

La Bécarie - La Vinzelle



CASSANIOUZE - GRAND-VABRE

Durée : 2h15

Longueur : 5,2 km

Balisage : jaune

▼317 m ▲532 m

Dénivelé : + 331 m

Assez difficile

Cette agréable randonnée permet de découvrir, aux confins de la vallée du Dourdou et du Lot, le hameau de La Bécarie, commune de Cassaniouze (Cantal) et le très pittoresque village de La Vinzelle, commune de Grand-Vabre (Aveyron), bâti sur un éperon rocheux.

Ce parcours, d'un grand intérêt architectural, possède de nombreux points de vue sur la vallée du Lot.



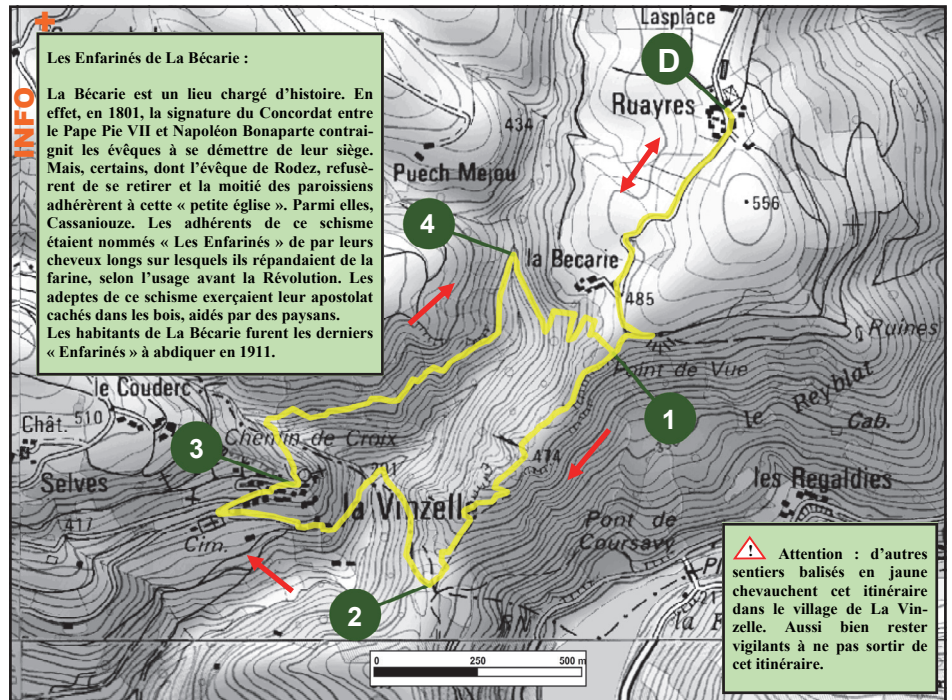
*Topo-guide de référence :
Le Pays de La Châtaigneraie
A.L.T. de la Châtaigneraie
www.chataigneraie-cantal.com*

*Création et entretien du circuit :
Commune de Cassaniouze*

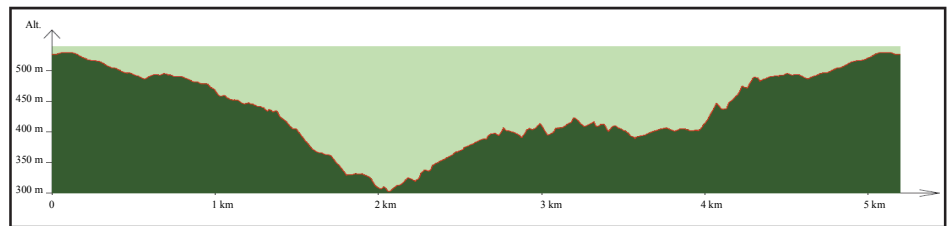
Crédit photo CGIS-BBT

Vous souhaitez noter et/ou signaler un problème sur cet itinéraire :
www.rando.cantal.fr

Fiche Rando PDIPR 15
Edition 2014 - Tous droits réservés



CRAIG - SCAN 25 © IGN 2009 - Licence n°2009 - CISE27-250 - Reproduction interdite.



Depuis Cassaniouze, prendre la Route Départementale N°25 en direction de Mours. 1,7 km après la station service, prendre à gauche en direction de La Vinzelle. A 1,1 km de cet embranchement, prendre la petite route en face en direction de Ruayres.

D Le point de départ se situe dans ce hameau près du four à pain. Garder le four à pain à main droite, et s'engager dans la ruelle entre les bâtiments. Poursuivre tout droit sur la petite route jusqu'au hameau de La Bécarie. Avant la première maison, monter à gauche sur le large chemin. 100 mètres plus loin, bifurquer à droite dans un petit sentier le long d'une prairie.

1 Prendre le sentier à gauche. Rester sur ce sentier qui suit plus ou moins la ligne de crête. Au bout des crêtes, descendre à gauche dans le sentier rocailleux et pierreux. Poursuivre la descente au milieu des buis pour déboucher près d'un gros arbre à un croisement.

2 Tourner à droite et continuer la descente jusqu'à la passerelle sur le ruisseau. Franchir la passerelle, et filer à gauche dans un petit sentier qui permet de rejoindre les premières maisons de La Vinzelle. Passer entre les bâtiments, et aller tout droit pour déboucher sur une petite route goudronnée.

