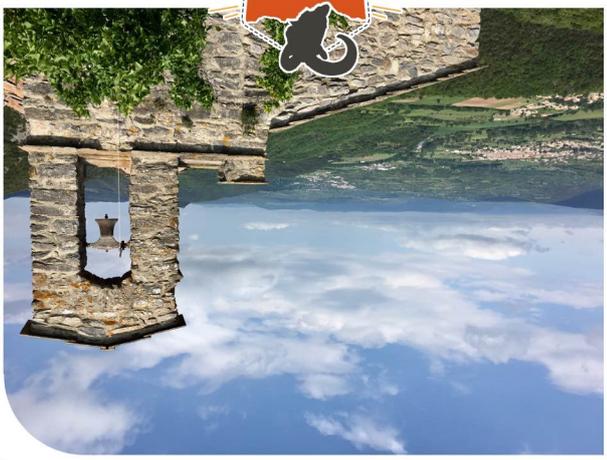


Au départ du village des Aires, cet itinéraire vous conduira au cœur de la forêt de St-Michel, entre sentiers montraces et chemins forestiers. La première partie au profil montant vous emmènera jusqu'à la chapelle St-Michel, surplombant les ruines du château et du village médiéval de Mourcaïrol (XIIème Siècle). Vous poursuivrez sur un terrain technique jusqu'au point haut avant de profiter d'une descente plus roulante. Un itinéraire idéal pour allier découverte du patrimoine local et travail de changement de rythme sur terrain varié.

Départ/arrivée : Les Aires



Parcours 8 bleu - Morcaïrol

Espace Trail Montagnes du Caroux

Sur l'itinéraire, le balisage trail est volontairement limité aux principales intersections. Entre deux balises trail, suivre le balisage randonnée PR jaune.

Départ du village Les Aires : devant l'église tourner à droite et suivre le sentier Saint Michel (balisage PR jaune). 20 m plus loin, place Mourcaïrol, tourner à gauche et descendre l'escalier entre les maisons pour rejoindre le sentier. Passer le pont et remonter le long des vignes avant de prendre la piste forestière à droite (balisage PR jaune). A l'entrée du hameau de l'Abbès, aller à gauche puis, après la dernière maison, suivre le sentier à droite jusqu'au chemin cimenté.

Intersection route : tourner à gauche et remonter la route cimentée sur 1 km pour atteindre le castrum médiéval de Mourcaïrol. Passer la porte médiévale. 200 m plus loin, avant de poursuivre le sentier en direction du col de Ramas, prendre le sentier à droite pour faire un aller-retour jusqu'au sommet des ruines de Mourcaïrol.

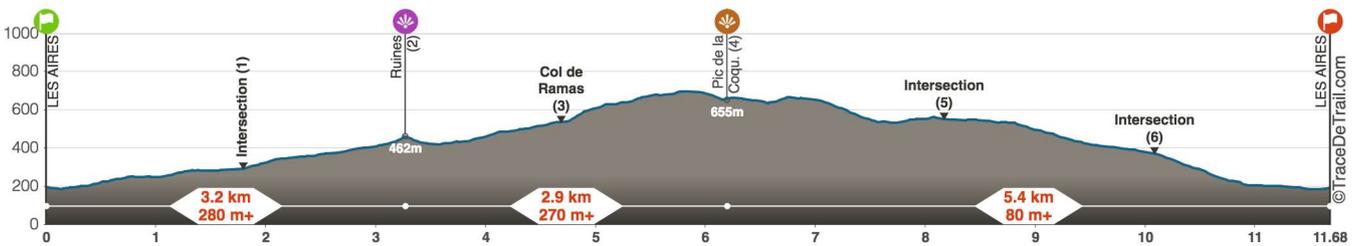
Ruines de Mourcaïrol : au sommet, découvrez la chapelle Saint Michel, surplombant les ruines du château de Mourcaïrol (XIIème Siècle) et un panorama imprenable sur la vallée de l'Orb et les massifs du Caroux et de l'Espinouse. Ce fort contrôlait l'ancienne voie romaine qui reliait Béziers à Cahors en longeant Mercoïrol et Rhèdes. Redescendre et poursuivre le sentier à droite en direction du col de Ramas.

Col de Ramas : au col de Ramas, gravir le raidillon à gauche sur 150 m avant de longer la crête pour rejoindre le col de la Blaque sur une section technique. Au col de la Blaque, tourner à gauche pour rester sur la crête et rejoindre le Pic de la Coquillade par un sentier montrace plus roulant.

Pic de la Coquillade : à l'embranchement de la piste, tourner à droite et descendre la piste sur 250 m avant de bifurquer à gauche sur le talus en direction de la Dentiliade, point de vue atteint après une courte remontée. Continuer ensuite tout droit la descente dans les bois. Le sentier dévale dans un talweg, remonte rive droite dans les bois et se hisse de nouveau sur la crête.

Intersection : le sentier rejoint successivement deux sentiers venant de La Borie Nouvelle et de Caussiniojous. Tourner alors à gauche et poursuivre le sentier sur 1.3 km. A la jonction avec la piste, tourner à gauche et descendre la piste sur 600 m.

Intersection : quitter la piste pour prendre le sentier à gauche descendant au milieu des bois (attention, balisage randonnée peu visible) sur le versant nord de la crête de la Femme-Morte. Descendre sur 1 km avant de rejoindre la route. Tourner alors à droite, puis 200 m plus loin tourner à gauche pour rejoindre le centre du village des Aires et ainsi terminer l'itinéraire.



Un problème sur le parcours ?
Signalez-le en vous connectant sur la page <https://tracedetrial.fr/trace/52162> ou en téléchargeant l'application Montagnes du Caroux Espace Trail

Office de Tourisme
Grand Orb
+33 (0) 4 67 95 70 91

Consultez les prévisions météo jusqu'au moment du départ. Informez un proche de votre itinéraire et des horaires prévus. Renseignez-vous sur l'état du parcours (ouverture, enneigement...) et sa difficulté :

Avant de partir :
En cas d'accident



TRACE DE TRAIL



+ balisage grand public
© IGN 2018 - Numéro d'autorisation : 201870-261308

Héribian

les Aires

le Moulin

le Pigeonnier

le Pech du Pont

le Pochet

le Pochet