

# Lo camin des Saints-Peyres aux gorges du Banquet

Office de tourisme Thoré Montagne Noire - Le Vintrou



Le lac des Saints-Peyres (©OTTMN)



## *Sous le signe de l'eau et de la forêt*

Lac des Saints-Peyres, rivière de l'Arn avec ses nombreux ruisseaux affluents, gorges du Banquet, l'eau est partout présente et a permis à ce territoire escarpé de se couvrir de magnifiques forêts. Deux églises dédiées à Saint-Pierre étaient situées de part et d'autre du site du barrage, ce qui explique l'origine du nom. Mis en eau en 1935, le lac des Saints-Peyres tout en régulant le cours d'eau de l'Arn réussit le double pari de l'efficacité et du respect de l'environnement. Réserve de 32 millions de m<sup>3</sup>, elle assure la force motrice de la centrale électrique du Vintrou et du Pont de l'Arn beaucoup plus bas. En période de sécheresse, cette réserve devient précieuse pour tout le bassin versant. Ce parcours nous permet de mieux connaître ces installations et de comprendre qu'il est dangereux de s'aventurer sur la rivière qui peut à tout moment subir des lâchers.

## **Infos pratiques**

---

Pratique : Randonnée

---

Durée : 5 h

---

Longueur : 15.7 km

---

Dénivelé positif : 599 m

---

Difficulté : Intermédiaire

---

Type : Boucle

---

Thèmes : Environnement,  
Géologie, Patrimoine

# Itinéraire

**Départ** : Entre l'église et la mairie du Vintrou

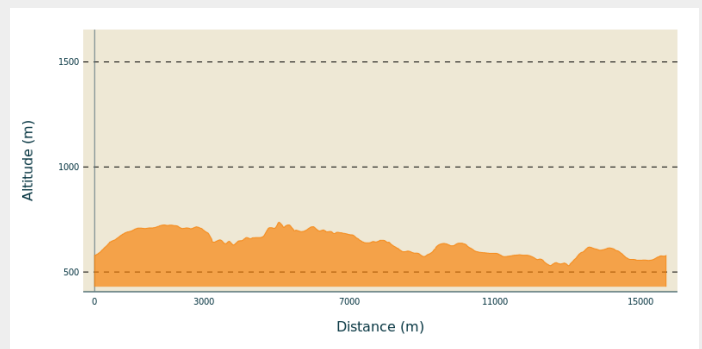
**Arrivée** : Même lieu que le départ

**Balisage** :  GR  GRP  PR

**Communes** : 1. Le Vintrou

2. Saint-Amans-Valtoret

## Profil altimétrique



Altitude min 530 m Altitude max 737 m

Départ du Vintrou : Entre l'église et la mairie, monter la route qui passe au dessus de la conduite forcée avant de devenir une piste forestière. Point de vue sur la vallée. Au carrefour de cinq pistes, monter en face pour rejoindre la D161.

1. Au croisement, traverser la route pour se diriger vers Sagne Pomié. 300 m après la ferme, dans un virage, suivre la piste empierrée à gauche. Au premier croisement descendre en face dans la forêt. On quitte les résineux pour pénétrer dans la forêt de feuillus. À l'aire de retournement, emprunter le sentier qui continue de descendre dans la vallée de l'Arn. Le sentier passe devant les deux premières fenêtres de visite de la conduite forcée. Après avoir traversé un ruisseau, le chemin s'élargit et on passe devant une 3e fenêtre. On remonte en passant le portillon qui donne accès au site du barrage. Le passage est autorisé dans les limites du balisage. Traverser la digue et suivre le sentier qui remonte pour rejoindre une piste forestière.
2. Tourner à droite sur la piste forestière qui longe les anciennes carrières utilisées pour la construction du barrage. Point de vue sur le barrage et le lac. Après l'épingle descendre un sentier à droite puis remonter à gauche. Aux grands hêtres, virer à droite. On remonte sur une crête qui replonge rapidement. Après le ruisseau, on remonte à gauche pour rejoindre la piste forestière. 400 m après descendre dans le sentier à droite, passer le ruisseau, puis remonter sur la piste à droite sur 200 m.
3. Tourner à droite pour redescendre dans la vallée du ruisseau de la Moulière se jetant dans l'Arn. On longe au plus près ces ruisseaux, où surgissent rochers et dalles de granit. Suivre le sentier qui rejoint la piste forestière puis la route goudronnée.
4. Emprunter à droite cette route sur 200 m et tourner à gauche dans un sentier entre deux haies. En débouchant du sentier à l'entrée du hameau des Salesses tourner à droite puis 100 m plus loin descendre à gauche entre champ et forêt pour rejoindre le chemin de la Sagne que l'on emprunte pour arriver sur la route. On remonte légèrement sur la droite pour couper à travers champs sur un sentier qui conduit au Banquet.
5. Laisser le chemin creux pour rejoindre la forêt de sapins. On descend sur la route goudronnée à droite pour passer sur un pont qui domine un ancien moulin. 300 m après juste après l'épingle remonter dans le chemin à droite. Cette portion d'une ancienne voie antique qui liait Roquecezière au Pays-Bas nous

conduit au hameau du Mariech équipé d'une superbe aire de pique-nique. Traverser le hameau et remonter le chemin qui passe sous la ferme des Thérons et longe haies et forêts. Sur la route goudronnée revenir à gauche sur 200 m et descendre dans le chemin à droite qui mène au Vintrou.

# Sur votre chemin...



# Toutes les infos pratiques

## Comment venir ?

Accès routier

Stationnement sur le parking en contrebas de la route.

Parking conseillé

Stationnement dans le centre du Vintrou.

## Lieux de renseignement

**Office de tourisme Thoré Montagne Noire**

13 avenue de la Ribaute, 81240 Albine

Tel : 0563376970

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