

RANDONNÉE ET DECOUVERTE entre CAUSSE ET LIMARGUE



CONTACTS, RENSEIGNEMENTS, TARIFS et RESERVATIONS :

Mme RECOPE Sonia et M. CHASSARD Patrick

Communauté de communes du Pays de Padirac

Les Ségalas

46500 THEGRA

Téléphones : 06.78.00.93.07 (Sonia) et 06.78.00.93.05 (Patrick)

Courriel : cc.pays-padirac@wanadoo.fr - Site web : www.paysdepadirac.fr

Randonnée et découverte entre Causse et Limargue

Circuit des sources de l'Alzou - Visite du marais

(7 km)

Petite randonnée qui vous permettra de découvrir les principales sources d'alimentation en eau du ruisseau de l'Alzou ainsi qu'un riche patrimoine local. Vous admirerez de très belles fontaines, un petit pont, un pigeonier, un moulin, etc. ... Le marais de Bonnefont révèle un large panel floristique et faunistique. Lieu de vie, site de reproduction ou encore étape de migration, chacun trouve ici son bonheur !



Circuit de la Cascade et du cirque d'Autoire - Visite du marais

(12 km)

Belle randonnée qui vous mènera jusqu'au majestueux cirque d'Autoire (Un des plus beaux villages de France). Vous admirerez la magnifique cascade de 33 mètres, ses dépôts de tuf et le petit patrimoine bordant le chemin d'accès. Dépaysement et enchantement garantis. Vue extraordinaire sur la vallée de la Bave.



Exemple de journée organisée et accompagnée :

10H00 : balade accompagnée et animée à la rencontre des plantes et animaux du marais ; 12H00 : pique nique sur site ; 13H30 : randonnée de découverte de la flore et du patrimoine ; retour vers 16H00.

Exemple de journée organisée et accompagnée :

9H00 : visite accompagnée du marais ; 10H30 : randonnée de découverte de la flore et du patrimoine ; 12H00 : pique nique au cirque d'Autoire ; 13H00 : randonnée + visite du village ; retour vers 18H00.



Circuit des moulins à eau de l'Alzou - Visite du marais

(10 km)

Randonnée qui vous fera découvrir le village de Mayrinhac-Lentour, le château de Lentour (privé) et son magnifique panorama, le hameau de Pech Castan, le moulin à eau de Vergnollet encore en activité (visite possible sur réservation) ainsi que d'autres moulins (privés) sur le ruisseau de l'Alzou. Le marais de Bonnefont est un site classé d'intérêt écologique exceptionnel.



Circuit du Gouffre de Padirac - Visite du marais

(19 km)

Superbe randonnée ! Depuis le marais de Bonnefont vous partirez à la rencontre du Gouffre de Padirac (visite possible) par d'agréables chemins du Causse et du Limargue. Le gouffre de Padirac est né de l'effondrement de la voûte d'une grotte. Au fond de ce trou de 32 m de diamètre, une rivière souterraine a creusé dans la causse des grandes galeries souterraines. Celui-ci fut exploré pour la première fois en 1889 par M. Edouard-Alfred MARTEL.

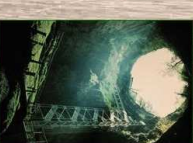


Exemple de journée organisée et accompagnée :

9H00 : visite accompagnée du marais ; 10H30 : randonnée de découverte de la flore et du patrimoine ; 12H00 : pique nique tiré du sac au Gouffre (visite possible : environ 11H30) ; 13H30 : randonnée, retour vers 18H00



Clicke : M. Thamié



Clicke : Gouffre de Padirac

LE CAUSSE ET LE LIMARGUE IIII

Le Pays de Padirac se situe aux confins de deux terroirs. Ici la roche calcaire compacte du Causse de Gramat s'« interrompt » parfois brutalement sur de petites falaises qui marquent la frontière avec les terres imperméables du Limargue. Le long de ces points de rencontres, les ruisseaux disparaissent rapidement sous le Causse par de nombreuses « pertes », dont l'une des plus impressionnantes est le Gouffre de Révellon (Alvignac). D'un point de vue paysager et culturel ces deux terroirs présentent des différences notables. Au nord-est le paysage vallonné, verdoyant et bocager, parcouru par des cours d'eau, est caractéristique du Limargue et de ses terrains rendus imperméables par la présence d'argiles. Les terres y sont riches, propices à la culture et à l'élevage bovin. Mayrinhac-Lentour est situé sur ce terroir de Limargue. A l'ouest, c'est le Causse à la roche calcaire qui affleure partout. C'est un paysage plus aride avec ses pelouses sèches plus favorables à l'élevage ovin, ses chênes pubescents rabougris, ses murs de pierre sèche, ses lacs de Saint-Namphaise et ses dolines. Les rivières y sont souvent souterraines et l'eau est quasi-absente de la surface.

