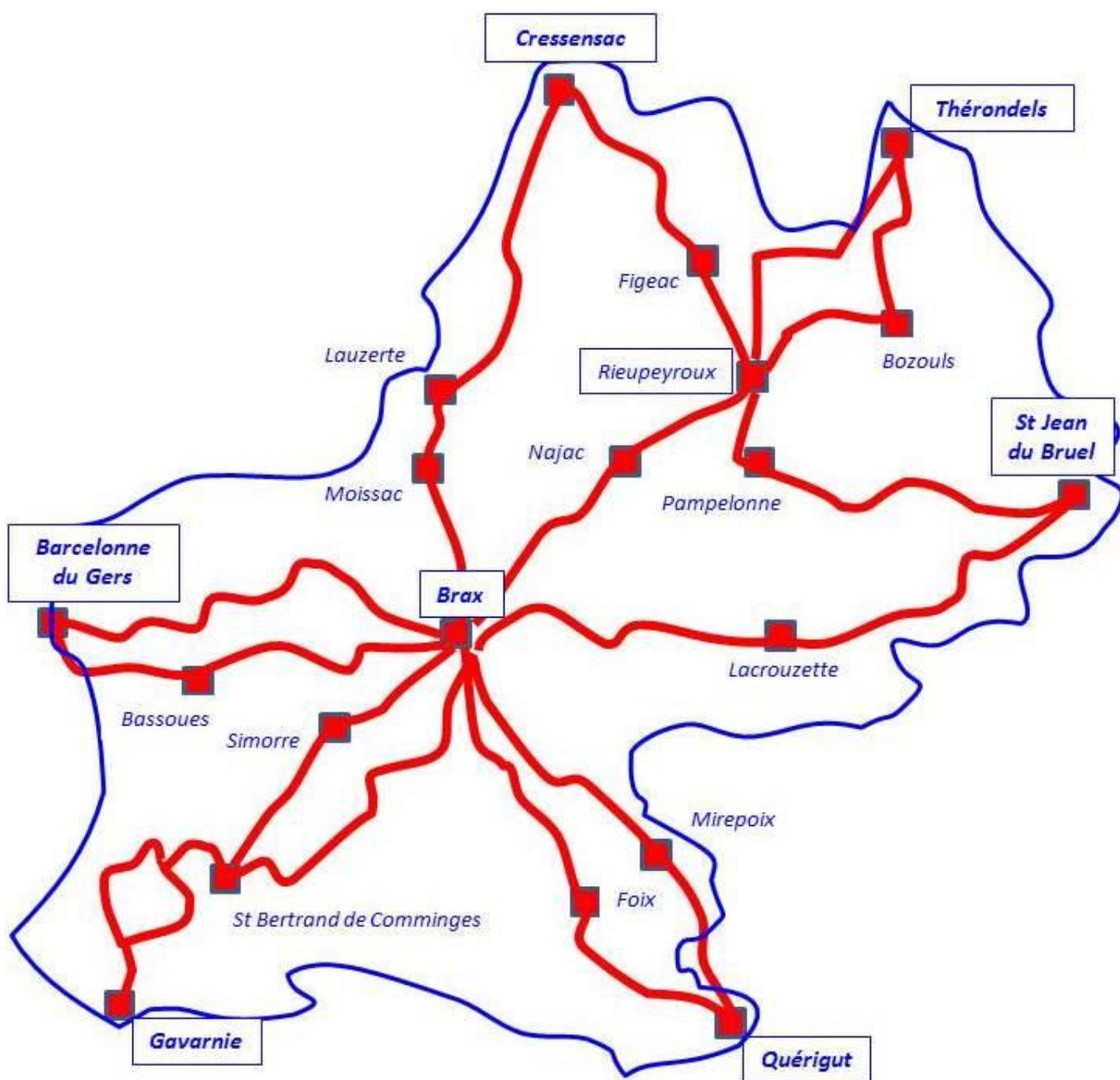




# L'Etoile Midi-Pyrénées

2 730 km, 30 330 m de dénivelé

De mai 2010 à septembre 2013



## **Randonnée permanente « Etoile Midi-Pyrénées » réalisée sous forme de pétales de fleur**

Ayant mon domicile (Brax) situé dans le centre de l'Etoile Midi-Pyrénées, transformer cette étoile en six pétales de fleur m'est apparue évident ; cette option m'offrait six randonnées de 2 à 4 jours, que j'ai effectué seul, en autonomie, en visitant tous les sites de contrôle imposés, sur 4 années.

