

GR® de PAYS ENTRE DEUX LACS AVÈNE-SALAGOU

Tour du lac d'Avène-Monts d'Orb

Le tour du lac d'Avène-Monts d'Orb est un itinéraire qui offre une nature enchanteuse incroyablement riche et contrastée. De la fraîcheur du lac d'Avène, en passant par les forêts et les gorges à la beauté sauvage et authentique, voyagez entre ces paysages vertigineux, et ces montagnes douces et verdoyantes.

Blotti dans la haute vallée de l'Orb, ce territoire offre des richesses naturelles, géologiques et patrimoniales exceptionnelles et diversifiées. Situé dans le Parc Naturel Régional du Haut Languedoc, un site naturel et paysager protégé, ce parcours balisé vous fera découvrir : les berges du lac d'Avène, un patrimoine naturel d'exception (l'Orb, le plan d'eau du Bouloc...), un patrimoine bâti unique (le village de Ceilhes, la station thermale d'Avène, le barrage des Monts d'Orb), les exploitations agricoles.

Dist. **34 km**

Durée **8h25**

D+ **1215 m**



Situation Avène, à 86 km au nord-ouest de Montpellier, par les N109, A750, A75E11 (sortie n°53 Lodève), D603, traverser Lodève, D35 (Lunas), D35e10, et D8

Parking Le long de l'Orb, à gauche à la sortie du village (en direction de Ceilhes)

Départ Du parking, GPS : 43.756683° / 3.101467°

Difficultés Montée raide dans la combe de Gourniou, sentier escarpé après Ceilhes. Prudence lors des traversées de routes (D 902, D 8)

Balisage FF Randonnée Suivre les balises jaune-rouge du GR® de Pays Entre Deux Lacs Avène-Salagou



SUGGESTIONS D'ÉTAPES

LE TOUR DU LAC D'AVÈNE-MONTS D'ORB EN 2 JOURS

1^{er} jour ----- 12,5 km | 3h10
D'Avène au gîte de Lascours

2^e jour ----- 21,3 km | 5h15
Du gîte de Lascours à Avène

LE TOUR DU LAC D'AVÈNE-MONTS D'ORB EN 2 JOURS

1^{er} jour ----- 17,5 km | 4h20
D'Avène à Ceilhes-et-Rocozels

2^e jour ----- 16,3 km | 4h
De Ceilhes-et-Rocozels à Avène

HÉBERGEMENTS, RESTAURATION

Possibilité de logements chaque soir, sur l'itinéraire ou à proximité immédiate : **Réservation vivement recommandée.** Formules d'hébergement et de restauration diverses et variées, **renseignez-vous auprès des prestataires :**



TRANSPORTS

Transport de bagages d'hébergements à hébergements pour randonner léger, sans sac ni valise, et Transport de personnes avec possibilité de retour au point de départ. **Plus de renseignements :**



COMMENT VENIR ?

Préparez votre trajet ou vos liaisons :

Calculateur d'itinéraires régionaux Occitanie train et cars : www.mestrajets.lio.laregion.fr

Calculateur d'itinéraires international, tout mode de transport : www.rome2rio.com/fr



ADRESSES UTILES

Office de Tourisme Grand Orb

04 67 95 08 79, bedarieux@tourisme-grandorb.fr,

04 67 23 43 38, avene@tourisme-grandorb.fr, www.tourisme.grandorb.fr

Office de Tourisme Destination Salagou

04 67 96 23 86, tourisme@cc-clermontais.fr, www.destination-salagou.fr

Office de Tourisme Lodevois & Larzac

04 67 88 86 44, tourisme@lodevoisetlarzac.fr, www.tourisme-lodevois-larzac.fr

RECOMMANDATIONS

La chasse est pratiquée par des passionnés qui vivent sur le territoire mais qui viennent aussi de plus loin partager l'espace naturel. Elle est ouverte généralement de fin septembre à fin février, cependant si une demande de la préfecture est ordonnée, vous pourriez rencontrer des chasseurs hors de ces périodes. Celle-ci offre plusieurs gibiers tels que : lièvres, sangliers, chevreuils, biches, cerfs qui sont prélevés sous autorisation et en accord avec les propriétaires.