Circuit faisant au village de Thégra - Visite du marais (7 km)

Agréable randonnée sur les chemins du Limargue à la rencontre du village de Thégra et de son riche patrimoine : église (visite possible sur réservation), four à pain, travail, pigeonnier, etc. ... Thégra, ancien bastion qui a gardé sa silhouette médiévale autour de son château du 15ème siècle. Une crypte romane et un beau mobilier religieux sont situés dans l'église.



Le marais de Bonnefont, d'une superficie de 42 hectares est constitué de près de 30 milieux naturels différents allant de la pelouse sèche et rase à la roselière inondée et très dense.

Exemple de journée organisée et accompagnée :

9H30 : balade accompagnée et animée à la rencontre des plantes et animaux du marais ; 12H00 : pique nique sur site ; 13H30 : randonnée de découverte de la flore et du patrimoine ; retour vers 17H00.

LE MARAIS DE BONNEFONT

Le marais de Bonnefont est situé sur la commune de Mayrinhac-Lentour, en bordure nord-est du Parc naturel régional des Causses du Quercy. Situé en fond de vallon, il est cerné d'un côté par le Pech Pouget (336 m) et de l'autre par un étranglement. Les pentes légères et l'étranglement favorisent la rétention de l'eau des résurgences et du ruissellement. Ce phénomène de retenue est permis par la nature de sol, constitué d'une alternance de couches d'argile et de marnes imperméables et de calcaires perméables. C'est cette eau stagnante et permanente qui constitue le marais de Bonnefont. Le marais de Bonnefont constitue la plus grande roselière du département et il s'agit d'une des rares zones tourbeuses des Causses du Quercy. On y trouve une mosaïque de milieux : marécages, mares, ruisseaux, bois et prairies humides, fourrés, prairies de fauche, pâtures, prairies sèches. Une partie de la zone humide (près de la résurgence de la Gourgue) est couverte d'un plancher de tuf calcaire (action de concrétion autour des débris végétaux et animaux). Les eaux sont très minéralisées (fer, sulfates et carbonates). Nous sommes ainsi en présence d'un bas marais alcalin à caractère tourbeux, ce qui est très rare dans le département du Lot. Ses caractéristiques minérales, alliées à la diversité des habitats, favorisent une flore et une faune spécifiques très riches. L'eau qui s'écoule du marais forme, avec la fontaine de Bonnefont et le petit marais de Lentour, le ruisseau de l'Alzou, qui rejoint plus en aval le ruisseau de l'Ouyse au lieu dit Caoulet, sur les communes de Calès et de Rocamadour. Cet espace si particulier est préservé et aménagé pour accueillir le public.



ACCOMPAGNEMENT A LA DEMANDE POUR LES GROUPES

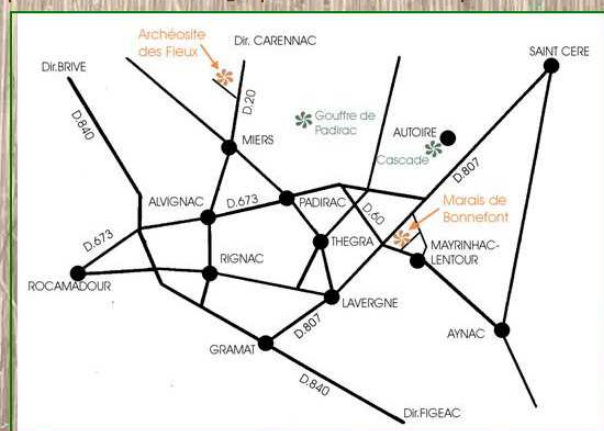
VISITES ET BALADES ORGANISEES
AVEC ACCOMPAGNATEURS

**VOUS VOULEZ DECOUVRIR L'ARCHEOSITE DES FIEUX,
LE PATRIMOINE ET VOUS PROMENER SUR LE CAUSSE ET
LE LIMARGUE ALORS N'ATTENDEZ PLUS !!!!**