### **1- Le Gers, la Gascogne et l'extrême ouest de Midi-Pyrénées**

#### **Brax – Aire-sur-Adour (180 km, 2 330 m)**

*En ce mois de mai 2010, je ne peux encore faire ce qui me plait, le ciel est gris et menaçant.*

*Mon cousin m'accompagne jusqu'à Gimont, lieu de la pause-café matinale.*

*Je continue seul en empruntant des petites routes à l'écart de la circulation.*

*Je suis tranquille, mais beaucoup de pentes à plus de 10% me surprennent ; à cette difficulté sont venu s'ajouter un vent d'ouest, que j'ai de face, des averses et de la grêle.*

*Pique-nique à l'Isle-de-Noé et pause-café-contrôle à Bassoues, calme village, situé à l'écart des axes routiers et remarquable par la rue principale qui s'engouffre sous une longue halle, bordée par un alignement de couverts à colombages s'appuyant sur des piliers de bois.*

*Ce village est annoncé par un donjon du XIV<sup>e</sup> siècle à 5 niveaux d'une hauteur de 43 mètres.*

*Peu avant le terme de ma randonnée, je suis surpris par l'imposante l'église de Mazères, un petit bourg du Gers. Cette église du 12<sup>e</sup> siècle présente un mur-clocher surmonté de deux tours qui font penser à un château médiéval.*

*J'arrive à Aire-sur-Adour, sous la pluie, à 18h00 passées.*

*Je passe la nuit dans l'Hôtel de la Paix, un hôtel-gîte qui accueille principalement des pèlerins sur la route de Saint-Jacques de Compostelle.*



*Couverts de Bassoues*



*Halles de Bassoues*



*Eglise de Mazères*

#### **Aire-sur-Adour – Brax (160 km, 1 850 m)**

*Le vent d'ouest souffle toujours, il va m'aider et le ciel nuageux n'annonce pas de pluie.*

*Premier arrêt à Barcelonne-du-Gers, point de contrôle de la randonnée.*

*Le château de Lavardens domine les collines gersoises, cet édifice du XIII<sup>e</sup> siècle a été très bien restauré et abrite régulièrement des expositions d'art.*

*Monfort, une bastide du XIII<sup>e</sup> siècle, vaut le détour pour sa halle et son ancien lavoir.*

*J'enchaîne les côtes et les bastides : Mauvezin et Cologne dont les halles sont, elles aussi, remarquables.*

*Ayant emprunté des routes plus directes, je n'arrive pas tard au bercail.*



*Lavoir de Monfort*



*Château de Lavardens*

## 2- Incursion en Aveyron

### Brax – Rieuepeyroux (160 km et 2 424 m)

Une liaison vers un deuxième port d'attache, effectuée en septembre 2010.

Je pars de bon matin sous un ciel clair, qui deviendra ensoleillé.

Pause-café à Fronton, devant la place centrale où s'est installé un marché de plein vent.

Je ne monte pas jusqu'au château du « Vieux fusil », je laisse Bruniquel de côté, l'ayant déjà visité plusieurs fois.



Château de Bruniquel

Le col de la Liberté (440 m) et son dolmen, érigé sur le bord de la route, me semblent le bon endroit pour pique-niquer, mais le ciel commence à se couvrir.



Dolmen du col de la Liberté

Mon prochain arrêt est pour l'ancien village fortifié de Varen et son château du XIV<sup>e</sup> siècle.

Cette cité fut prospère au siècle dernier grâce à la gare de Lexos et à l'entreprise de cimenterie, qui a malheureusement fermé en 1994. Cette « délocalisation » et le site particulièrement attractif intéressent et attirent de nombreux étrangers, Anglais et Néerlandais, qui viennent se fixer dans le village.

