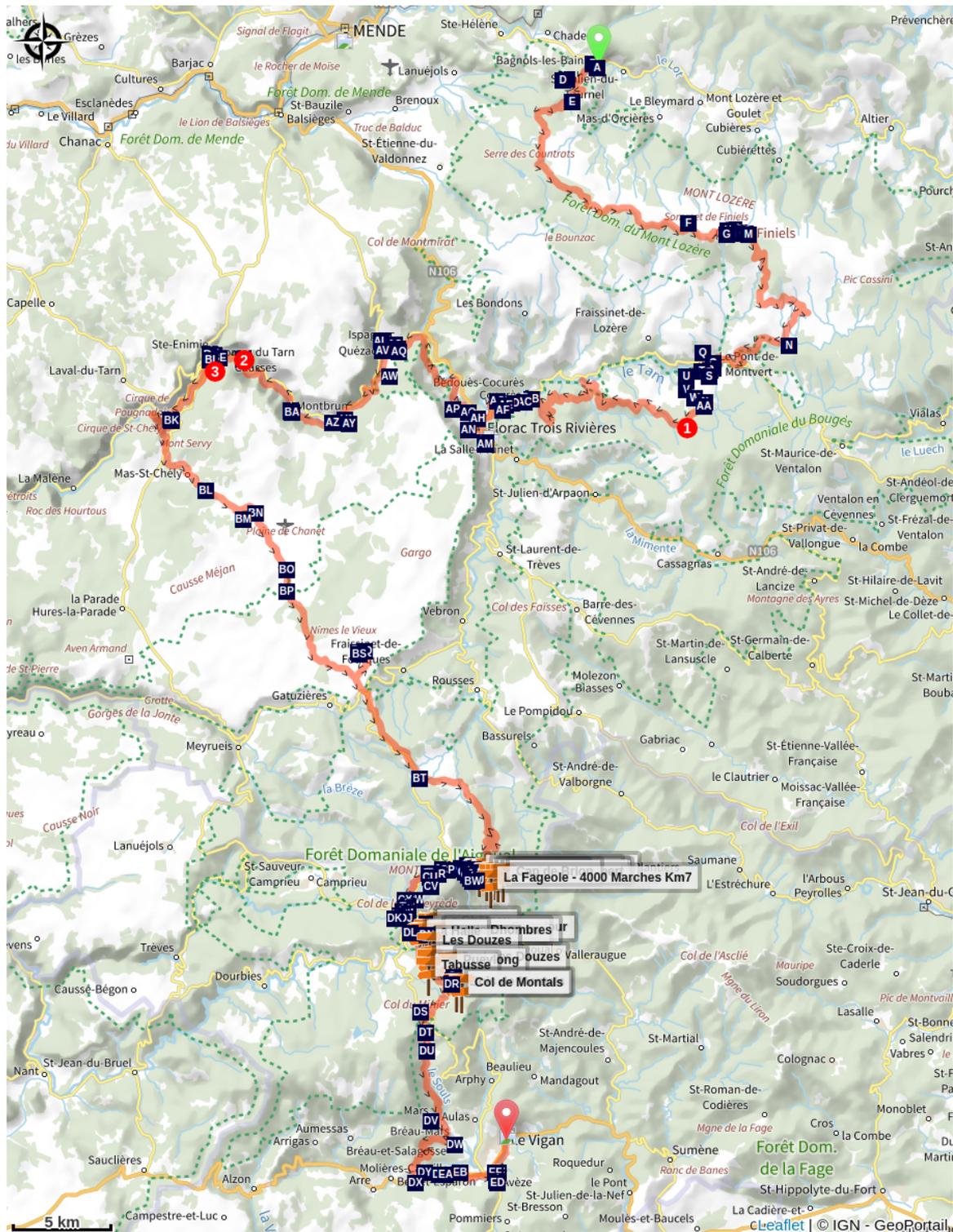
- Ste-Enimie/L'Hom : **(3)** sentier technique allant sur St Chély du Tarn, possibilité de monter au col de Coperlac depuis Ste-Enimie par la route RD 986,

- L'Hom/l'Espérou,

- l'Espérou/Le Vigan.

