

Circuit au départ de Saint-Michel-de-Cours, descendant vers le ruisseau de la Rauze pour suivre le cours de celui-ci avant de remonter vers le point de départ à travers la forêt.

Durée	2h 50	Difficulté	Facile
Distance	7,96 km	Retour point de départ	Oui
Dénivelé positif	184 m	Activité	Pédestre
Dénivelé négatif	184 m	Commune	Cours (46090)
Point haut	342 m		
Point bas	177 m		



Trace n° 811116

Description

Départ du parking situé à côté d'un [cours](#) de tennis sur la D49.

(D/A) Contourner ce dernier par la droite pour atteindre un chemin à suivre vers la gauche. Descendre dans la combe. 500m plus loin, laisser sur la gauche un chemin perpendiculaire et continuer tout droit en légère montée sur environ 900m jusqu'à une intersection (calvaire de 1770 sur le droite).

(1) Continuer en face sur une route goudronnée en direction du lieu-dit "le Bout de la Côte" jusqu'à un panneau indiquant "Voie sans issue".

(2) Tourner alors à gauche dans un sentier en pente. À l'entrée de ce chemin, immédiatement à gauche, ne pas manquer un puits légèrement dissimulé dans la végétation. Continuer à descendre vers la vallée de la Rauze. Admirez les falaises du Vers sur la droite. Poursuivre jusqu'à la jonction avec le GR®46.

(3) Prendre à gauche et suivre le GR®46 sur 1,9 km.

(4) Franchir la Rauze. Environ 30m plus loin, sur la gauche, ne pas manquer les ruines d'un moulin à eau. Poursuivre sur le GR®46 pendant 1,2 km. Admirez le viaduc autoroutier en fond de paysage.

(5) Laisser le GR® et prendre à gauche en direction de Maquefave jusqu'à une route goudronnée.

(6) Tourner à gauche pour traverser la Rauze et prendre aussitôt en face le chemin en laissant la D7 et la maison sur la droite. Remarquer une source aménagée à l'entrée de ce chemin. Poursuivre sur 1,5km. Le chemin suit le cours d'un ruisseau, le plus souvent à sec. Il s'élève en pente assez forte à certains endroits jusqu'au plateau.

(7) Tourner à gauche et suivre le chemin jusqu'à une chaîne qui interdit le passage (propriété privée).

(8) Prendre à droite. Le sentier emprunte le lit d'un torrent caillouteux pendant environ 150m (passage un peu délicat par temps de pluie) avant de rejoindre une route goudronnée desservant le lieu-dit les Naudils. Poursuivre jusqu'à l'intersection avec la D49, prendre à gauche et rejoindre le parking **(D/A)**.

Points de passages

D/A Parking situé à côté d'un cours de tennis

N 44.529404° / E 1.524797° - alt. 339 m - km 0

1 Carrefour avec calvaire

N 44.530796° / E 1.540654° - alt. 329 m - km 1.4

2 À gauche, sentier en pente. Vue sur la vallée du - Vers (rivière) - Affluent du Lot