Prendre cette route en montant vers la droite, et poursuivre jusqu'à la fontaine Saint-Clair. Laisser la fontaine à main gauche et continuer à monter vers la droite. Après le ferradou (instrument pour ferrer les vaches), s'engager dans la ruelle pavée et monter ainsi jusqu'à l'église.



3 Monter en direction du clocher, laisser le chemin de croix sur la gauche et le clocher à droite pour descendre tout droit dans le chemin herbeux (sentier des buisnières). Franchir un ruisseau à hauteur d'une petite cascade et poursuivre vers la droite. Rester toujours sur le sentier accidenté pour rejoindre, après 800 mètres, le ruisseau.

4 Franchir ce dernier sur le pont de pierres, et filer à droite sur l'étroit sentier. Après une courte mais rude descente, le sentier remonte en zig-zag jusqu'au point 1. Après être passé devant une ancienne machine agricole. Prendre alors à gauche, déboucher sur la piste et prendre de nouveau à gauche. A la route, prendre à droite pour rejoindre le point de départ.



Pour une randonnée sans souci



Quelques rappels:

Le balisage des itinéraires de petite randonnée :

Il est matérialisé à la peinture.

■ un trait indique la continuité du tracé,

┌ Tourner à droite,

└ Tourner à gauche,

X une croix, c'est la mauvaise direction.

Les itinéraires de petite randonnée de moins de 2 h de marche hors pauses sont balisés en bleu ■

Les itinéraires de petite randonnée de 2h de marche à moins de 4h de marche hors pauses sont balisés en jaune ■

Les itinéraires de petite randonnée de 4h de marche à 7h de marche hors pauses sont balisés en vert ■

Le balisage peinture peut être renforcé par de la signalétique directionnelle lorsque le terrain l'impose.



Le dénivelé positif:

C'est la somme des montées de l'itinéraire. Exprimé en mètres, il renseigne sur l'intensité de l'effort à fournir. 100 mètres de dénivelé positif à pied revient à réaliser environ 1 km sur un terrain plat. Pour un bon marcheur il faut environ 1h pour gravir une montée de 400 mètres.

En moyenne montagne, la progression d'un marcheur est d'environ 3,5 km/h.

Terre de randonnées par excellence, avec des sites prestigieux ou secrets, le Cantal vous convie à partager les bonheurs rares qu'offre un environnement préservé dans sa richesse et son authenticité.

Néanmoins, ce pays réserve ses nombreux charmes à ceux qui l'abordent avec respect et lucidité, qui savent allier plaisir et sécurité et tendre la main aux hommes qui, tous les jours, façonnent par leur travail ces paysages d'une exigeante beauté.

Pour « prendre son pied » sur les chemins de balade, il faut aussi savoir où le poser... Voici quelques règles simples de « savoir-randonner » qui vous permettront de savourer sans souci, une balade inoubliable :

- se renseigner sur la météo ainsi que sur l'itinéraire,
- emporter le nécessaire du randonneur prévoyant (chaussures de rando, sac à dos, crème solaire, pique-nique, bidon d'eau, fiche rando, topo-guide, carte IGN à jour),
- éviter de partir seul et indiquer à son entourage le parcours choisi,
- ne pas quitter les sentiers balisés,
- ne pas randonner accompagné d'un chien dans les zones d'estives,
- ne pas s'approcher des troupeaux ou caresser une vache,
- refermer les clôtures à la traversée des pâturages,
- ne pas déposer d'ordures ou tout autre objet indésirable,
- ne pas fumer ou faire du feu,
- ne pas camper,
- ne cueillir aucune plante,
- en cas d'orage, quitter rapidement les sommets et les lignes de crête. Chercher un abri en évitant absolument les arbres isolés et les rochers qui attirent la foudre,
- En cas d'accident justifiant un secours, rejoindre au plus vite la route ou les habitations proches et téléphoner au 17 ou 18, en précisant au mieux la localisation et la gravité de l'accident.

Dans tous les cas, ne sous-estimez pas la moyenne montagne, dite « montagne à vaches », ni les vaches elles-mêmes... Adaptez votre comportement à vos capacités personnelles, à l'état naturel des lieux et aux dangers prévisibles sur des chemins de randonnée. En suivant ces quelques conseils, fondés sur le simple bon sens et le respect d'autrui, vous randonnerez dans les meilleures conditions de sécurité. Vous éviterez, en outre, que votre responsabilité soit engagée dans d'éventuels dommages ou accidents ou que les propriétaires et les agriculteurs refusent légitimement le passage à ceux qui vous suivront. Un « contre-pied » dont pâtiraient tous les randonneurs.

La météo dans le Cantal:

www.meteofrance.com
Tel : 08 99 71 02 15

Numéros d'urgence:

15 S.A.M.U
17 police
18 pompiers
112 numéro d'urgence européen

L'aménagement et l'entretien de cet itinéraire ont été réalisés par la commune de Cassaniouze et la rédaction de cette publication par l'Agence Locale du Tourisme de la Châtaigneraie. Aussi, le Conseil Général du Cantal ne saurait être tenu responsable d'un quelconque défaut d'entretien sur le terrain ou d'erreurs concernant le descriptif de l'itinéraire.