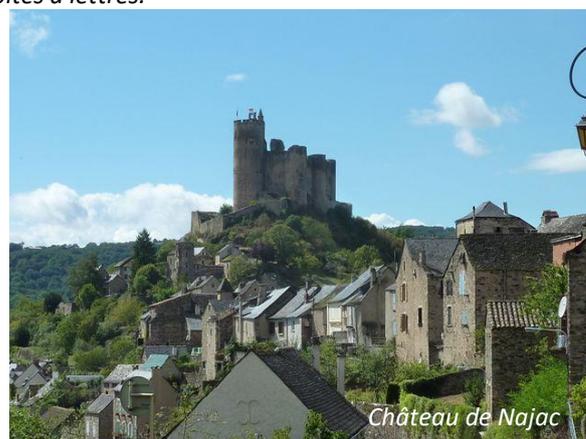


Varen

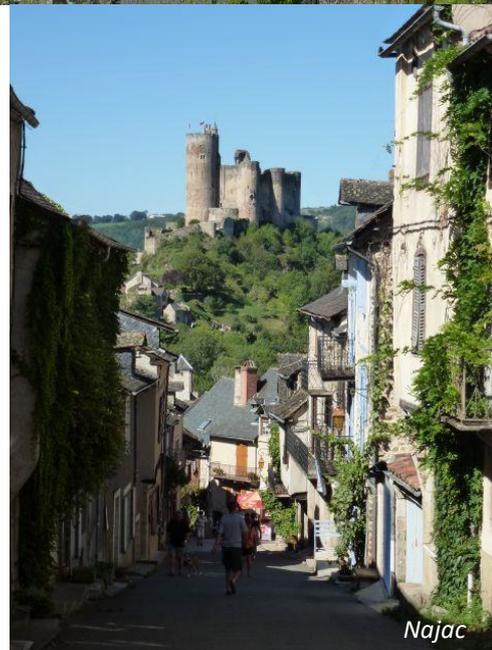


Varen

La dernière étape est pour le site remarquable de Najac et son château du XIII<sup>e</sup> siècle (point de contrôle et BCN-BPF). Cette cité médiévale est construite sur une crête rocheuse, autour d'une rue centrale reliant le château et l'église. Là aussi, on retrouve beaucoup de noms anglo-saxons sur les boîtes à lettres.



Château de Najac



Najac

Il me reste moins de 30 kilomètres pour rejoindre Rieuepeyroux, terme de ma randonnée, mais je ne pourrai pas l'atteindre sans devoir m'arrêter.

Un menaçant et rapide nuage m'oblige à me réfugier dans un abri bus, à l'entrée du village, pour éviter la pluie qui tombe « à seau d'eau ».

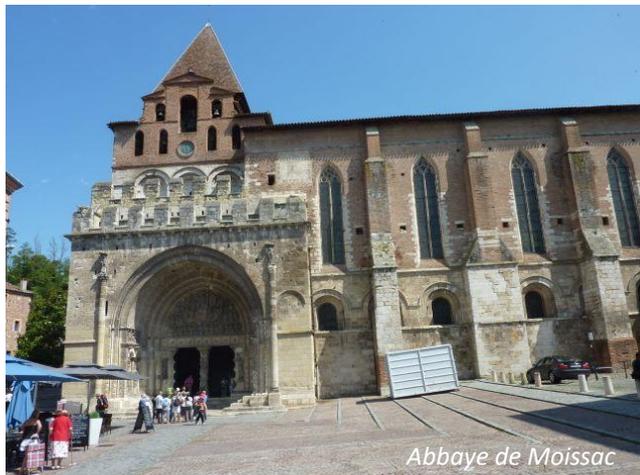
Le nuage étant passé, je descends le dernier kilomètre pour rejoindre mon épouse qui m'attend dans la maison familiale.

### 3- Le Tarn-et-Garonne et le Lot – l'extrême Nord de Midi-Pyrénées

#### Brax – Douelle (135 km et 964 m)

En ce mois de juin 2011, le beau temps est là.  
A la pause-café de Mas-Grenier, je repars bras nus,  
sous un beau soleil.

L'abbaye de Moissac (BCN-BPF) attire toujours  
beaucoup de monde et de pèlerins sur le chemin de  
Saint-Jacques de Compostelle. Je fais tamponner ma  
carte de route à l'office du tourisme avant de  
repartir.



Je rencontre d'autres pèlerins sur la route me  
conduisant à Lauzerte (BCN-BPF), bastide médiévale  
du Quercy Blanc et autre étape des pèlerins de  
Compostelle.

Je monte jusqu'à la place centrale du village pour  
pique-niquer et faire tamponner ma carte de route,  
plusieurs personnes s'affairent pour préparer la fête  
de la musique.



