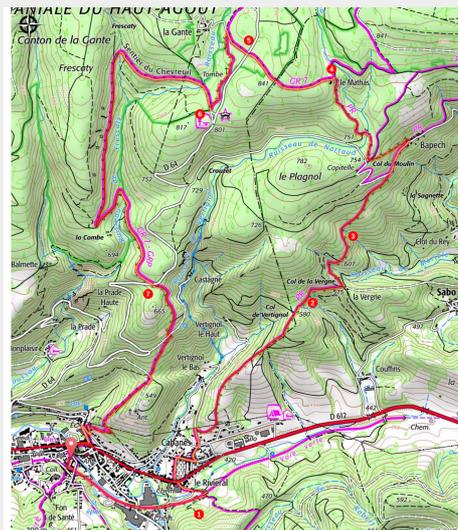


# Le sentier des 3 cols

Office de tourisme Thoré Montagne Noire - Labastide-Rouairoux



Sentier des 3 cols (©OTTMN)



## *Entre climat océanique et méditerranéen, aux confins de la vallée du Thoré...*

Aux confins de la Vallée du Thoré et à la limite des bassins atlantique et méditerranéen, le sentier des 3 cols chemine sur la ligne de partage des eaux. D'un côté, le sentier dévoile la vallée du Jaur, lumineuse et ensoleillée au climat méditerranéen ; de l'autre, la verdoyante vallée du Thoré offrant des paysages naturels de moyenne montagne : sapins, ruisseaux et cascades. Le sentier est ponctué de nombreux éléments de patrimoine culturel. Des capitelles servaient autrefois d'abri aux bergers qui gardaient leur troupeau. À côté du Moulin de Mathas, aujourd'hui en ruines, on peut toujours admirer une superbe réserve d'eau faite en pierre plantée qui servait à alimenter le moulin. À mi parcours, le sentier passe à proximité du dolmen de la Ganthe et de la pierre levée qui lui fait face. Il est un des rares témoignages des anciens peuplements de la vallée du Thoré.

## Infos pratiques

Pratique : Randonnée

Durée : 5 h

Longueur : 12.9 km

Dénivelé positif : 570 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : En forêt, Environnement

# Itinéraire

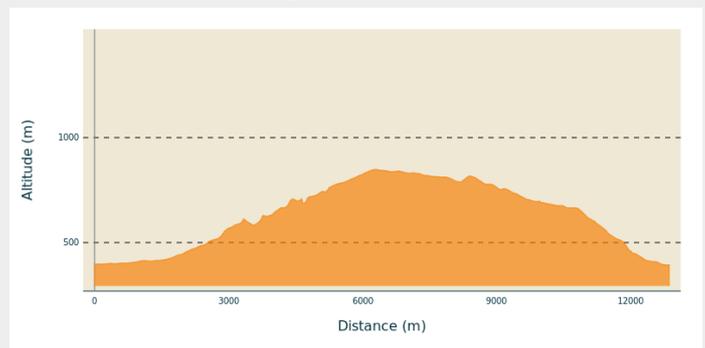
**Départ** : Place du 8 mai, Labastide-Rouairoux

