

Du rocher de Cornus à Trou Madame

Une randonnée proposée par VincentBleher

Cette balade en boucle, proposée par l'association 'les pierres vivent' et la commune de Cénevières chemine de la vallée au causse en empruntant, tantôt de petits sentiers sauvages, tantôt des chemins plus larges, et très peu de routes. Vous découvrirez au hasard du chemin : fontaines, caselles, pigeonnier, chapelle et lavoirs ainsi que l'émergence de Trou Madame et le château qui peut se visiter



Durée :	4h05	Difficulté :	Moyenne
Distance :	11,45 km	Retour point de départ :	Oui
Dénivelé positif :	298 m	Activité :	À pied
Dénivelé négatif :	290 m	Région :	Massif central
Point haut :	334 m	Commune :	Cénevières (46330)
Point bas :	143 m		

Description

Le parcours est balisé de marques Jaunes dans les deux sens. Le départ est également possible du parking du château (11).

(D/A) Du parking, derrière la mairie et l'épicerie, prendre à gauche sur la route. Après le café et les terrains de pétanque emprunter à gauche la route D8 en direction de Crégols-Cornus. La suivre sur environ 300 m, puis prendre le 1^{er} sentier qui grimpe à gauche en face de la station d'épuration. Passer le portillon et continuer tout droit jusqu'à la rencontre avec un chemin plus large. Virer à droite dans ce large chemin qui monte sur environ 300 m. À l'intersection, prendre à droite un chemin de même largeur. Au 1^{er} virage en épingle, emprunter, en face, un tout petit sentier qui s'enfonce dans les bois. Le suivre en longeant la falaise jusqu'à un point de vue sur la vallée.

(1) Ensuite, le chemin tourne à angle droit sur la gauche. Il passe bientôt entre deux murs en pierre sèche récemment rénovés ; continuer toujours tout droit jusqu'à rejoindre un chemin qui vient sur la droite.

(2) Trouver à 50m sur la droite et au milieu des buis les restes d'un dolmen. Revenir au croisement.

(2) Prendre alors le chemin de droite (Sud-Sud-Est). Au prochain carrefour, prendre à gauche puis continuer jusqu'au Mas de Labat. Au Mas de Labat, prendre en face la petite route goudronnée le long de buis bien taillés, sur environ 200 m. Prendre le premier chemin non goudronnée à gauche et arriver à un puits-caselle.

(3) Continuer tout droit (Sud) pendant encore 200m environ. Bifurquer alors à gauche dans un tout petit sentier, le suivre jusqu'à la route. Suivre la route à gauche puis très rapidement prendre à droite un chemin qui conduit jusqu'à la fontaine de Peyregulière.

(4) Virer à gauche et poursuivre jusqu'à un petit sentier bordé de murs de pierres à droite avant un corps de ferme, puis le chemin bien tracé à droite.

(5) À environ 300m, prendre une entrée de champ à gauche. Une sente à travers bois aboutit à une petite route (bien refermer les deux passages car il est possible de rencontrer des brebis).

(6) Prendre en face, à gauche de la croix jusqu'au hameau de Saint-Clair.

(7) Obliquer à droite pour aller à la chapelle, au lavoir et à la fontaine.

Points de passages

- D/A Parking derrière l'épicerie**
N 44.462509° / E 1.746494° - alt. 148 m - km 0
- 1 Virage à gauche à 90°**
N 44.459806° / E 1.733651° - alt. 253 m - km 1.99
- 2 Dolmen ruiné**
N 44.453047° / E 1.729986° - alt. 331 m - km 2.9
- 3 Puits-caselle**
N 44.443386° / E 1.733308° - alt. 296 m - km 4.07
- 4 Fontaine de Peyregulière**
N 44.440299° / E 1.737085° - alt. 270 m - km 4.73
- 5 Entrée de champ**
N 44.43784° / E 1.741484° - alt. 271 m - km 5.36
- 6 Branche de fourche à gauche**
N 44.436339° / E 1.748393° - alt. 300 m - km 5.99
- 7 Saint-Clair**
N 44.439832° / E 1.753028° - alt. 298 m - km 6.57
- 8 Chapelle et fontaine de Saint-Clair**
N 44.440401° / E 1.755424° - alt. 293 m - km 6.78
- 9 Bifurcation**
N 44.440353° / E 1.747921° - alt. 268 m - km 7.5
- 10 Résurgence de Trou-Madame**
N 44.4508° / E 1.753199° - alt. 173 m - km 8.88
- 11 Château de Cénevières**
N 44.462777° / E 1.753414° - alt. 184 m - km 10.71
- D/A Parking derrière l'épicerie**
N 44.462532° / E 1.746505° - alt. 148 m - km 11.44

(8) Revenir sur ses pas.