Le vignoble de Cahors annonce la descente dans la  
vallée du Lot, j'arrive à Douelle en milieu d'après-  
midi.

Etape relativement tranquille. Après avoir pris  
possession de ma chambre d'hôtel, je pars visiter le  
village et les bords du Lot.



#### Douelle – Saint-Céré (125 km et 1 097 m)

Gourdon, capitale de la Bouriane, est mon premier  
arrêt pour la pause-café traditionnelle du matin.



Je passe à Souillac, devant l'abbatiale Sainte-Marie  
datant du XII<sup>e</sup> siècle, elle mélange les influences  
romanes et byzantines avec une qualité architecturale  
qui en fait, aujourd'hui encore, le monument  
incontournable de la cité.

Je trouve la pluie peu avant d'arriver à Cressensac,  
localité de l'extrême nord du Lot. Je renonce au pique-  
nique, je vais me mettre au sec dans un café  
restaurant où je prends un repas chaud et fais  
tamponner ma carte de route.



*Il ne pleut plus lorsque je repars pour Carrenac. Ce village, situé sur la Dordogne, mérite le détour pour ses maisons renaissance aux fenêtres sculptées et aux toitures brunes s'enchevêtrant autour d'un prieuré clunisien du XI<sup>e</sup> siècle. Le temps m'étant compté, je ne visite pas l'église romane et son cloître, ni le château des Doyens. Ce sera pour une autre fois.*



*Mon hôtel est situé dans le centre de Saint-Céré. En attendant l'heure du dîner, je vais découvrir tout le charme de cette cité en me promenant dans ses rues, ses ruelles et ses nombreuses places, qui rappellent son passé médiéval avec des maisons et hôtels particuliers comme le superbe hôtel de Puymulé du XVI<sup>e</sup> siècle.*



### **Saint-Céré – Rieupeyroux (97 km pour 1 850 m)**

*Ciel bleu et temps frais, il est 7h15 lorsque je quitte Saint-Céré.*

*Je suis vite réchauffé par la côte conduisant vers Leyme, lieu de la concentration Albert Bures de l'année 2009.*

*Lacapelle-Marival sera le lieu de ma pause-café avant de descendre dans la vallée du Célé pour arriver à Figeac (BCN-BPF), la cité de Champollion.*

*Je m'y arrête pour pique-niquer et faire tamponner ma carte.*

*Cette ville, que j'ai déjà visitée, mérite d'y séjourner au moins une journée. Depuis près de 20 ans, Figeac est labellisée Ville d'art et d'histoire par le ministère de la Culture.*

*Je fais un détour par Peyrusse-le-Roc, site médiéval du Quercy-Rouergue et départ de nombreux circuits pédestres. Il ne subsiste du château que deux tours se dressant sur un piton rocher.*



*Je pique-nique sur la place du village, dont on refait le revêtement en pavés.*

*Encore quelques « bosses », dont la descente dans la vallée de l'Aveyron, avant de remonter à Rieupeyroux, terme de mon voyage, situé à 730 m d'altitude, il est 14h30.*

## 4- L'Ariège – l'extrême sud-est de Midi-Pyrénées

### Brax - Espezel (150 km pour 1 310 m)

Le ciel est couvert et gris lorsque je quitte Brax en ce mois de septembre 2011.

Une pluie éparsse m'accompagne toute la journée avec un vent d'ouest plutôt favorable.

Arrêt à Eaunes pour la pause-café, avant d'arriver à Cintegabelle, site BPF-BCN.

Comme bien des bourgs du Lauragais, Cintegabelle fut une cité du Pays de Cocagne. On y produisait le Pastel. Maintenant ce village, situé à l'écart des grands axes routiers, attirent les touristes pour son moulin à vent du calvaire, son magnifique orgue de l'église Ste-Marie et l'ancienne abbaye de Boulbonne.



Cintegabelle

Il me faut trouver un abri pour pique-niquer à Belpesch, il pleut, je me réfugie sous la halle.

Mirepoix est une cité médiévale à ne pas manquer, ne serait-ce que pour sa grande place. On peut admirer les maisons à colombages sur galerie de bois; des piliers en bois aidés d'étaçons soutiennent les façades et forment de magnifiques galeries couvertes.



Mirepoix

Cela fait plusieurs fois que je m'arrête à Mirepoix, souvent pour une pause dans le salon de thé tenu par une anglaise.