Retrouvez l'intégralité de l'itinéraire sur le site: www.la-gtmc.com

Sur votre chemin...



Bagnols-les-Bains (A)

Ambiance forestière (C)

Les clochers de Tourmente (E)

Brebis reine (G)

Paysage menacé (I)

Château (B)

Croix (D)

Les chevaliers de Malte (F)

Concurrents végétaux de la

pelouse (H)

🦶 Oiseaux (J)

Plantes rases et arbrisseaux (K)
Pelouse subalpine (M)

 Petit peuple de l'herbe (L)
Gasbiel (vieux gué) (N)

Toutes les infos pratiques



En coeur de parc

Le Parc national est un territoire naturel, ouvert à tous, mais soumis à une réglementation qu'il est utile de connaître pour préparer son séjour



Recommandations

Adaptez votre équipement à la randonnée de plusieurs jours et aux conditions météo. N'oubliez pas que le temps change vite en montagne. Pensez à emporter de l'eau en quantité suffisante. Refermez soigneusement les clôtures et les portillons. Ralentir dans les fermes et les hameaux. Attention aux troupeaux.

Comment venir ?

Transports

De nombreux bus desservent cette traversée. Attention aux périodes de passage et au transport des vélos.

Toutes les informations sur
<https://lio.laregion.fr/>

Lieux de renseignement

Maison du tourisme et du Parc national, Florac

Place de l'ancienne gare, N106, 48400
Florac-trois-rivières

info@cevennes-parcnational.fr

Tel : 04 66 45 01 14

<https://www.cevennes-gorges-du-tarn.com>

Office de tourisme Coeur de Lozère, Mende

BP 83, place du Foirail, 48000 Mende

mendetourisme@ot-mende.com

Tel : 04 66 94 00 23

<https://www.mende-coeur-lozere.fr>

Office de tourisme Sud Cévennes, Le Vigan

Maison de pays, place du Marché, BP 21,
30120 Le Vigan

contact@sudcevennes.com

Tel : 04 67 81 01 72

<https://sudcevennes.com/>

Source



Parc national des Cévennes

<http://www.cevennes-parcnational.fr/>

Sur votre chemin...



Bagnols-les-Bains (A)

Près des sources du Lot, Bagnols-les-Bains est, depuis l'époque romaine, un lieu privilégié pour se détendre et retrouver la forme. Située à 900 mètres d'altitude, cette station climatique et thermale à dimension humaine dispose d'une source d'eau chaude qui jaillit de la montagne à une température de 41,5°C. Un lieu pour se ressourcer au cœur d'une nature préservée, en alternant activités de pleine nature et soins de remise en forme.

Crédit photo : © Nathalie Thomas



Château (B)

Le petit château devant lequel vous passez fut construit au XVIIe siècle sur le chemin de Florac à Bagnols. La tour cache un bel escalier à vis. Pendant 59 années, cette maison forte fut celle de la gendarmerie à cheval. Les écuries étaient au premier niveau. En 1966, les gendarmes déménagèrent pour s'installer plus bas dans le village.

Crédit photo : N Thomas



Ambiance forestière (C)

Vous traversez un bois où voisinent harmonieusement les chênes blancs, les hêtres et les alisiers, avec quelques beaux spécimens. Plus loin, ce sont les pins laricios, adaptés aux schistes qui dominent, avant de redonner leur place aux fayards (hêtres). Plus bas, le long du ruisseau Rieu Frech, vous verrez des sapins plus bleutés que les autres, aux longues aiguilles en demi-brosse relevée : ce sont des sapins du Colorado (*Abies Concolor*). Ils ont été choisis pour leurs facultés d'adaptation au climat local.