N 44.53466° / E 1.551288° - alt. 281 m - km 2.38

3 À gauche avec le GR

N 44.542565° / E 1.550975° - alt. 182 m - km 3.44

4 Franchissement de la - Rauze (rivière) - Affluent du Vers

N 44.540451° / E 1.545159° - alt. 182 m - km 4.28

5 À gauche direction de Maquefave

N 44.544083° / E 1.533786° - alt. 193 m - km 5.44

6 Franchissement de la Rauze

N 44.543711° / E 1.529265° - alt. 195 m - km 5.89

7 Chemin à gauche

N 44.533357° / E 1.524351° - alt. 287 m - km 7.28

8 Chemin empierré à droite

N 44.533375° / E 1.525451° - alt. 298 m - km 7.37

D/A

N 44.529404° / E 1.524818° - alt. 339 m - km 7.96

Informations pratiques

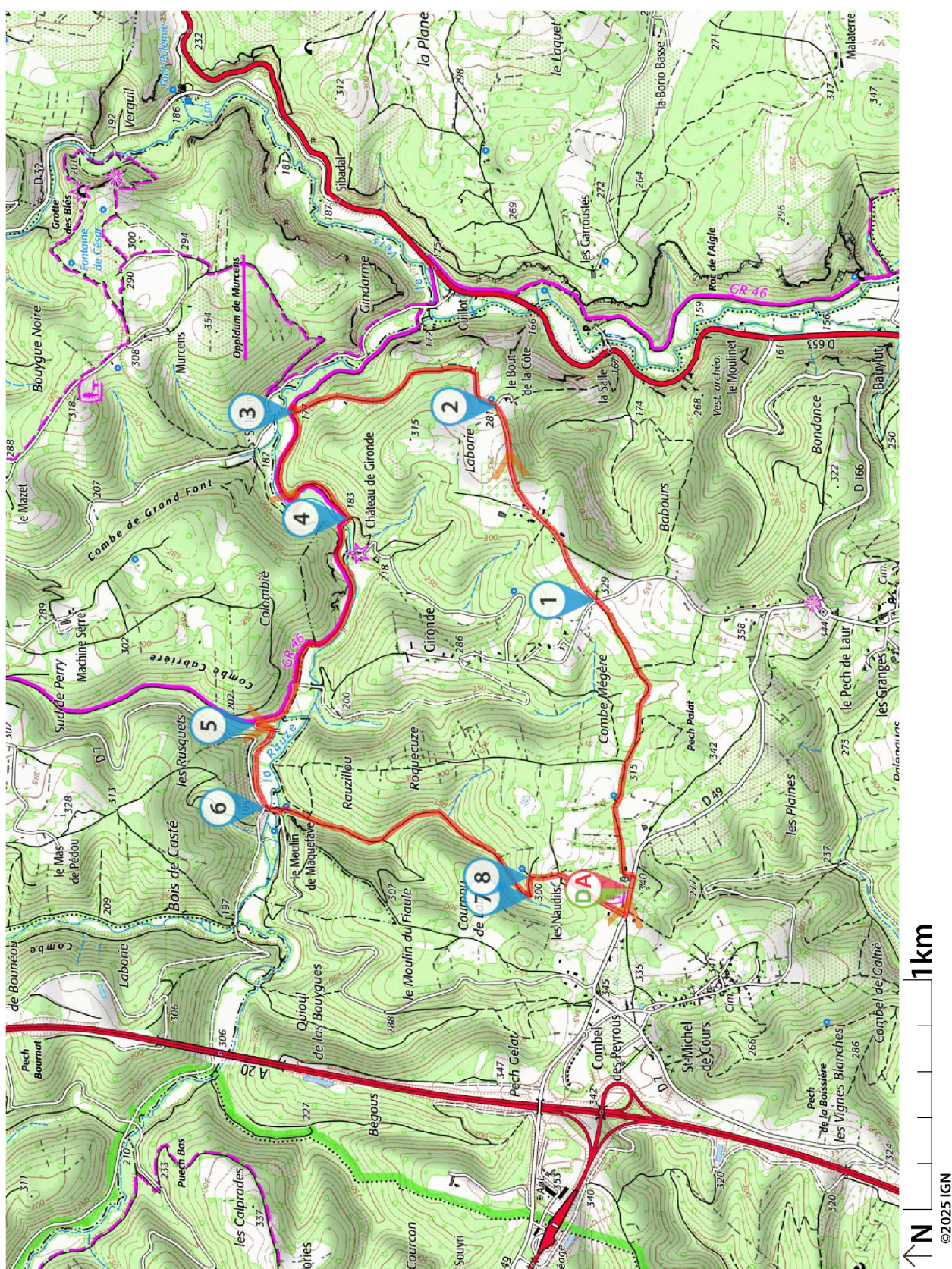
À voir

Remarquer, entre les points **(4)** et **(5)**, que la Rauze a été endiguée : le niveau de l'eau est plus élevé que celui du chemin. Plus loin, peu après un virage à droite, le sentier s'ouvre sur un vallon qui permet d'admirer la ligne gracieuse du viaduc de l'A20 au-dessus de la vallée.

Après avoir dépassé le point **(6)**, 20 m après l'entrée du chemin, remarquer une source aménagée (les amateurs prétendent que son eau a des vertus, sans pouvoir préciser lesquelles).

Donnez-nous votre avis sur <https://www.visorando.com/randonnee-de-cours-a-la-rauze/>

Téléchargez l'application Visorando pour suivre cette randonnée



Soyez toujours prudent et prévoyant lors d'une randonnée. Visorando et l'auteur de cette fiche ne pourront pas être tenus responsables en cas d'accident survenu sur ce circuit.

Préparation de sa randonnée



BIEN CHOISIR SA RANDONNÉE

en fonction de sa durée, et de sa difficulté, en fonction de ses compétences et de sa condition physique. Connaître ses limites et savoir renoncer à poursuivre une randonnée.



CONSULTER LA MÉTÉO

et se renseigner sur les particularités du site : neige, température, horaires et coefficient des marées, vent, risque d'incendie...



S'ÉQUIPER EN CONSÉQUENCE

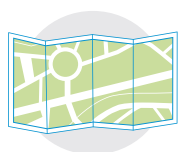
équipement particulier, moyen d'alerte, trousse à pharmacie, vêtements, carte numérique ou papier de la randonnée... et prendre de quoi boire et s'alimenter.



PRÉVENIR

au moins une personne du projet de randonnée.

Comportement pendant la randonnée



RESTER SUR LES SENTIERS

(sauf cas exceptionnel).



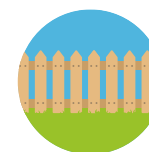
RESPECTER

les cultures et les prairies, ne pas cueillir ou ramasser les fruits.



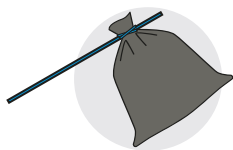
RESPECTER LES INTERDICTIONS

propres au site : ne pas cueillir, ne pas faire de feu, ne pas camper...



REFERMER

les clôtures et barrières après les avoir ouvertes, demeurer prudent en cas de troupeau et s'en écarter.



RAMENER SES DÉCHETS

ne pas laisser de traces de son passage.



ÊTRE DISCRET

respectueux et courtois vis à vis des autres usagers.



GARDER LA MAÎTRISE DE SON CHIEN

le tenir attaché, l'avoir auprès de soi à chaque croisement d'autres usagers, pouvoir le rappeler à tout moment. Randonner avec son chien est à proscrire en présence de troupeaux.



LA NATURE EST UN MILIEU VIVANT

qui évolue avec le temps, randonner c'est partir à l'aventure avec les risques qui y sont liés. Savoir renoncer et faire demi-tour est aussi un geste responsable.

Qu'il soit privé ou public, vous randonnez toujours sur un terrain ne vous appartenant pas, particulièrement s'il est privé, les propriétaires autorisent (généreusement, gracieusement ou aimablement) le passage.

Merci de ne pas poursuivre en justice en cas d'accident ceux chez qui vous randonnez au risque de se voir interdire ce loisir; mais vous pouvez signaler tout risque rencontré.