L'exploitation forestière, étape fondamentale de la gestion à l'ONF, permet de couper progressivement les arbres dans une forêt et d'apporter du bois aux scieries. Elle assure le renouvellement des forêts, puisque les arbres matures sont coupés pour laisser place aux plus jeunes. L'utilisation et la transformation du bois local se substituent à des produits industriels moins vertueux (béton, acier...) et constituent une alternative écologique aux matériaux énergivores (fuel, énergies fossiles...).





D'AVÈNE À LASCOURS ----- 12,5 km | 3h10 |

À Avène :

Avène : église Saint-Martin (XIX^e siècle), pont sur l'Orb (XIII^e siècle).

1 Du parking, prendre le passage piétonnier vers le centre du village. Franchir l'Orb sur la passerelle métallique. Passer sous un porche et atteindre la rue principale.

→ Jonction avec le sentier des deux lacs du GR® de Pays et le GR® de Pays Haut Languedoc et Vignobles, boucle Tour au départ de Lunas.

Suivre la route à gauche qui longe l'Orb, passer devant l'Office de Tourisme.

→ Séparation à droite (rue du château) avec le sentier des deux lacs et le retour du tour du lac d'Avène

2 Continuer tout droit et, 150 m plus loin, franchir le pont à gauche (direction Serviès). Poursuivre sur la route des Béals (séparation d'avec le GR® de Pays Haut Languedoc et Vignobles, boucle Tour au départ de Lunas) sur 300 m.

3 Aux dernières maisons, quitter la route à droite par un pont bétonné, au-dessus du ruisseau de l'Avenette. Continuer tout droit sur un sentier herbeux entre des maisons, puis monter dans le bois. Plus haut, couper une piste et poursuivre la montée le long de la combe de Gournio | Montée raide | Couper une deuxième fois la piste et continuer en face par le sentier. Sortir de la combe à gauche, cheminer dans la forêt de hêtres | Bien suivre le balisage | et, plus loin, retrouver la piste.

4 La suivre à droite, descendre | Point de vue à droite sur le lac et le barrage | Rester sur la piste principale surplombant le lac, face au parc éolien du cap de Faulat (Aveyron). Passer plusieurs virages en épingle et rester sur cette piste au cœur de la forêt domaniale des Monts d'Orb.

5 Passer l'avancée de la Pradinasse | Point de vue sur le lac et l'antenne du mont Redon | Poursuivre en face sur la piste toujours au-dessus du lac. Plus loin, continuer sur la piste du bas. Quitter le bord du lac, longer des prairies et monter vers Lascours.

DE LASCOURS À CEILHES-ET-ROCOZELS ----- 5 km | 1h15 |

À Lascours :

6 Au niveau du chemin d'accès à l'auberge (ancienne ferme rénovée), descendre à droite par le chemin. Passer un gué, longer la prairie par la droite. Suivre le sentier, au-dessus du cours d'eau. Traverser le ruisseau de Sebestrières | Prudence ! | Monter par le sentier en lacets dans la forêt de châtaigniers et de chênes. En haut de la montée, continuer par le sentier herbeux et déboucher sur un champs | Point de vue sur la plaine de Bouloc et la vallée de l'Orb | Longer la prairie par la gauche. Se diriger à gauche sur le sentier bien marqué et atteindre la route, face au roc du sel | Croix templière | , sous le col Vert. Descendre la route à droite sur environ 50 m | Prudence !

7 Prendre à gauche le chemin entre les prairies | Point de vue | À l'orée de forêt, descendre à droite le long d'un ruisseau. Rejoindre une piste, l'emprunter à gauche. Monter en lacets et atteindre un petit col.

8 Quitter la piste à droite et descendre par l'ancien chemin de Ceilhes, un sentier caladé, bordé de murs. Par un chemin bétonné, rejoindre le village. Traverser la place des Aires. À droite, descendre rue de l'Auvergnat, rue de la Paume et rue des Remparts. Au niveau de la croix de mission, poursuivre la descente à droite jusqu'à la D 902.

→ Jonction avec le sentier des deux lacs du GR® de Pays.

