



# RANDONNEE DES GORGES D'HERIC PAR LE COL DE BARDOU



© @Gilles Delerue - Hérault Tourisme



© @Gilles Delerue - Hérault Tourisme



© @Eric Brendle - Hérault Tourisme



© @ Eric Brendle - Hérault Tourisme

## Point de départ

📍 MONS  
📍 Lat : 43.56703 Lng : 2.96122

## Informations techniques

🚶 Marche

**Difficile** ⌚ 4h30m

↗ Deniv. pos. 581 m	↘ Deniv. neg. 581 m	↑ Alt. max. 666 m	↓ Alt. min. 168 m	↔ Distance 12,4 km
------------------------	------------------------	----------------------	----------------------	-----------------------



Proposé par :  
**Hérault Tourisme**  
<http://www.herault-tourisme.com>

## Description

Une randonnée en boucle pour découvrir le Massif du Caroux et les Gorges d'Héric au départ de Mons-la-Trivalle. Cette randonnée sportive, mais accessible en famille, vous emmène au cœur du Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc par des sentiers tracés par nos ancêtres. Profitez des magnifiques panoramas tout au long du parcours.

Vous ferez le tour du Massif de la Gleyzo en passant par le Col du Bardou et le hameau d'Héric. Vous longerez les gorges d'Héric avec ses nombreux sites de baignade. Cette randonnée se prête bien aux journées chaudes grâce à la montée ombragée et les sites de baignade à proximité. Attention cependant aux fortes chaleurs.

## Informations complémentaires

### Pour plus de renseignements

Office de Tourisme du Minervois au Caroux : Téléphone fixe : +33 4 67 97 06 65 Site web : <https://www.minervois-caroux.com/>

### Suricate - Signaler un problème

Soyez acteur de la qualité de vos sites de pratiques ! Suricate permet de signaler les problèmes que vous rencontrez sur le terrain. <https://sentinelles.sportsdenature.fr/>

### Conseils pratiques

Attention, vous pouvez croiser des VTT en descente entre le village de Mons et le Col du Bardou. Restez vigilants.

GR® est une marque déposées par la FFRandonnée, elle désigne les itinéraires balisés de marques blanc-rouge. Ces itinéraires sont des créations de la FFRandonnée. Leur reproduction non autorisée, ainsi que des marques GR® constitue une contrefaçon passible de poursuites. Retrouvez tous les GR® sur [mongr.fr](http://mongr.fr).

### Parking

Au départ de l'Office de Tourisme - Maison des Montagnes du Caroux: avenue de la gare à Mons-la-Trivalle

### Balilage

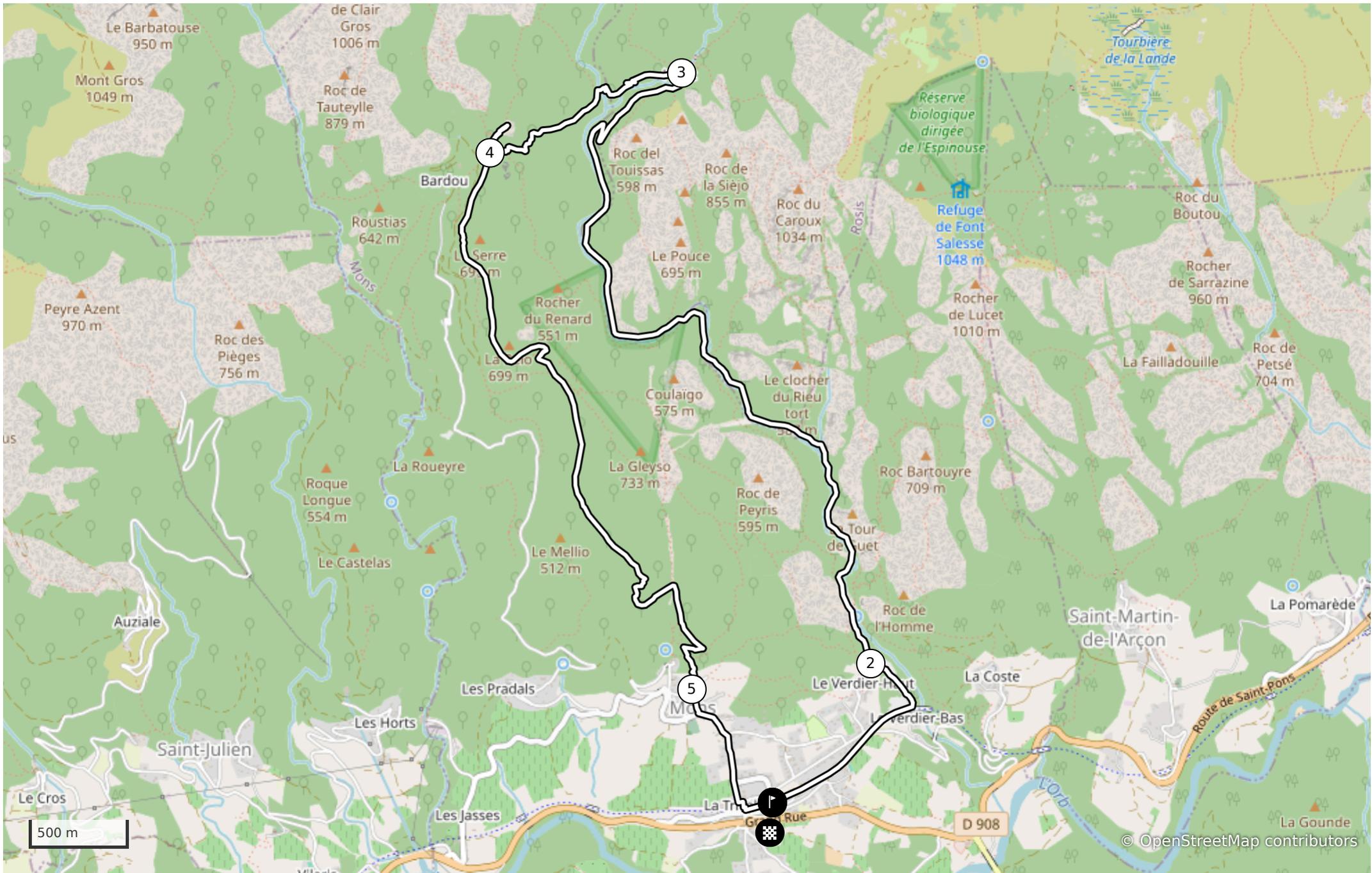
Blanc et rouge GR Bleu sentiers d'intérêt local Jaune et rouge GR de pays Panneaux "Voie verte"

