

## La Gresinhòla de village en village

## 5 boucles de randonnées paysagères



**LÉGENDE DES PICTOGRAMMES**

BONNE DIRECTION	CHANGEMENT DE DIRECTION	MAUVAISE DIRECTION	Point de vue	Fontaine	Dolmen
			Église, chapelle	Moulin à eau	Patrimoine naturel
			Château	Moulin à vent	Curiosité naturelle

**RANDONNER, C'EST AUSSI PRÉVOIR UN ÉQUIPEMENT ADAPTÉ (CHAUSSURES, VÊTEMENTS, EAU...) ET RESPECTER L'ENVIRONNEMENT DU SENTIER.**



Inspirée de la chanson des bûcherons et charbonniers de la forêt de Grésigne, la «Gresinhòla» et ses 84 km de sentiers, vous dévoile le Pays de Vaour, entre Bas-Quercy, Albigeois et Rouergue, sur les traces des Templiers et des Cathares, au cœur d'une mosaïque de paysages exceptionnels. Laissez vous guider par les murets de pierre de Causses qui bordent nos sentiers et les belles pierres à bâtir de grès rose, de croix en chapelles, de granges en pigeonniers et de moulins en lavoirs. En traversant ce site Natura 2000, doté d'une biodiversité rare, vous découvrirez le pistachier térébinthe, l'euphorbe characias, le jasmin arbrisseau ... et plus de 30 types d'orchidées. Restez attentif, vous pourriez apercevoir l'aigle botté, le faucon pèlerin, le taupin violet ... ou la loutre, de retour dans nos contrées.

### Poètes charbonniers de Nord Grésigne

Des pittoresques Gorges de l'Aveyron aux lisières de la forêt de Grésigne, le village de Penne, serré autour des ruines de son château. Perché sur un éperon rocheux il a gardé intact son aspect médiéval. Découvrir ses ruelles pavées, ses façades de maisons anciennes, et un peu plus haut le château. Sur les hauteurs des Suquets, la grotte de la Pyramide et un point de vue remarquable sur 7 collines ( la Joanade, las Touzes, Azam, Alic, le Valadou, Saint Julien, les Nouels).

On doit aux Seigneurs de Penne, la présence des Chevaliers du Temple de retour de croisade en Jérusalem. De là naîtra la Commanderie de Vaour, qui vit le jour vers 1140.

Au sud de Vaour, la forêt domaniale de Grésigne grande d'environ 3600 hectares, occupée depuis la fin du néolithique, puis propriété du Comte de Toulouse à l'époque féodale. Elle devient forêt royale après la guerre des Albigeois. Quelques témoins de ces époques : l'oppidum Saint Clément, le mur Louis XIV (dont les vestiges sont encore visibles), des fours de verriers et à chaux installés tout autour de la Grésigne et notamment au nord dans les hameaux de Haute-Serre et de Fontblanche.

Ces hameaux ont connu par la suite le développement de l'activité charbonnière. Le poète Noël Richard a évoqué cette période dans ses écrits.

### Penne - Vaour - Penne



Alt min 117 m | Alt max 465 m | 22 Km | 6H00 | Itinéraire agréé PR-FFR

### Fontaines et dolmens



Alt min 196 m | Alt max 495 m | 16 Km | 5H00 | Itinéraire agréé PR-FFR

### Vaour - St Michel - Roussayrolles - Vaour

Passage entre le Quercy et l'Albigeois, sur les crêtes des anciens chemins :  
- voies celtiques et dolmens (Peyro Seco et Peyro Levado) ;  
- voie romaine Milhars - Roussayrolles - Tonnac et camp romain des Clavières.  
Entre Cordes la catholique et Saint Antonin Noble Val la protestante à Saint Michel de Vax, à découvrir le château de Lacombe Saint Michel, la Fontaine de Jouvence, la fontaine de Lapeyrière rendez-vous des lavandières.  
Entre Mespoulet et la Fleur de Lys : La Plane (495m), le point le plus haut de la Gresinhòla.  
A découvrir le moulin à vent de Flouronne à Vaour et les moulins à eau de la vallée de Laussière de Roussayrolles à Saint Michel de Vax.

### Forêt de Grézelles et Vallée de Bonnan

Ces anciens chemins ruraux vous mènent de Milhars à Grézelles (témoins de la transhumance des troupeaux par la Drailhe). Marnaves surplombe la vallée du Cérou et laisse découvrir ses maisons en pierre rose, son église Saint Médard, son lavoir... La Forêt de Grézelles abrite des rapaces forestiers, le pic mar ; le bocage résiduel est peuplé d'oiseaux tels que l'alouette lulu, la huppe, la pie grièche... Roussayrolles est un château d'eau avec ses nombreuses fontaines (Mère de Dieu...), ses sources (le Touron...) et le ruisseau du Bonnan.

La vallée de Bonnan :  
- son fond de vallée humide ;  
- son versant nord submontagnard forestier et

caussenard (forêt de Grézelles, génévriers et genêts) ;  
- son versant sud méditerranéen (pelouses sèches et chênes pubescents).  
Cette vallée offre une variété de plantes et de fleurs : orchidées, ancolies, chevrefeuille, cytises, euphorbes. Elle abrite une faune sauvage, domaine du circaète Jean Le Blanc.  
Découvrir les vestiges de la chapelle et du cimetière de la Madeleine, la cascade de tuf pétrifiée de Bonnan qui coule périodiquement sur une hauteur de 40m.  
Magnifique point de vue sur le château de Milhars et le parc.

### Milhars - Marnaves - Roussayrolles - Milhars



Alt min 142 m | Alt max 453 m | 19 Km | 5H30 | Itinéraire agréé PR-FFR

### Du Cérou à l'Aveyron, par les crêtes



Alt min 131 m | Alt max 268 m | 12 Km | 3H00 | Itinéraire agréé PR-FFR

### Milhars - Le Riols - Milhars

Entre le Cérou et l'Aveyron, le Plateau du Combal et des Graves, culminant à 292m, était parcouru par une voie romaine et par les chemins de communication au Moyen Age, qui évitaient les vallées.  
Il offre de magnifiques points de vue qui dominent Aussevasse et le Rodier dans la vallée du Cérou. Prairies naturelles, forêt de chênes, anciennes vignes constituent un paysage varié au relief de coteau.

**A voir :**  
- à Ratayrens : anciennes maisons avec pigeonnier et moulin ;  
- à Larroque : la chapelle dédiée à Saint Projet  
- à Saulieu : hameau natal de l'évêque constitutionnel Molinier, puits et croix de chemin  
- à Milhars : pigeonnier du château et fours banaux.

### La butte de grès de la Grange Templière Vaour - Itzac - Vaour



Alt min 240 m | Alt max 460 m | 15 Km | 4H00

L'histoire se mêle à la nature.  
La Commanderie des Templiers de Vaour est édifée sur une butte de grès. Elle fut très importante.  
Au fil de votre randonnée à découvrir les anciennes châtaigneraies.  
Ensuite, retour à la nature le long du ruisseau de Mercadalle en cheminant sous une voûte de buis, puis montez à travers la lande du causse. A partir de là descendez le vallon de Duèze. Le causse est remplacé par les rougiers (mélange de schistes et de bancs de grès) où les chênes pédonculés et sessiles deviennent de beaux arbres.  
A Campagnac, découvrez le vignoble d'appellation Gaillac.  
La montée vers Vaour permet de voir un joli mur de soutènement et les restes d'une charbonnière.