DE CEILHES-ET-ROCOZELS À AVÈNE ----- 16,3 km | 4h |



À Ceilhes-et-Rocozels :

1 Ceilhes-et-Rocozels : église Saint-Jean-Baptiste de Ceilhes (XII^e siècle), église romane fortifiée au XIV^e siècle, fontaine de la place du Griffoul, remparts (XIII^e et XIV^e siècles), porte d'enceinte.

2 Gagner le pôle d'accueil du lac du Bouloc. Traverser cet espace aménagé, rejoindre la D 8 et l'emprunter à droite. Passer le pont sur l'Orb puis, dans un virage à droite, quitter la route à gauche et monter par un sentier escarpé | **3** Point de vue sur le village de Ceilhes | Le sentier grimpe en lisière de prairie puis pénètre dans une plantation de pins. Atteindre une large piste, poursuivre en face. Ignorer une piste à droite et continuer tout droit (citerne). Rester sur la piste principale, qui s'élève progressivement dans la forêt.

4 Quitter cette large piste pour prendre à droite, en épingle à cheveux, un chemin. Retrouver la piste principale, la suivre à droite jusqu'au sommet du mont Redon (755 m).

5 Avant un virage à gauche | **6** Point de vue sur la vallée de l'Orb et, au loin, sur le plateau du Guilhaumard avec sa forme caractéristique | **7**, quitter la piste par un chemin d'exploitation forestière. Par un sentier qui domine le lac, descendre en pente raide | **8 Prudence!** vers le hameau de Rouvignac. Aller à gauche à la piste. Continuer sur la piste du bas, puis plonger à droite par un sentier et retrouver la D 8. Traverser la route | **9 Prudence!** et poursuivre par la piste en face. Aller tout droit à l'intersection suivante. Descendre en surplombant le lac. Longer la rive, sous la hêtraie-sapinière.

10 Après un virage à droite, quitter la piste pour s'engager à gauche dans un sentier qui grimpe (marches) à travers la forêt | **11 Être attentif au balisage** | Remonter un talweg. Au niveau d'une plateforme, monter à gauche par un sentier peu marqué. Plus haut, rejoindre une piste au niveau d'une citerne | **12 Table et bancs ; Pin remarquable en forme de candélabre** | Se diriger à droite. Plus loin, passer un belvédère sur le lac | **13 point de vue** | Au croisement suivant, continuer à droite et parcourir environ 150 m.

14 Quitter la piste et descendre à droite par un sentier. Poursuivre par un chemin herbeux et retrouver la D 8. Traverser la route, descendre à droite sur environ 80 m | **15 Prudence!** et tourner à gauche, en épingle à cheveux, pour emprunter une petite route qui descend. À l'entrée de Brès, monter à gauche. Traverser le hameau et marcher environ 500 m sur la route.

16 S'engager à droite dans un sentier qui monte dans la châtaigneraie, jusqu'à un petit col | **17 Calvaire** | Descendre, passer sous le cimetière et entrer dans Avène. Sous l'église, dévaler une ruelle à gauche puis, encore à gauche par la rue du Château, retrouver la D 8.

18 À gauche, retrouver le point de départ.



Avène © Olivier Octobre

PATRIMOINE

Ceilhes-et-Rocozels, un village de caractère

Situé en bordure du lac d'Avène-Monts d'Orb et de la forêt domaniale des Monts d'Orb, Ceilhes possède un riche patrimoine historique.

Ses rues pittoresques abritent des maisons dont on peut encore admirer façades, linteaux, et autres portes (XIV^e-XVII^e siècles).

Il faut également évoquer la fontaine, connue sous le nom de « Griffoul » qui, trônant au milieu du village, est une des fiertés des Ceilhois.

Enfin le plan d'eau du Bouloc. Il permet la pratique d'activités nautiques. Son eau de qualité est réputée pour la pêche à la carpe.



Ceilhes et Rocozels © Olivier Octobre

Avène, une station thermale historique dans un environnement préservé

Depuis ses origines, la station thermale d'Avène est entièrement dédiée aux soins de la peau. La commune d'Avène est connue mondialement pour sa station thermale et les fameux produits dermatologiques de la marque « Avène ».

Le village d'Avène, né bien avant le XII^e siècle, est blotti dans la vallée de l'Orb, au cœur du Parc Naturel régional du Haut Languedoc. Sa situation géographique exceptionnelle, la beauté du paysage, la richesse de la végétation et de sa géologie en font un endroit rare.