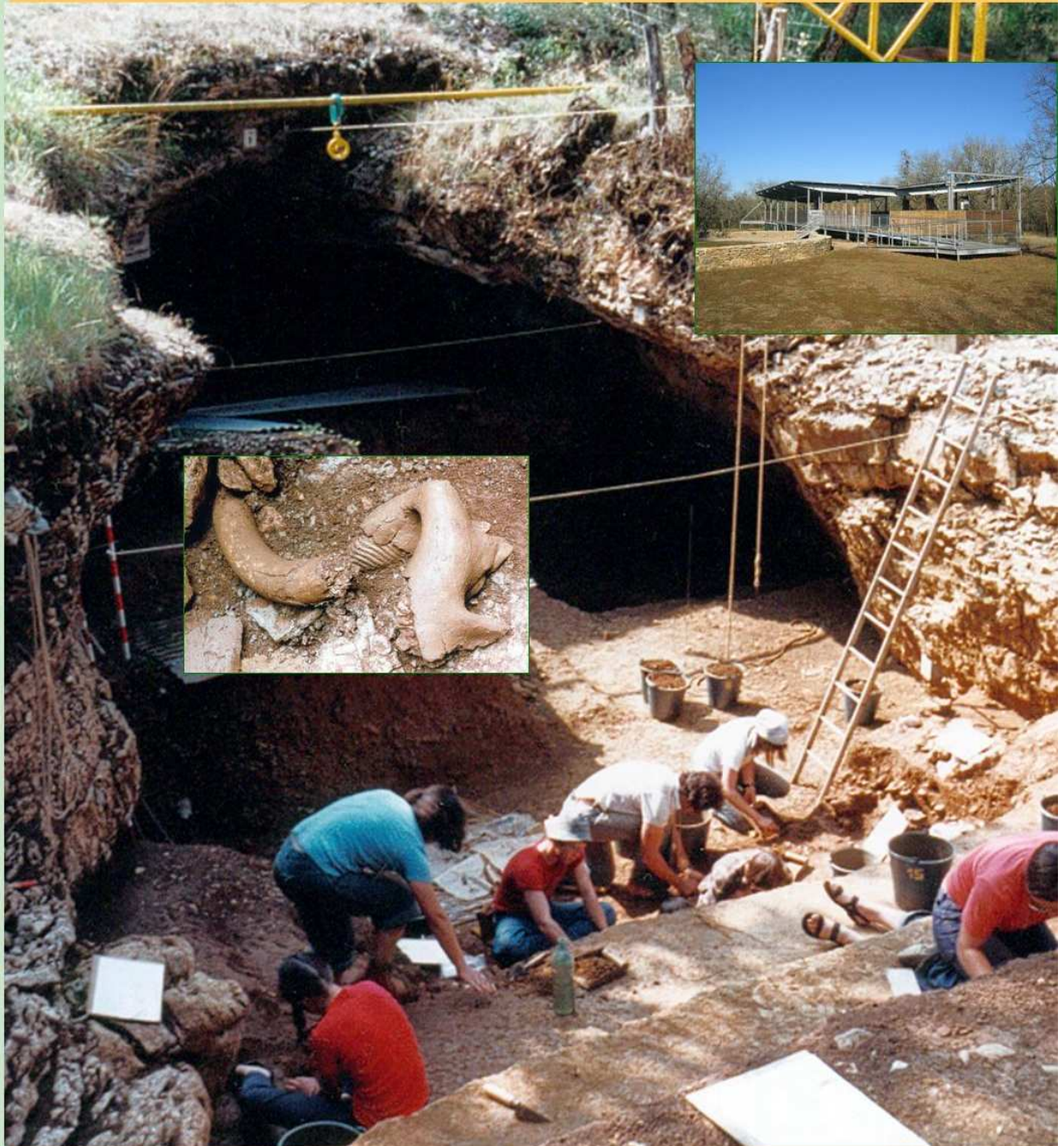
**NOUS VOUS ORGANISONS UNE JOURNEE SUR MESURE
(sauf hébergement et restauration)**

CONTACTEZ NOUS :

**Sonia Récoppe : 06.78.00.93.07
Patrick Chassard : 06.78.00.93.05**



RANDONNONS avec l'HOMME de NEANDERTAL et de CRO-MAGNON...