Camon, village fleuri, se surnomme « le village aux cent rosiers », en effet les ruelles de ce village s'embaument et se colorent au printemps. Une abbaye bénédictine y fut fondée au X<sup>e</sup> siècle.



Camon

Puivert est un village « surveillé » par son château cathare dressé sur une colline. Ce château, qui a été bien restauré, mérite une visite, mais je reviendrai une autre fois.

Il me reste à franchir les cols de la Babourade et du Chandelier pour arriver sur le plateau de Sault.

Il pleut et je crève à la roue arrière. Changer une chambre à air sous la pluie n'est pas simple, mais j'ai connu pire sous la grêle.

Mon hôtel est situé à Espezel, il est tenu par une autre anglaise, son mari est cuisinier.

Etablissement tranquille, dans un endroit, on ne peut plus calme.

### Espezel – Foix (125 km, 2 630 m)

La journée va être rude aujourd'hui, avec au menu, le Port de Pailhères (2001 m) en plat de résistance.

Il fait beau, une belle journée s'annonce, mais deux surprises m'attendent.

D'abord la sortie de la vallée de Rébenty avec une côte de 2 km à 9% de moyenne, et le col de Carcanières, pas long, moins de 1 km, mais avec des passages à plus de 11%. Je connaissais ces difficultés, mais je ne les avais jamais franchies avec sacoches à l'arrière.

Quérigut, village situé à l'extrême sud de l'Ariège, dominé par un autre château cathare en ruine, est le lieu de ma pause-café matinale où je fais tamponner ma carte de route.

Il fait beau, la fraîcheur du matin a cédé la place à un radieux soleil.



*Je me dirige tranquillement vers Mijanès, village qui marque le début du Pailhères.*

*J'ai 10 km avec une pente de 9% de moyenne, je sais que cela ne va pas être simple, mais avec mon «tout à gauche» j'arrive au sommet sans difficulté.*

*Dans la descente du col, je retrouve les habituels chevaux vivant en liberté.*

*Lavail, petit bourg situé à la jonction du col de Pradel est un lieu déjà utilisé pour des pique-niques passés.*

*Je dois monter au col de Chioula pour prendre la route des corniches par le col de Marmare.*

*Cette route domine la vallée entre Ax-les-Thermes et Tarascon/Ariège. C'est une route privilégiée par les cyclos de Midi-Pyrénées, elle passe par Lordat (site BCN-BPF) et son château, dont il ne reste que des ruines.*

*Je retrouve la vallée de l'Ariège à Bompas où il ne reste que 13 km pour arriver à Foix, que l'on aperçoit grâce à son château qui domine la ville. Une journée mérite d'être consacrée à la découverte de cette cité.*



## **Foix – Brax (99 km et 560 m)**

*Il fait toujours beau, temps frais et « tempête » de ciel bleu.*

*On ne peut passer à St Jean-de-Verge sans s'arrêter pour admirer une des plus belles églises romanes de l'Ariège, l'église St Jean-Baptiste (XII<sup>e</sup> siècle).*



*Je rentre par la vallée de la Lèze, il y a peu de vent, cela me permet de rentrer chez moi pour déjeuner avec mon épouse, il est 12h30.*



## 5 - Les Hautes-Pyrénées – l'extrême sud-ouest de Midi-Pyrénées

### Brax – Bagnères-de-Bigorre (139 km, 1 670 m)

En cette mi-juin 2012 le ciel est nuageux. Mon cousin Jean-Pierre m'accompagne jusqu'à la pause-café de Samatan, une des «capitales gersoises» du foie gras.



Départ avec Jean-Pierre

Simorre, site BCN-BPF, est mon prochain arrêt pour faire tamponner ma carte de route, l'église fortifiée du village est un bel édifice en brique aux allures de forteresse.



Simorre

Je traverse Boulogne/Gesse pour arriver au petit village de Gensac, lieu de mon pique-nique; je m'arrête pour une courte pause à Capvern avant d'arriver à Mauvezin, un autre site BCN-BPF.



Château de Mauvezin

Le château de Gaston Phébus a été magnifiquement restauré, la visite s'impose ne serait-ce que pour la vue toute azimut que l'on a en haut du donjon, particulièrement sur le massif des Baronnies.



Château de Mauvezin

Les vallons du Luz et de l'Arros, en contre-bas, me conduisent à l'abbaye cistercienne d'Escaladieu, on peut pénétrer dans le parc pour le coup d'œil sans obligation de visite.

