

## ROCAMADOUR - le Moulin du Saut

Ce circuit de 18 km est inédit. Il est composé de section du GR®46, du GR®6 et de portion de PR, des liaisons faciles relient ces tronçons.

Carte IGN sur CD BYO 46 Est ou carte papier ou IGN 2136 ET Top 25 Rocamadour-Padirac



### Conseils

Ce circuit ne présente pas de difficultés majeures. Compte tenu de la distance à parcourir, 18 km, il faut se munir d'un casse-croûte et d'eau en quantité suffisante. La fin de ce circuit est relativement bien ombragé, mais l'été, je conseille un départ matinal. Durée : 5h

**SI AU NIVEAU DES PARKINGS DE LA VALLEE, L'ALZOU COULE FORT, la fin du circuit peut poser problème**

Beaucoup de photos à prendre, en particulier, les moulins de la vallée de l'Alzou

Balisage rouge et blanc du GR®6

Balisage jaune

Quelques zones non balisées

- Si possible, depuis l'autoroute arriver depuis la route de Carluçet pour profiter du meilleur point de vue sur Rocamadour et pour éviter de pénétrer dans la cité.
- Comme parking: les parking situés au bord de l'Alzou, en particulier ceux qui sont à gauche en arrivant, après le départ du petit train (ne pas dépasser la tour)
- Départ: du parking.  
Descendre la vallée de l'Alzou en suivant le GR®6. Prendre à gauche le GR®46 (le GR®6 continue tout droit le long de l'Alzou), traverser l'Alzou et remonter vers le plateau en passant devant la maison d'un artiste et d'une magnifique fontaine. Le chemin monte à flanc de falaise, offrant une vue imprenable sur la cité de Rocamadour. Le GR®46 coupe la départementale (attention pour la traverser). Sur le plateau il contourne un magnifique cloup (doline), prendre à gauche et monter par la petite route vers le dolmen de Magès. Revenir sur ses pas et reprendre le GR®46 qui se dirige vers la vallée sèche de l'Ouyse. En descendant vers la route de Couzou dans une zone très ensoleillée vit une variété de névroptère, l'ascalphe, sorte de libellule miniature jaune et noire.
- fin du GR®46: on arrive sur la route et on descend au fond du vallon. Le GR® 46 continue sur la droite et nous, nous le laissons pour prendre à main gauche, un PR balisé en jaune qui remonte sur le plateau, et débouche sur une petite route, prendre à droite (direction La Pannonie), la suivre 500m environ pour prendre à gauche un chemin du causse (section non balisée mais sans problème). On distingue à gauche le domaine de Fouysselade. Au bout d'un km on arrive sur le PR qui relie Rocamadour au moulin du Saut (départ au petit pont avant le petit train). A gauche Rocamadour, à droite le moulin du saut et en face une barrière avec une mare. Si la barrière est ouverte (pas de troupeaux) on peut rejoindre le bord de la falaise qui domine l'Alzou (point de vue et arrêt casse-croûte valables)
- retour au carrefour et prendre la direction du moulin du Saut par un agréable chemin (voir passages dans les murs). On passe près des ruines de Granouillat, on laisse le chemin de Mazet à main droite et à la bifurcation suivante partir franchement à droite pour déboucher 500m plus loin sur une petite route. Prendre à gauche. Quand le goudron cesse continuer tout droit. Laisser un chemin sur la gauche. Le chemin part vers la gauche et descend vers la vallée de l'Alzou. Au croisement suivant, prendre à droite et arriver sur le parking du Moulin du saut. Descendre vers le moulin du Saut (pont, chaussée, four à pain et ruine grandiose) Si l'Alzou coule, admirer la magnifique chute d'eau.
- Descendre le cours de l'Alzou en prenant le temps d'admirer les ruines des différents moulins (certains passages sont techniques s'il y a beaucoup d'eau) et retrouver Rocamadour.

Bonne Rando, Iotois