Crédit photo : N Thomas



Croix (D)

Elle est l'une des très nombreuses croix que l'on trouve en Lozère, notamment dans la haute vallée du Lot. Les crozatiens dont le plus connu est Jean du Born au XVIIIe siècle, travaillaient avec les matériaux trouvés dans la région. Pendant au moins six siècles, des croix sont élevées le long des chemins lozériens, pour assurer diverses fonctions : limite ou bornage de chemin, mémorial, lieu de recueillement, calvaire ou pèlerinage, événement, intention pieuse individuelle ou villageoise... elles sont plus de 400 rescapées des guerres de religion, puis de la Terreur qui suivit la Révolution. Les plus récentes sont, depuis le XIXe siècle, faites en fer forgé, parfois fixées sur des fûts ou des socles plus anciens.

Crédit photo : N Thomas



Les clochers de Tourmente (E)

Le colporteur, le paysan ou l'abbé, surpris par l'intempérie violente, hésitant sur tel chemin à prendre dans le brouillard, ayant peut-être manqué un croisement, entendait résonner la cloche invisible mais rassurante, signalant la direction à choisir. Le clocher de tourmente de Serviès, cas unique, possède un abri pour tenir le sonneur au sec ou reconforter le passant. Ces petits clochers servaient aussi à sonner l'angélus matin et soir. Outre qu'ils sauvaient les voyageurs perdus, on disait qu'ils éloignaient la grêle en propageant leurs ondes sonores...L'évêque de Mende interdit cette pratique qui, selon lui, tenait plus de la superstition que de l'observation. (B. Mathieu)

Crédit photo : © Guy Grégoire



Les chevaliers de Malte (F)

"C'est une immense exploitation agricole dont une partie des revenus, du XIe au XIVe siècle, a servi à la lutte contre les musulmans. A partir de 1530, l'ancien ordre des Hospitaliers de St-Jean-de-Jérusalem, puis de Rhodes, devient celui de Malte, après que Charles Quint lui eut cédé l'île du même nom. A l'époque, on compte en France 257 autres commanderies de l'Ordre de Malte, toutes revendues après la Révolution française.

Pendant siècles, ces moines chevaliers vont sillonner les « toundras » du mont Lozère avec leurs troupeaux de brebis et de chevaux élevés pour leurs frères d'Orient.(...) Ces étendues leur livrent aussi un précieux combustible, des plantes de litières, du gibier" (B. Matthieu dans "Les chemins ont une histoire")

Peu avant l'abri de berger se trouve une croix de Malte gravée sur une pierre plantée. Celle-ci est un bornage de territoire.

Crédit photo : Guy Grégoire



Brebis reine (G)

Balise n° 5

À la fin du XIXe siècle, 100 000 moutons transhumaient chaque année sur le mont Lozère. En été, ce lieu était soumis à un intense trafic. Le célèbre écrivain écossais R.L.Stevenson a longé avec son ânesse Modestine ces « montjoies », pierres plantées qui guident le voyageur dans le brouillard. Aujourd'hui, un peu plus de 8 000 brebis, réparties en troupeaux gardés chacun par un berger, transhument sur le mont Lozère. Elles partagent les quelque 6 000 ha que représentent les pelouses et les landes du massif avec des bovins (en enclos).

Crédit photo : © Jean-Pierre Malafosse

Concurrents végétaux de la pelouse (H)

Balise n° 4.

En contrebas, de vastes zones ont été plantées de pins et autres conifères. L'intérêt et la rareté tant régionales qu'européennes des pelouses imposent qu'elles soient bien délimitées par rapport à la forêt. En effet, les semis naturels des pins, transportés par les vents du sud, font naître une nouvelle forêt. Cette dynamique végétale, logique à cette altitude, donne l'avantage à la forêt sur la pelouse. L'Union européenne aide actuellement les acteurs locaux à couper les nouveaux arbres pour protéger la pelouse. Sur le chemin du retour, on rencontre d'autres essences autochtones (hêtre, bouleau) qui pourraient faire subir un recul identique à la pelouse.