Sortir de cette petite vallée, par une côte de 6 km à 5% de moyenne, est mon dernier effort avant de descendre sur Bagnères-de-Bigorre, terme de mon étape.

### Bagnères-de-Bigorre – Barèges (98 km et 1 850 m)

Une belle journée se prépare sous un ciel bleu limpide, avec une température plutôt fraîche.

Je quitte la vallée de l'Adour pour rejoindre celle du Gave de Pau par une côte de 8 km à moins de 3% sur une tranquille route touristique.

A Lugagnan, j'emprunte la piste cyclable qui longe le Gave de Pau sur une dizaine de kilomètres.

Sur la route menant à Luz-St-Sauveur, je suis doublé par plusieurs groupes de cyclistes, dont beaucoup d'étrangers. La route du Tourmalet attire toujours beaucoup d'amateurs de la petite reine. Certains sont intrigués et intéressés par mon cintre à cornes équipé d'un rétroviseur.

A Saint-Sauveur, j'engage l'ascension de 19 km, à moins de 5% de moyenne, me conduisant à Gavarnie.

La vue du cirque de Gavarnie produit toujours un choc, ce site (BCN-BPF) est exceptionnel, c'est grandiose.

La pause pique-nique me permet de prolonger ce court séjour pour admirer ce site.



Cirque de Gavarnie

Ma carte de route étant visée, je redescends à Saint-Sauveur et arrive à Luz pour entreprendre la montée du col du Tourmalet.

Le « tout à gauche » et le « tour de roue » me permettent d'atteindre Barèges sans trop de difficultés, malgré le soleil qui me fait transpirer à grosses gouttes.

Il est 15h30 passées lorsque j'arrive devant l'hôtel, il n'est pas tard, mais j'arrête là ma randonnée d'aujourd'hui.

Il est loin le temps où j'emmenais mon club faire la randonnée, que j'avais baptisée « Les fous du Tourmalet », qui consistait à partir de Bagnères pour monter le col par La Mongie, descendre jusqu'à Luz-St-Sauveur et remonter le col par Barèges pour revenir à Bagnères.

C'était un excellent entraînement pour préparer les randonnées alpines.

### **Barèges – Aurignac (128 km, 1 920 m)**

Le beau temps est toujours là.

La montée jusqu'au col est un régal, malgré le dernier et redoutable kilomètre à 14% de pente.

En haut du col, je m'arrête pour souffler et récupérer, pour me ravitailler et pour admirer le magnifique panorama qui s'offre à mes yeux.

Je retrouve « les Géants du Tourmalet » installés à proximité de la stèle Jacques Goddet. Chaque année au début du mois de juin, au cours d'une journée festive rassemblant plusieurs centaines de cyclistes, ces statues objet d'art sont montées en haut du col.



Col du Tourmalet

Je ne peux passer devant la grange de Sainte-Marie-de-Campan sans m'arrêter et imaginer Christophe en train de forger sa fourche pour réparer son vélo ... une épopée ...



Grange de Christophe à Ste Marie-de-Campan

Je repasse à Bagnères, et traverse de nouveau les Baronnies pour rejoindre Mauvezin avant de descendre à St Bertrand-de-Comminges, autre site BCN-BPF.



St Just-de-Valcabrère --Abb de St Bertrand-de-Comminges

Je monte jusqu'à la place de l'abbaye où une crêperie « m'appelle » pour un déjeuner à l'ombre d'une salle-musée.

Contrôle de ma carte de route avant de repartir vers Saint-Gaudens et Aurignac (site BCN-BPF) où je fais escale.

Je n'avais jamais pris le temps de m'arrêter lors de mes précédents passages dans cette petite ville. Cette cité est perchée sur un éperon rocheux face aux Pyrénées, la partie médiévale se compose de 3 enceintes fortifiées autour du château comtal.

### **Aurignac – Brax (67 km, 500 m)**

Toujours le beau temps, avec un vent d'autan, qui ne me gênera pas trop.

Retour rapide par Rieumes où je fais une pause-café qui me permet d'admirer la halle et les maisons à colombages.

J'arrive chez moi avant midi pour déjeuner avec mon épouse.