Les thermes d'Avène © Olivier Octobre

ENVIRONNEMENT

Le lac d'Avène-Monts d'Orb, un site naturel unique

Le lac d'Avène est une retenue artificielle qui permet une production hydroélectrique et la régulation directe du cours de l'Orb.

Au cœur des monts d'Orb, entouré de forêts, c'est un véritable petit paradis pour les amateurs de randonnées à pied ou à VTT, ou pour les pêcheurs. Du fait de sa situation hors des grands axes de circulation, il est sans conteste l'un des plus discrets des lacs de l'Hérault.

Créé en 1962, entre Ceilhes-et-Rocozels au nord et Avène au sud, il est long de 6 kilomètres pour une surface de 190 hectares.



Le barrage d'Avène © Olivier Octobre

Le barrage des Monts d'Orb

C'est la compagnie du Bas Rhône Languedoc qui construit le barrage des Monts d'Orb entre 1960 et 1962.

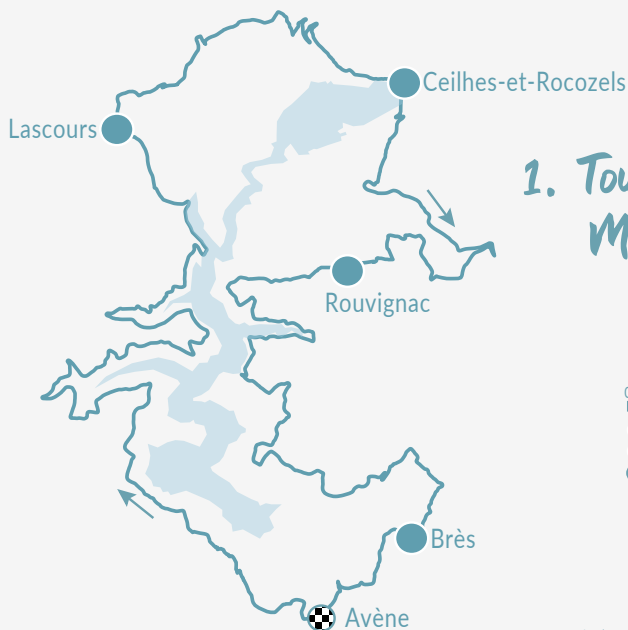
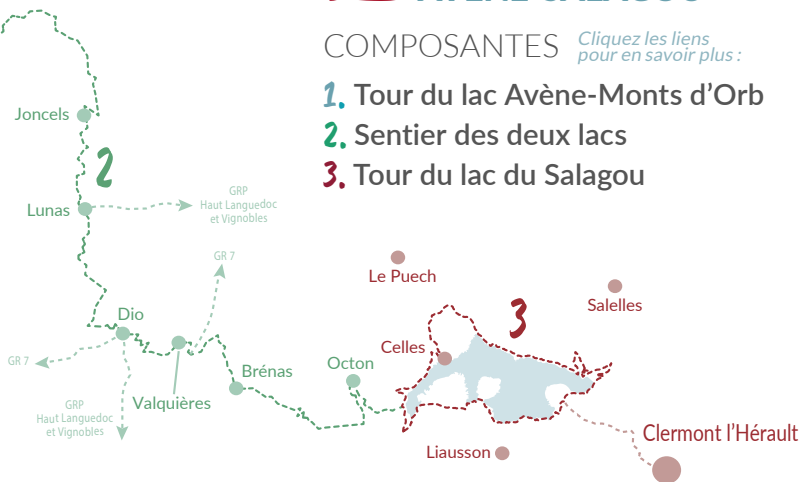
Sa principale mission est de permettre l'irrigation des plaines du biterrois et l'alimentation en eau potable de l'ouest héraultais ainsi que le sud de l'Aude, essentiellement en période estivale.

Il est équipé pour la production d'énergie électrique. La retenue du barrage des Monts d'Orb permet de stocker 30 millions de m³ d'eau.



COMPOSANTES *Cliquez les liens pour en savoir plus :*

1. Tour du lac Avène-Monts d'Orb
2. Sentier des deux lacs
3. Tour du lac du Salagou



1. Tour du lac d'Avène-Monts d'Orb