Paysage menacé (I)

Balise n° 3

Cette vaste étendue de pelouse, patrimoine historique et naturel, est aujourd'hui menacé. La superficie de cette zone relique a été bien réduite au cours des dernières décennies. Si les sommets sont stabilisés par la pelouse, le flanc de la colline présente quant à lui une forme d'érosion (rochers mis à nu), résultant d'un labour effectué par les forestiers pour tenter de le reboiser. Sur le replat, des pins commencent à s'installer aux dépens de la pelouse. Ces zones devenues sensibles, imposent de gérer au mieux toutes les composantes du territoire. Ici, le berger guide son troupeau en veillant à ne pas accentuer l'érosion et à éliminer les jeunes pousses de pins.

Crédit photo : © Parc national des Cévennes



Oiseaux (J)

Les vertébrés profitent des plantes ou des petites proies : c'est notamment le cas du lièvre ou encore du lézard vivipare, à la queue épaisse, qui est convoité par l'aigle chasseur de reptiles, le circaète Jean-le-Blanc. Chez les rapaces, on peut apercevoir les silhouettes caractéristiques des busards cendré et Saint-Martin qui volent au ras du sol. Parmi la foule des petits passereaux, se trouvent le traquet motteux, visiteur d'été installé sur une pierre, ou plus rare, et la perdrix grise. Cet endroit est aussi propice pour entendre le chant des alouettes.

Crédit photo : © Bruno Descaves

Plantes rases et arbrisseaux (K)

Une grande quantité de lumière favorise l'apparition, parmi les graminées, de nombreuses autres herbes rases, presque toutes vivaces, appartenant à d'autres familles botaniques. Elles forment un véritable fouillis végétal. Parmi les belles fleurs alpines, la pulsatille printanière, les gentianes bleues naines en été... D'autres végétaux, de taille plus modeste, sont fort capables de «miter» une pelouse moins pâturée qu'autrefois. Les réseaux d'herbes, perdant de leur densité, offrent des points de fragilité que des arbrisseaux exploitent pour s'y développer au cœur de la pelouse : les myrtilles, associées ici aux airelles rouges et à la callune vulgaire (une bruyère).



Petit peuple de l'herbe (L)

Balise n° 2

Ébauchée dès le printemps, l'explosion démographique animale s'observe dans le courant de l'été. Plus tôt, les milliers de petites bêtes n'ont pas encore terminé leurs métamorphoses. Il est alors malaisé de reconnaître, lors des différents stades larvaires, telle ou telle espèce. La pelouse d'altitude attire une petite faune montagnarde spécifique, qui se raréfie un peu partout en Europe. C'est le cas du criquet jacasseur qui anime inlassablement les pâturages de ses concerts estivaux. Les criquets ne consomment que des végétaux, alors que les sauterelles, comme le dectique verrucivore, sont plutôt carnivores. De nombreuses espèces de papillons visitent aussi les fleurs.

Crédit photo : © Bruno Descaves



Pelouse subalpine (M)

Balise n° 1

Comme dans un jardin ou sur un terrain de sport, les pelouses sont travaillées par l'homme. Le pâturage et le feu sont ici les outils de leur entretien. L'essentiel des plantes qui la constituent sont des cousines du blé et des graminées vivaces : le nard, les fétuques. Coupez (broutez) une de leurs tiges, il s'en forme bientôt cinq autres ; piétinez-les, elles se multiplient, elles deviennent très denses. Toutes ces «tortures» offrent les conditions d'un couvert végétal serré, garant de la stabilité d'un sol pauvre, pourtant noir, issu de l'altération du granite omniprésent. Voilà donc quelques clés pour une gestion adaptée de ce milieu fragilisé en cas d'abandon.

Crédit photo : © Brigitte Mathieu



Gasbiel (vieux gué) (N)

Ce passage était très emprunté pour aller de l'Hôpital à la paroisse de Frutgères par la Commanderie de l'Ordre de Malte. Elle était propriétaire de la presque totalité des terres; une partie importante était loué par bail emphytéotique aux paysans qui payaient la location en espèces et en nature.

Crédit photo : nathalie.thomas