## 6- Le Tarn et l'Aveyron – l'extrême sud-est de Midi-Pyrénées

### Brax – La Crouzette (135 km, 1 140 m)

Nous partons sous un ciel nuageux et un temps frais pour cette fin juin 2013. Le cousin Jean-Pierre m'accompagne jusqu'à la pause-café de Bruguières. Mon prochain arrêt est à Lavar, un bastion du catharisme et capitale du pays de Cocagne. A ne pas manquer, le détour par l'église Saint-Alain pour voir le Jacquemart sonner les heures. Je fais la pause pique-nique avant Castres, ville moyenne que j'évite pour suivre la vallée de l'Agout jusqu'à la route qui monte à Lacrouzette, site BCN-BPF et terme de mon étape.



Je suis au cœur du Sidobre, le plus grand plateau granitique d'Europe. De gigantesques cailloux, dont certains pèsent près de 900 tonnes sont éparpillés sur ce massif du parc naturel régional du Haut-Languedoc. De nombreux circuits pédestres et de VTT permettent de visiter le parc.

### La Crouzette – Nant (153 km, 2 220 m)

Ce n'est pas encore le grand beau temps, mais le soleil arrive à percer les nuages de temps en temps. Je m'attends à une « journée toboggan » dans ce parc du Haut-Languedoc. Je ne serai pas déçu. Descente sur Brassac pour traverser l'Agout, longue montée par le col de la Bassine jusqu'à Lacaune, site BCN-BPF, où je fais une pause-café et tamponner ma carte de route.



La ville est célèbre pour ses charcuteries et salaisons, une visite de la Maison de la charcuterie, avec dégustation, permet de mieux appréhender cette richesse.

La fontaine des Pisseurs, classée monument historique, est une autre particularité de Lacaune.



Sur une petite route, fréquentée principalement par des tracteurs, à la sortie d'un virage, je suis surpris par un imposant clocher recouvert d'ardoises qui écrase l'entrée de l'église, que l'on voit à peine. Il n'y a que quelques maisons dans ce bourg nommé « La Bessière ».



Le paysage est magnifique et d'un vert reposant. J'arrive à Sylvanès pour pique-niquer, je m'installe devant le parc de l'abbaye cistercienne, la première construite en Rouergue, au XII<sup>e</sup> siècle. On y organise des stages et des expositions.

Il fait beau et chaud, le vent d'ouest me pousse.

A Cornus, je pense faire le dernier effort lorsque j'entreprends les 2 km à 7% pour monter sur le plateau des Grandes Causses.

St-Jean-du-Bruel, localité de l'extrême sud-est de Midi-Pyrénées, est mon dernier arrêt pour une pause et visa de ma carte.



Chapelle au fond d'un vallée de l'Aveyron

Les 7 derniers kilomètres de descente me conduisent à Nant où j'ai réservé une chambre à l'hôtel « La gare aux ânes ».

Je n'aperçois aucun panneau indiquant cet hôtel. J'interroge un passant d'un certain âge, il ne connaît pas cet établissement. Je lui demande s'il y a une gare à Nant ? Non ! Me répond-t-il !

Y a-t-il une voie de chemin de fer ? Non ! Puis, après une hésitation, il m'explique qu'il y avait une voie ferrée sur le plateau du Larzac et qu'il y avait bien une gare !

C'est au bout de 10 km et 350 m de dénivelé que j'arrive devant cette gare aux ânes, dissimulée par une haie feuillue, devant laquelle j'étais passé et que je n'avais pas vue.

Cette gare, typique de la région Midi-Pyrénées – il y a la même chez moi à Brax – a été aménagée en auberge-restaurant comprenant 10 chambres. Cet établissement, bien aménagé et décoré, est tenu par un couple d'hommes, l'un prépare les repas et l'autre assure l'accueil.

Le nom de la « Gare aux ânes » provient du fait que les habitants de Nant utilisaient des ânes pour monter à la gare et prendre le train au début du siècle dernier.



Gare aux ânes de Nant

### **Nant – Rieuepeyroux (159 km, 2 160 m)**

Le vent d'ouest souffle toujours, cela signifie que je l'aurai de face toute la journée, je prévois un décalage horaire pour mon arrivée.

C'est toujours avec un grand plaisir que je passe à Sainte-Eulalie-de-Cernon. Ce charmant village fortifié est situé au pied du plateau du Larzac, dans un vallon accueillant et bocager (à voir la place et sa fontaine, et l'église romane des Templiers).

