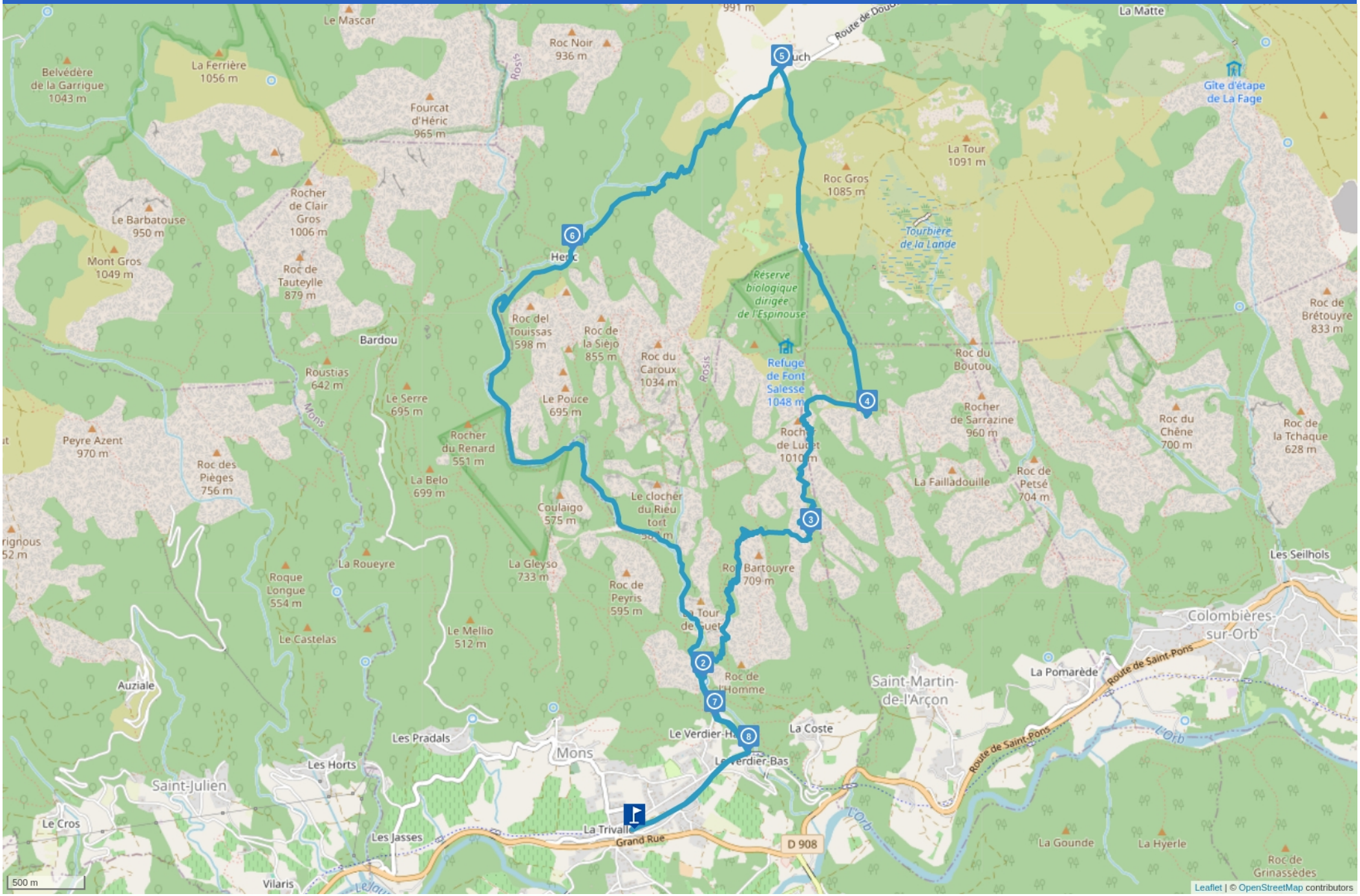
RANDONNEE DES GORGES D'HERIC PAR LA TABLE D'ORIENTATION

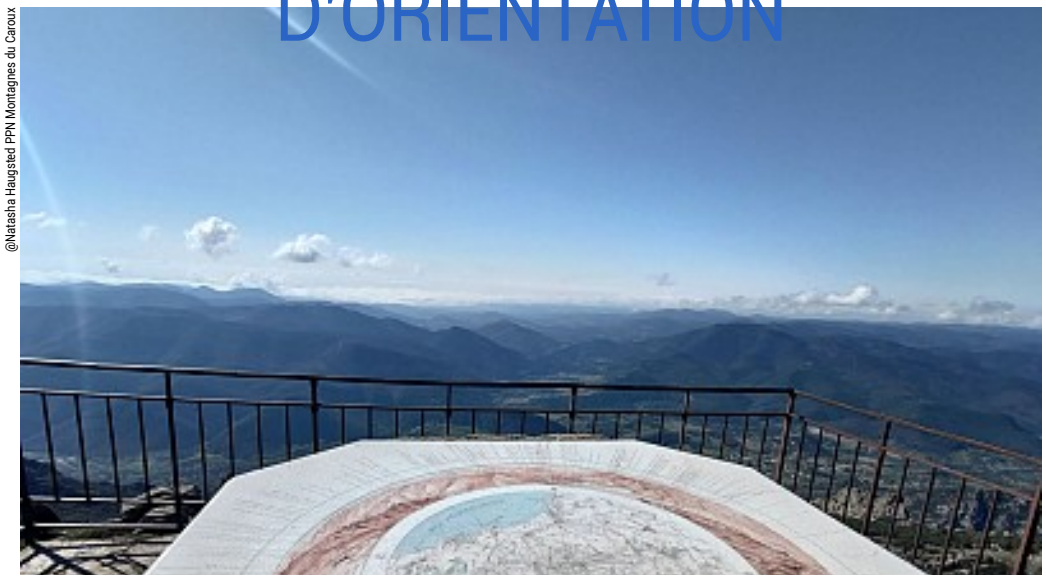


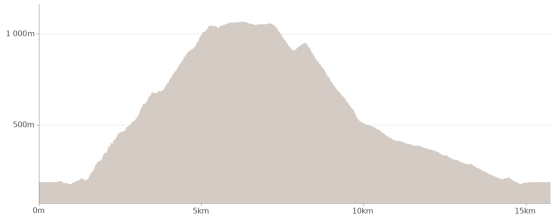
Cet itinéraire vous est fourni à titre indicatif. Cirkwi ne certifie pas la fiabilité des informations contenues dans les textes, cartes ou photos de cet itinéraire. Retrouvez plus d'infos sur www.cirkwi.com

Mise à jour le 12/07/25 par Hérault Tourisme et généré par www.cirkwi.com

RANDONNEE DES GORGES D'HERIC PAR LA TABLE D'ORIENTATION

Proposé par :
Hérault Tourisme
"Ce PDF a été généré à partir de Cirkwi, la plateforme de partage d'activités touristiques qui vous fait voyager"www.cirkwi.com/circuit/911075


@Natasha Haugsted PPN Montagnes du Caroux



Départ : MONS
16.20 km
6h
Difficile
maxi 1065 m
943 m
mini 171 m
943 m

Cette randonnée au départ de la Maison des Montagnes du Caroux à Mons-la-Trivalle vous emmènera à la découverte des Gorges d'Héric et du plateau du Caroux par l'emblématique Sentier des Gardes. Vous passerez par des sites exceptionnels tels que la table d'orientation, véritable belvédère sur la vallée du Jaur, le hameau d'Héric, typique de l'architecture locale avec ses maisons en pierres aux toitures couvertes de lauzes. Au retour, vous longerez la route des Gorges d'Héric, offrant de magnifiques points de vue sur le torrent et les falaises.

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

Office de Tourisme du Minervois au Caroux :
Téléphone fixe : +33 4 67 23 02 21
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 aux traversées de ruisseaux entre Douch et le hameau d'Héric après épisodes de fortes pluies.