CONTACTS, RENSEIGNEMENTS, TARIFS et RESERVATIONS :

Mme RECOPE Sonia et M. CHASSARD Patrick

Communauté de communes du Pays de Padirac

Les Ségalas

46500 THEGRA

Téléphones : 06.78.00.93.07 (Sonia) et 06.78.00.93.05 (Patrick)

RANDONNONS avec l'HOMME de NEANDERTAL et de CRO-MAGNON...

Circuit des dolmens - Visite des Fieux

(11 km)

Randonnée qui permettra de parcourir d'agréables chemins du causse à la rencontre de quelques dolmens et tumuli bordant ce circuit. Vous découvrirez également le village abandonné de Barrières, datant du début du 18^{ème} siècle. Murs en pierre sèche, cayrons, cazelles, combes, pechs et dolines seront le décor de cette balade caussenarde.



Circuit du gouffre de Padirac - Visite des Fieux

(12 km)

Superbe randonnée sur les chemins du causse à la rencontre du gouffre de Padirac, porte ouverte sur le royaume des eaux souterraines où les visiteurs naviguent à plus de 100 m sous terre.

Suivant les saisons, cornouiller, chèvre-feuille, clématite ou églantier parfumeront votre parcours agréablement d'une flore typique du causse, telles que les orchidées.

Exemple de journée organisée et accompagnée :

11H00 : visite commentée du site archéologique des Fieux.
12H00 : pique-nique tiré du sac sur site
13H30 : randonnée découverte du patrimoine caussenard et de sa flore.
Retour au site archéologique vers 17H00.



Exemple de journée organisée et accompagnée :

9H00 : visite commentée du site archéologique des Fieux.
10H00 : randonnée de découverte du patrimoine et de la flore jusqu'au gouffre de Padirac.
12H00 : pique-nique tiré du sac à l'aire du gouffre.
13h30 : visite possible du gouffre (durée environ 1h30).
15H00 : randonnée découverte.
Retour au site archéologique vers 17H30.



Circuit de la Source Salmière - Visite des Fieux

(14,5 km)

Sympathique randonnée entre causse et Limargue qui vous fera découvrir la Source Salmière de Miens-Alvignac dont l'eau minérale, très riche en magnésium est connue depuis la plus haute antiquité. De jolis points de vue agrémenteront cette balade où les paysages arides du causse côtoient ceux plus verdoyants du Limargue.

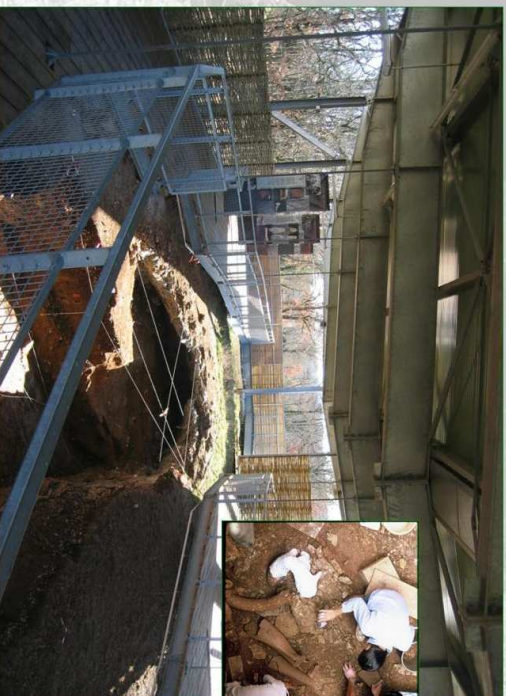
Exemple de journée organisée et accompagnée :

9H30 : visite commentée du site archéologique des Fieux.
10H30 : randonnée découverte en direction de la Source Salmière de Miens-Alvignac.
12H : pique-nique tiré du sac à la Source Salmière.
13H30 : randonnée découverte.
Retour au site archéologique vers 17H00.



