

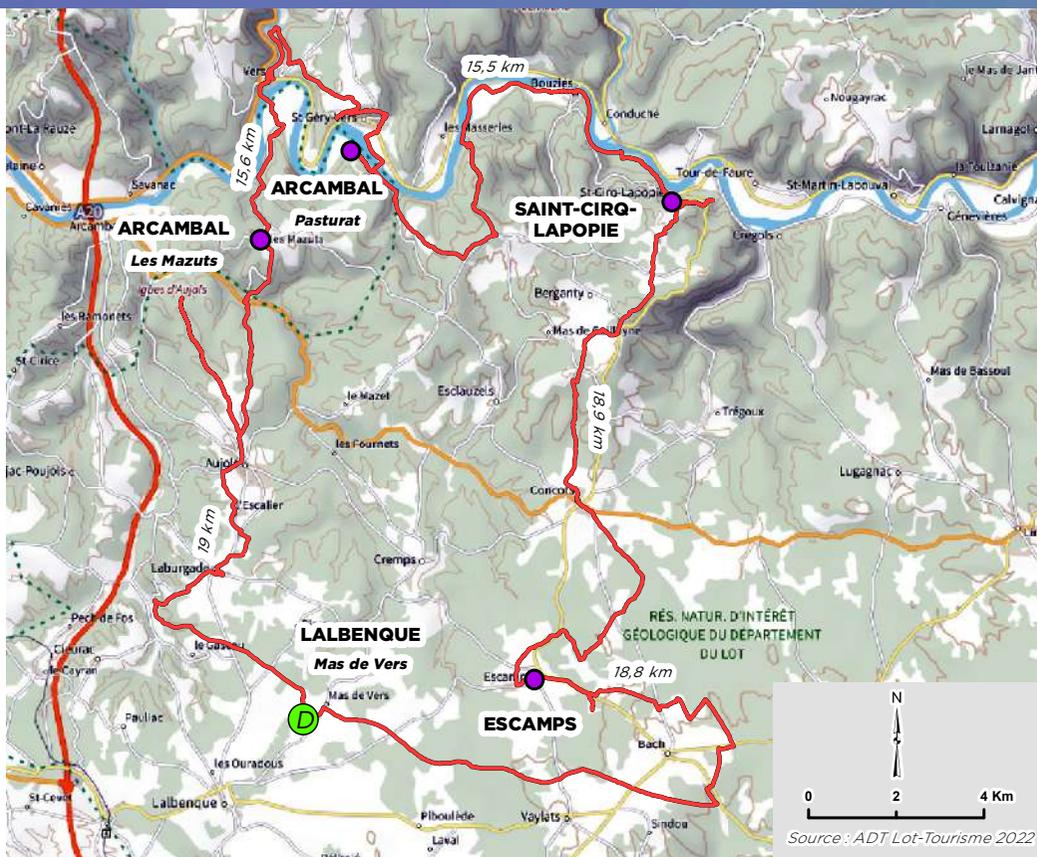


**PARTAGEZ VOS PHOTOS  
AVEC #TOURISMELOTDORDOGNE !**

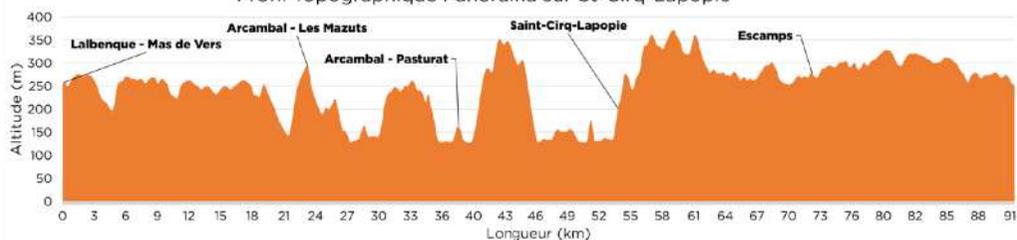
**VALLÉES  
LOT  
& DORDOGNE**  
OCCITANIE

**PANORAMA SUR SAINT-CIRQ-LAPOPIE  
ET LE GÉOPARC DES CAUSSES DU  
QUERCY**

*Randonnée itinérante en liberté*



Profil Topographique Panorama sur St-Cirq-Lapopie



**Gîte d'étape de Poudally - Elsa Déléris**

Mas de Vers - 46230 Lalbenque

Tél. 05 65 22 08 69 - [manu.elsa@poudally.com](mailto:manu.elsa@poudally.com) -

[www.poudally.com](http://www.poudally.com)



**Infos pratiques :**

- Boucle de 88 kms.
- Au départ de Lalbenque (*possibilité d'accès en TER gare de Lalbenque*)
- 6 jours/5 jours de marche.
- 15 à 20 km par jour.
- Niveau : randonneurs confirmés.
- Balisage : passage sur divers chemins balisés.
- Trace gpx télécharger et audio-guide proposé par le référent.
- Hébergements à réserver selon la liste fournie par le référent.