GR® et GR® de Pays sont des marques déposées par la FFRandonnée, elles désignent les itinéraires identifiés sous le nom de «GR®», balisés de marques blanc-rouge ; et sous le nom de «GR® de Pays», balisés de marques jaune-rouge. Ces itinéraires sont des créations de la FFRandonnée. Leur reproduction non autorisée, ainsi que des marques GR® et GR® de Pays constituent une contrefaçon passible de poursuites. Retrouvez tous les GR® sur mongr.fr.

PARKING

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

BALISAGE

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

LABELS

Sentiers d'intérêt de pays

LES BONNES RAISONS DE CHOISIR CET ITINÉRAIRE

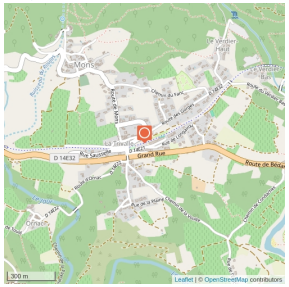
Une boucle pour découvrir le Massif du Caroux.
Un panorama imprenable depuis la table d'orientation du Caroux.
Le retour par les Gorges d'Héric permet de se rafraîchir en fin de parcours.

Cet itinéraire vous est fourni à titre indicatif. Cirkwi ne certifie pas la fiabilité des informations contenues dans les textes, cartes ou photos de cet itinéraire. Retrouvez plus d'infos sur www.cirkwi.com

Mise à jour le 12/07/25 par Hérault Tourisme et généré par www.cirkwi.com

1

Lat : 43.56694 - Lng : 2.96095

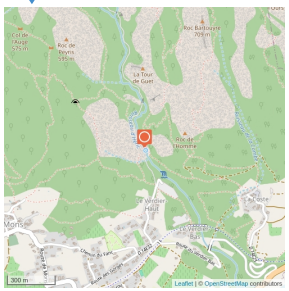


Maison des Montagnes du Caroux

De la Maison des Montagnes du Caroux, emprunter la Voie Verte en direction de Saint-Martin de l'Arçon (direction Est). Après 1km, prendre la sortie des Gorges d'Héric en descendant l'escalier, puis en empruntant le sentier caladé entre les chênes verts qui mène vers l'entrée des Gorges d'Héric. Monter la route des gorges sur 600 mètres jusqu'à rejoindre la passerelle des Soupirs.