**Arrivée** : Même lieu que le départ

**Balisage** :  GR  GRP  PR

**Communes** : 1. Labastide-Rouairoux

## Profil altimétrique



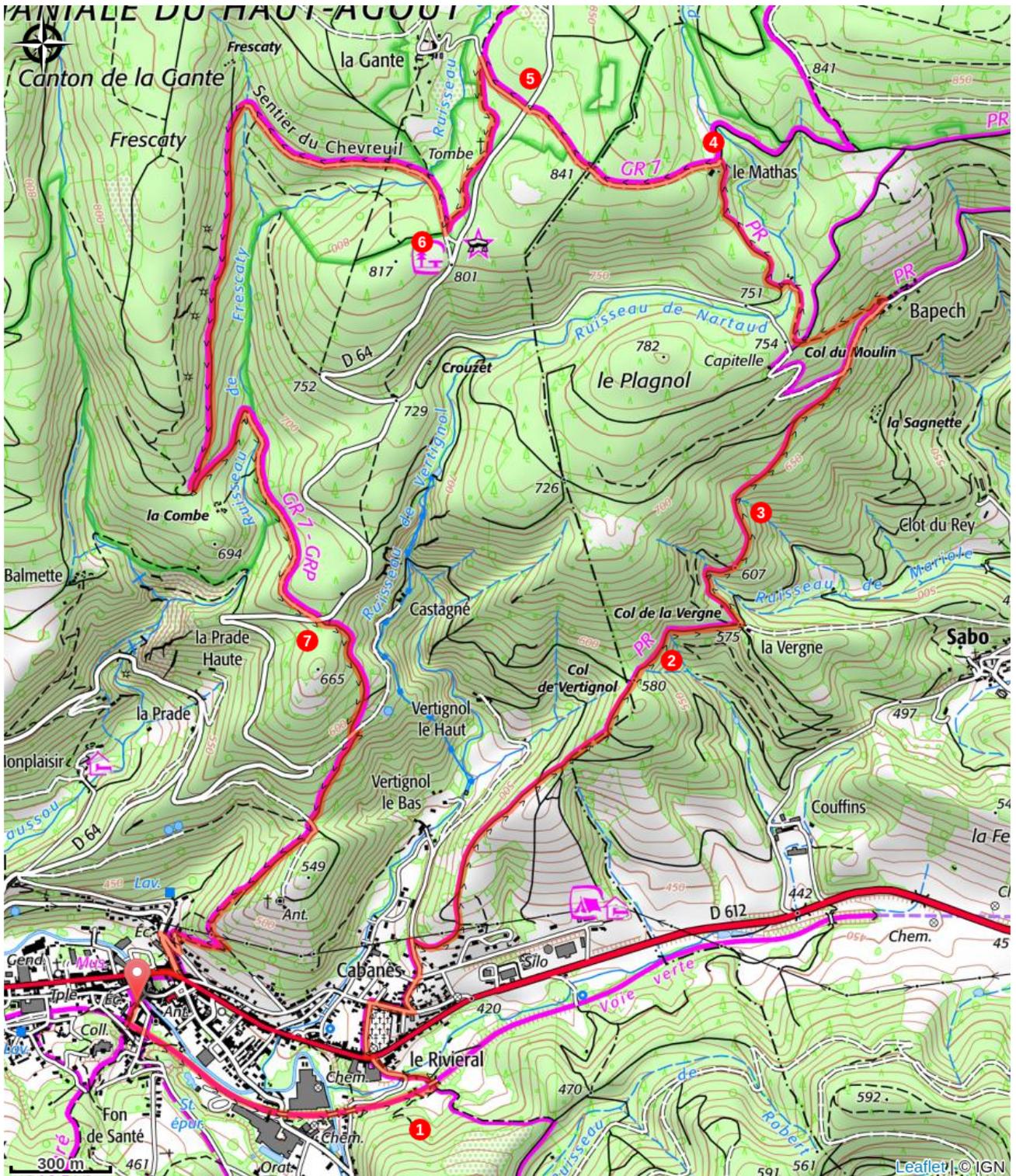
Altitude min 393 m Altitude max 848 m

**Départ** : Du pont, descendre la rue rive gauche du Thoré. Face à la passerelle en fer emprunter à droite le passage longeant l'école. Avant un petit tunnel, monter l'escalier pour rejoindre la voie verte (ancienne voie ferrée). La suivre sur la gauche, passer devant les usines et continuer tout droit jusqu'au croisement.

1. Tourner à gauche, traverser la route départementale D612 et rejoindre le « chemin des buis ». Longer le cimetière. Au bout, tourner à droite, puis prendre la 1ère à gauche. Prendre à droite le deuxième chemin avant le petit pylône (relais). Le sentier prend rapidement de la hauteur, se divise en deux, pour aller atteindre un premier replat. Vue sur Labastide-Rouairoux. Sur la droite, l'Hérault et le col de la Fenille, sur la gauche le Tarn et la vallée du Thoré. Plus haut, laisser à gauche, un chemin qui descend à la ferme de Vertignol, plus haut encore, emprunter la sente dans le bois pour éviter une épingle de la piste.
2. Sur un replat boisé, le col de Vertignol délaisse alors le versant atlantique pour passer au versant méditerranéen. Après le col de la Vergne, tourner à gauche pour monter vers Bapech. Point de vue sur la vallée vers Courniou et les derniers contreforts de la Montagne Noire.
3. Monter plus haut, laisser deux pistes à gauche, puis prendre à gauche, laisser dans une épingle le chemin plat qui va vers le hameau de Bapech. (Départ de la variante par le Pont Gaulois (4.5km) : continuer tout droit en direction de Bapech. Passer devant le moulin de Mathas. Avant le 1er lacet, à droite dans le bois, une première capitelle. Prendre à droite à l'épingle suivante et passer devant une autre capitelle. Quitter le chemin pour suivre un béal à gauche menant au moulin du Mathas.
4. Croisement avec le GR7, balisage en rouge et blanc. Le GR7 et le sentier des 3 cols sont communs jusqu'à l'arrivée à Labastide-Rouairoux.
5. De La Gante à Labastide-Rouairoux : 5,5 km, 1h15. Traverser la route en direction de La Gante. Prendre le chemin goudronné sur 200 m, tourner à gauche et emprunter la piste forestière. Suivre le sentier sinueux. Il passe en surplomb d'une tombe. Poursuivre jusqu'à une clairière. A 50 m à gauche, se trouve le Dolmen de la Gante.
6. Prendre à droite la piste forestière en direction du ruisseau de Frescaty. Le traverser et continuer sur la piste principale gravillonnée. Au ruisseau intermittent, prendre à gauche et descendre jusqu'à une intersection. Bifurquer à gauche. Passer le pont et continuer jusqu'à la D6.

7. Poursuivre en face. Laisser l'arboretum à gauche. Traverser le chemin menant à Castagné et repiquer aussitôt à droite. Au croisement de pistes, suivre le petit sentier à droite qui descend vers Labastide-Rouairoux.

# Sur votre chemin...



# Toutes les infos pratiques

## **PDESI / PDIPR**

Site ou itinéraire inscrit au PDESI et/ou PDIPR.

## **Comment venir ?**

### Transports

Ligne LIO 762 Castres / Saint Pons de Thomières

### Accès routier

D612, Labastide-Rouairoux.

### Parking conseillé

Centre de Labastide-Rouairoux, se garer à proximité du pont sur le Thoré.

## **Lieux de renseignement**

### **Office de tourisme Thoré Montagne Noire**

13 avenue de la Ribaute, 81240 Albine

Tel : 0563376970

<http://www.tourisme-thoremontagnenoire.fr>