### Labels

Sentiers d'intérêt de pays

### Les bonnes raisons de choisir cet itinéraire

Une boucle pour découvrir le Massif du Caroux dans la journée  
La montée ombragée jusqu'au Col de Bardou et le retour au long des Gorges d'Héric avec ses nombreux sites de baignade  
Une randonnée sportive qui se fait seul, entre amis ou en famille



 Point de départ 
  Point d'arrivée 
  Itinéraire

**RANDONNEE DES GORGES D'HERIC PAR LE COL DE BARDOU** - Mis à jour le 26/08/2025 par Hérault Tourisme et généré par [www.cirkwi.com](http://www.cirkwi.com) Ce circuit vous est fourni à titre indicatif. Cirkwi ne certifie pas la fiabilité des informations contenues dans les textes, cartes, photos ou itinéraires. 2 / 4

## Infos parcours et Points d'intérêt

### 1 Autres



De la Maison des Montagnes du Caroux aux Gorges de l'Héric Départ à la Maison des Montagnes du Caroux, prendre la Voie Verte sur 800m pour rejoindre, le parking au bas des Gorges de l'Héric. Remontez le parking pour retrouver la route goudronnée montant au Hameau d'Héric.

📍 Lat : 43.56704 Lng : 2.96124

### 2 Autres



Du parking des Gorges d'Héric au Hameau d'Héric - Suivre cette route sur 4 km, en alternant entre rive gauche et rive droite du torrent. Profiter des points de vue sur les falaises et les vasques naturelles. Arrivée au hameau d'Héric.

📍 Lat : 43.57324 Lng : 2.96734

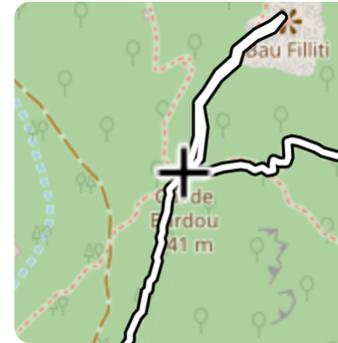
### 3 Autres



Montée vers le Col de Bardou Descendre dans les gorges d'Héric en suivant le balisage trail du parcours n° 5. Traverser le Pont d'Héric. Emprunter le sentier en montée, ombragé et régulier, jusqu'au Col de Bardou. - Option au col de Bardou : accès au belvédère de Bau Filiti (200 m aller-retour) pour vue panoramique sur les aiguilles du Caroux.

📍 Lat : 43.59958 Lng : 2.9556

### 4 Autres



Descente vers l'ancien village de Mons. Depuis le col, entamer la descente sur le sentier caladé bordé de châtaigniers et chênes verts en suivant toujours le balisage trail du parcours n° 5. Ce tronçon est partagé avec des VTTistes : vigilance recommandée. Suivre le tracé jusqu'à rejoindre un sentier caillouteux. À l'approche du village, passage sur piste bétonnée. Traverser le village en descente jusqu'au petit parking.

📍 Lat : 43.59602 Lng : 2.94378

### 5 Autres



De l'ancien village de Mons retour à la Maison des Montagnes du Caroux Continuer sur la route principale en direction du centre-ville de Mons-la-Trivalle. Au carrefour, prendre la Voie Verte sur la gauche. Suivre cette voie jusqu'à la Maison des Montagnes du Caroux.

📍 Lat : 43.57208 Lng : 2.95629

# Profil altimétrique