2

Lat : 43.57555 - Lng : 2.96634



la passerelle des Soupirs

Traverser la passerelle des Soupirs et prendre à gauche le Sentier des Gardes. Vous commencerez une montée soutenue par un sentier caladé et ombragé par des chênes verts. Suivez le balisage PR (jaune) pour rejoindre le carrefour Saint-Martin (altitude 703 m). Prendre à gauche (balisage trail) en direction de la table d'orientation du Caroux en quittant le balisage jaune .

3

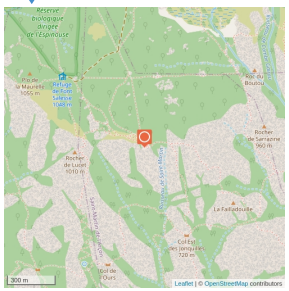
Lat : 43.58369 - Lng : 2.97479

Carrefour de Saint-Martin

Suivre le balisage trail en montée jusqu'à arriver au plateau du Caroux en alternant passages sur sentier et flancs de rochers. Attention aux glissades par temps humide et restez attentif au balisage à ce niveau du parcours. Au niveau de la bifurcation entre le refuge de Font Salesse et la table d'orientation, prendre la direction de cette dernière qui vous offrira un panorama sur la vallée du Jaur.

4

Lat : 43.59046 - Lng : 2.97917

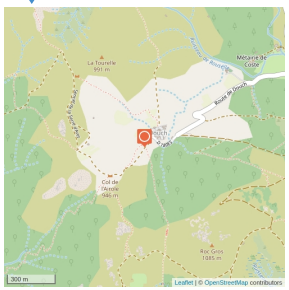


la table d'orientation du Caroux

De la table d'orientation du Caroux continuer par un chemin plat et ombragé en suivant le balisage GR (rouge et blanc) et PR (jaune). Après 600m, à l'intersection de chemins, quitter les balisage GR et PR et continuer tout droit en prenant le 3ème chemin en partant de la droite et en suivant le balisage trail. Aller jusqu'au hameau de Douch.

5

Lat : 43.6101 - Lng : 2.97247

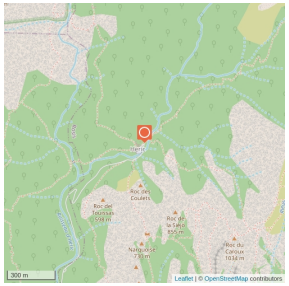


Hameau de Douch

Laisser le hameau de Douch à votre droite et prendre à gauche en direction du Col de l'Airole. Commencer la descente, parfois très escarpée, jusqu'à arriver au hameau d'Héric en suivant tout du long le balisage GR (rouge et blanc).

6

Lat : 43.59985 - Lng : 2.95601



Hameau d'Héric

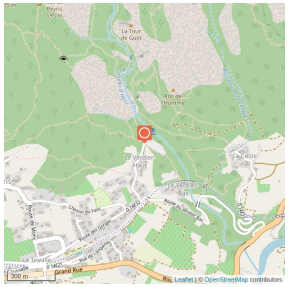
Arrivé au hameau d'Héric, laisser le balisage GR (rouge et blanc) emprunter la piste goudronnée à gauche qui redescend vers la vallée en suivant les gorges d'Héric. Pendant 4 km, la route alterne entre rive gauche et rive droite, offrant de magnifiques points de vue sur le torrent et les falaises.

Cet itinéraire vous est fourni à titre indicatif. Cirkwi ne certifie pas la fiabilité des informations contenues dans les textes, cartes ou photos de cet itinéraire. Retrouvez plus d'infos sur www.cirkwi.com

Mise à jour le 12/07/25 par Hérault Tourisme et généré par www.cirkwi.com

7

Lat : 43.57336 - Lng : 2.96724

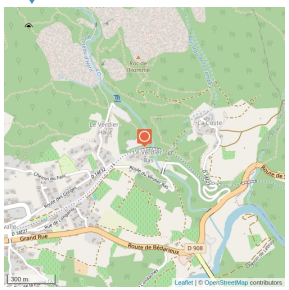


Entrée des Gorges d'Héric

En bas des gorges, emprunter le balisage bleu pour traverser le parking et rejoindre le viaduc de la Voie Verte par un sentier caladé entre les chênes verts. Avant le viaduc, emprunter un chemin qui monte et qui rejoint la Voie Verte.

8

Lat : 43.57135 - Lng : 2.96992



Retour au départ par la Voie Verte

Poursuivre sur la Voie Verte sur 800m pour retrouver le point de départ à la Maison des Montagnes du Caroux.

Cet itinéraire vous est fourni à titre indicatif. Cirkwi ne certifie pas la fiabilité des informations contenues dans les textes, cartes ou photos de cet itinéraire. Retrouvez plus d'infos sur www.cirkwi.com

Mise à jour le 12/07/25 par Hérault Tourisme et généré par www.cirkwi.com