DOLMENS, TUMULI IIII

Le département du Lot est l'un des plus riches de France en dolmens. Il y en a de toutes les tailles : depuis le plus important, la Pierre Martine à Livernon, aux sépultures simples, petits assemblages de pierres plates recouverts d'un petit tumulus. Avant tout, un dolmen est un endroit où l'on enterrait les morts, ce sont des constructions réalisées avec des grands blocs de pierre que l'on appelle monument mégalithique. La plupart des monuments lotois ont une chambre simple caractérisée par un plan grossièrement rectangulaire. L'espace intérieur est délimité par deux grandes dalles verticales, longues et massives grossièrement rectangulaires ; on les appelle orthostates. Deux autres dalles transversales à chaque extrémité sont la dalle de chevet et la dalle de fermeture. Cette dernière étant amovible, beaucoup d'entre elles ont disparu, de même que la pierre plate au dessus appelée la Table. Leur position réceptive est déterminée par l'orientation générale de la chambre qui ouvre vers le soleil levant. Celle-ci est généralement construite sur le rocher en place préalablement dégagé. Autour de cette chambre, on établissait un terrein plus ou moins bien structuré que l'on appelle tumulus et qui rendait hermétique l'intérieur du caveau. Le tumulus servait probablement à hisser la table au sommet du monument.....



RANDONNONS avec l'HOMME de NEANDERTAL et de CRO-MAGNON...



L'ARCHEOSITE DES FIEUX Plonger dans la Préhistoire Temps de la terre, temps des hommes

L'Archéosite des Fieux est situé sur la commune de Miers, en bordure nord du Parc naturel régional des Causses du Quercy.

Le site des Fieux est un gisement archéologique constitué, à l'intérieur d'un effondrement du réseau karstique, d'une dizaine de mètres de couches archéologiques accumulées. Il permet de donner des informations sur l'environnement et les populations de la Préhistoire (de plus de 300 000 à 9 000 ans) sur les causses du Lot.

Les fouilles archéologiques réalisées pendant plus de 30 ans ont permis de définir la stratigraphie du site marquée par une succession d'occupations de chasseurs cueilleurs de la Préhistoire, depuis l'homme de Néandertal jusqu'à l'homme moderne.

Quatre ensembles mettent particulièrement en évidence une forte évolution des comportements humains de subsistance :

- le niveau à mammouths illustrant une fréquentation épisodique du site, partagée avec les grands carnassiers, pour une exploitation des animaux piégés naturellement ;
 - l'ensemble moustérien présentant un lieu de chasse par rabattage des grands herbivores, en particulier les bisons ;
 - l'ensemble gravettien décrivant une association entre chasse et activités domestiques ;
- le niveau sauveterrien dessinant une halte de chasse aux passages humains de courte durée et de faible intensité.

En venant découvrir l'Archéosite des Fieux, un bâtiment dans une architecture contemporaine et totalement intégré à son environnement minéral et végétal, vous aurez l'occasion unique de remonter l'échelle du temps pour vous plonger dans l'univers des hommes préhistoriques chassant la faune du quaternaire dans un piège naturel dû à un effondrement du karst. Ce n'est pas un musée, mais un lieu de vie interactif, pédagogique où chacun s'inscrit dans une démarche volontaire et personnelle d'appropriation du savoir. Son originalité repose sur la présentation du travail de l'archéologue et de l'exceptionnelle richesse du patrimoine préhistorique des Fieux grâce aux diverses infrastructures mises en place, dont un parcours-découverte autour du site de fouilles, jalonné de panneaux vous permettra de pénétrer au cœur de la préhistoire.



ACCOMPAGNEMENT A LA DEMANDE POUR LES GROUPES

VISITES ET BALADES ORGANISEES
AVEC ACCOMPAGNATEURS

**VOUS VOULEZ DECOUVRIR L'ARCHEOSITE DES FIEUX, LE
PATRIMOINE ET VOUS PROMENER SUR LE CAUSSE ET LE
LIMARGUE ALORS N'ATTENDEZ PLUS !!!!**

**NOUS VOUS ORGANISONS UNE JOURNEE SUR MESURE
(sauf hébergement et restauration)**

CONTACTEZ NOUS :

**Sonia Récoppe : 06.78.00.93.07
Patrick Chassard : 06.78.00.93.05**