Pause-café à Saint Rome-de-Cernon avant d'arriver à Saint Rome-du-Tarn. Ce village semble attrayant, je n'ai pas prévu de m'y arrêter, je me promets d'y revenir pour le visiter.

J'engage une partie de cache-cache avec le Tarn, que je vais suivre sur plus de 40 km.



Vallée du Tarn

Ce parcours est un enchantement, il alterne des secteurs en altitude dominant la vallée, dont l'un passe par Melvieu (site BCN-BPF) avec des secteurs longeant la rivière et abrité du vent.

Je fais une pause à Brousse-le-château, je regrette de ne pouvoir m'y attarder. Ce site est remarquable par le château dominant le village qui a conservé les traces de son passé médiéval ; j'y reviendrai avec mon club.



Brousse-le-Château

Je sors de la vallée pour atteindre Réquista où je me réfugie dans un café, à l'abri de la pluie, pour pique-niquer.

Les passages pluvieux se succèdent.

Pampelonne, site BCN-BPF, village tranquille dont le seul intérêt est d'être situé à proximité des Gorges du Viaur. Je m'y arrête pour une pause ravitaillement et pour un visa sur ma carte

Il ne me reste plus qu'à descendre au Port de la Besse pour traverser le Viaur et remonter sur le plateau du Ségala, une longue côte de 18 km qui me mène à la maison familiale de Rieuepeyroux.

## 7- L'Est de l'Aveyron – l'extrême nord-est de Midi-Pyrénées

### Rieupeyroux – Brommat (150 km, 2 380 m)

En ce début septembre 2 013, je pars pour un aller-retour Rieupeyroux-Thérondels, il fait beau et je m'attends à une partie de toboggan.

Pause-café à Marcillac-Vallon, célèbre pour son vignoble AOC.

Prochain arrêt à Bozouls, site BCN-BPF et contrôle de ma carte de route.

Le "Trou de Bozouls" est un cirque naturel, un canyon en forme de fer à cheval, creusé dans les calcaires secondaires du Causse Comtal, et au fond duquel coule un modeste torrent, le Dourdou.



Bozouls

Je rejoins les Gorges du Lot à Estaing, dont les maisons sont blotties autour du château du XIII<sup>e</sup> siècle. Je ne fais que traverser le village pour monter sur l'autre versant où sont situés les lacs artificiels construits par EDF.



Estaing

Je pique-nique à Le Neyrac, au sommet d'une côte longue de 9 km, je recherche l'ombre, le soleil chauffe fort.

La succession de côtes et le soleil rendent l'après-midi difficile. Des crampes m'obligent à mettre pieds à terre dans la dernière côte avant Thérondels, localité de l'extrême nord-est de Midi-Pyrénées où je fais tamponner ma carte de route.

Les 11 derniers kilomètres sont en descente, cela me permet d'atteindre Brommat sans difficulté.



Gorges du Lot

### Brommat – Rieupeyroux (110 km, 1 445 m)

Dernière étape de l'Etoile Midi-Pyrénées.

Je quitte Brommat sous un ciel nuageux, il fait plutôt frais dans la descente de 27 km qui me ramène à Entraygues.

Ce village est situé au confluent du Lot et de La Truyère. Le bourg a conservé ses ruelles à caractère médiéval : passages couverts, « cantous », maisons des XV<sup>e</sup> et XVII<sup>e</sup> siècles.

Je repars après la pause-café matinale en suivant le Lot sur 38 km, jusqu'à l'entrée de Decazeville où je retrouve Jean-Pierre venu à ma rencontre.

Nous déjeunons à la terrasse d'un snack d'Aubin.

Lorsque nous repartons, le ciel est devenu menaçant. Jean-Pierre prend de l'avance à dans la côte de la sortie de la ville ; une forte précipitation m'oblige à me réfugier sous des arbres pour un abri de fortune.

L'après-midi sera rythmé par une succession de côtes conduisant de vallons en vallons, jusqu'aux Gorges de l'Aveyron.

C'est à Prévinières, petit bourg bien connu des pêcheurs à la truite, que nous engageons la dernière ascension qui nous hisse sur le plateau du Ségala, à Rieupeyroux, terme de ma randonnée permanente « Etoile Midi-Pyrénées ».

Michel Fontayne



Fontaine du Griffoul à Rieupeyroux