*Pourquoi c'est sympa ?*



Une randonnée itinérante en liberté qui dévoile les sites labellisés par l'UNESCO, Géoparc\* des Causses du Quercy, avec des très beaux points de vues autour de Saint Cirq Lapopie.

*\*Le label Géoparc est attribué à des territoires présentant un patrimoine géologique remarquable et qui portent un projet de valorisation et de protection de leur patrimoine géologique.*



Retrouvez d'autres circuits de randonnée et laissez nous votre témoignage sur [www.tourisme-lot.com](http://www.tourisme-lot.com)

Jun 2023

*Vous avez aimé ?*

## JOUR 1

LALBENQUE Mas de Vers

Arrivée au gîte d'étape de Poudally.

Elsa vous installera dans vos chambres et vous donnera les explications sur le circuit avec la remise des documents et de l'audio guide.

## JOUR 2

LALBENQUE Mas de Vers - ARCAMBAL

Les Mazuts

19 km - 4h45 de marche

Vous serez charmés par la multitude de petit patrimoine que vous allez rencontrer sur le causse de Lalbenque et finir par avoir le vertige tout près des igues d'Aujols : gouffres de forme typique des territoires karstiques.

**Le chemin des puits, la fontaine et le lavoir d'Oustriols à Laburgade.**

**Le lavoir papillon au lieu-dit L'Escalier.**

**Le lac, le lavoir et les igues à Aujols (GéoSite).**

## JOUR 3

ARCAMBAL Les Mazuts - Pasturat

15,6 km - 4h00 de marche

Vous marcherez de causse en vallée du Lot, avec un défilé de paysages changeants et de nombreux points de vues sur la vallée du Lot à la fin de l'étape.

**Points de vue sur la vallée du Lot.**

**Arrêt détente sur les bords du Vers avec baignade et pêche possible.**

**Marché de Saint-Géry le dimanche matin.**

**Aqueduc romain à Vers.**

### ENSEMBLE SUR LES CHEMINS !

- \* Restez sur les chemins balisés et tracés,
- \* Faites des pauses dans les lieux pique-nique dédiés,
- \* Les jardins, les maisons et fermes du bord du chemin sont des propriétés privées, n'y entrez que si vous y êtes invités,
- \* Soyez prévoyants et remplissez vos gourdes aux points d'eau mis à disposition,
- \* Refermez les clôtures et barrières en veillant à votre sécurité et à celle des animaux en traversant les pâtures,
- \* Déposez vos déchets en sacs fermés dans les poubelles à disposition, ou emportez-les avec vous,
- \* Utilisez les toilettes publiques.



## JOUR 4

ARCAMBAL Pasturat - SAINT CIRQ LAPOPIE

15,5 km - 4h00 de marche

Vous découvrirez toute la splendeur de la vallée du Lot avec ses falaises calcaires et son chemin de halage taillé dans la roche; vous terminerez par le surprenant et célèbre village médiéval de St Cirq Lapopie.

**Château des Anglais, croisière en bateau promenade possible à Bouziès.**

**Chemin de halage et écluse de Ganil.**

**Musées et ruelles de Saint Cirq Lapopie, visite guidée possible.**

**Plage aménagée et baignade possible dans le Lot au bas du village de St Cirq Lapopie.**

**Pigeonnier de Bancourel avec son point de vue et la lecture de paysage (GéoSite) et Cirque de Vènes (GéoSite) à St Cirq Lapopie.**

## JOUR 5

SAINT CIRQ LAPOPIE - ESCAMPS

18,9 km - 4h45 de marche

De retour sur le causse, après Concots vous profiterez du 'chemin faisant' où un groupement d'artistes ont ponctué le chemin d'oeuvres d'art et encore beaucoup de petits patrimoines autour d'Escamps.

**Marché de Concots le dimanche matin.**

**Puit romain (sompe), et lavoir papillon à Escamps.**

**Phosphatières des Tempories (GéoSite) et Jardin d'iris 'Les Senteurs du Quercy' à Escamps.**

## JOUR 6

ESCAMPS - LALBENQUE Mas de Vers

18,8 km - 4h45 de marche

Dernière étape où vous pourrez visiter les vestiges d'anciennes mines de phosphates qui sont des grottes à ciel ouvert.

**Phosphatières du Cloup d'Aural à Bach (GéoSite).**

**Lavoir papillon et lac de Saint Namphaise au lieu-dit Escabasse à Bach.**