(7) Obliquer à droite, entre la grande maison et le bloc de boîtes aux lettres. À environ 300m, prendre le premier chemin qui descend à gauche. Descendre et, au croisement en T, tourner à gauche.

(9) Après une cinquantaine de mètres, bifurquer à droite. Poursuivre au Nord puis au Nord-Est.

(10) Effectuer un petit écart sur la droite pour voir la résurgence de Trou Madame et son porche. Revenir sur ses pas.

(10) Reprendre le chemin principal (Nord) jusqu'à rejoindre la route D24. Suivre celle-ci en prenant à gauche. En face de la 2^{ème} maison, monter un raidillon à droite qui s'aplanit rapidement. Continuer ce sentier jusqu'au château en restant toujours à mi-hauteur de la colline.

(11) Du château, commencer à descendre sur la route et juste avant le grand portail, prendre le sentier à gauche qui ramène au village. Au croisement en T, tourner à droite et rejoindre le parking (D/A).

Informations pratiques

A proximité

(1) A une altitude de 270 mètres au-dessus de la D8 qui relie Crégols à Cénevières se trouve la cévenne de Cornus. Elle domine la vallée du Lot, deuxième rivière de France par sa longueur (485 km.). De gauche à droite, on voit les villages de Saint-Martin-labouval, la Toulzanie qui est un hameau de Saint-Martin-Labouval, Cénevières dont dépend Cornus, le château de Cénevières et enfin au loin Calvignac. Au premier plan, deux ponts franchissent le Lot : le pont routier et celui de la ligne de chemin de fer désaffectée.

(2) La Bretagne est la région emblématique du mégalithisme, mais le département du Lot peut être fier d'être une des terres les plus riches en monuments de cette sorte. On évalue à environ 600 le nombre de dolmens sur les causses du Lot et à une vingtaine les menhirs. Les premiers dolmens de la région datent d'environ 3 500 avant J.C. C'étaient des sépultures collectives et/ou successives qui concernaient, en moyenne, une quinzaine de personnes de statut privilégié dans la société de l'époque. Un dolmen était entouré d'un tumulus, composé de pierres et de terre pour maintenir et contrebuter les dalles de la chambre sépulcrale. L'orientation est très souvent au sud-est.

(3) Ici, un puits-caselle comme on en dénombre des dizaines sur la commune. Sources aménagées depuis plusieurs siècles, ces puits sont plus ou moins creusés dans la roche et bâtis en pierre du causse. Une cavité aménagée à l'intérieur servait à ranger le seau avec sa chaîne. La pierre en débord permettait de poser le seau rempli d'eau pour le vider sans effort dans une cruche posée à terre.

(4) La « font » en occitan désigne une fontaine ou un ensemble de constructions souvent composé d'un bassin, un lac et un lavoir. A Peyregulière, la source arrive dans le bassin de droite. L'escalier permettait d'avoir l'accès à l'eau et de la récupérer manuellement avec des seaux. Puis, au XX^{ème} siècle une pompe avec une chaîne à godets fut installée. On pouvait verser l'eau dans l'abreuvoir (nau en occitan). Ce dernier est taillé dans la masse d'une seule pierre. L'eau de ce bassin restait propre et non souillée par les animaux. Le deuxième bassin (à gauche) nommé « lac » dans le Quercy permettait un accès direct à l'eau pour les troupeaux au retour du pâturage. L'entrée était plus ou moins pavée (calade). Cet espace est aussi un lavoir comme en témoignent les dalles de lavage en forme de papillon. Elles sont installées à des niveaux différents pour pouvoir les utiliser en toutes saisons car la hauteur de l'eau peut varier de 0 à 1,5m.

(8) Saint-Clair (commune de Cénevières) était autrefois nommé Saint-Clair de Cabanac ou Saint-Clair de Tréligots. Cette modeste petite église a été remaniée à plusieurs reprises. Le mode de construction avec des petits moellons rectangulaires indique le XI^e siècle, la chapelle sud serait du début XVIII^e au vu de la date de 1708 au-dessus de la porte. D'autres travaux ont abouti à la fin du XVIII^e siècle comme le prouve la date sur la clé de voûte du chevet et enfin celle de 1839 semble montrer une intervention plus tardive sur le côté ouest. Il est fait mention dans des textes anciens du petit cimetière jouxtant l'église dès le XIII^e siècle. A 50 mètres, on peut voir une source à laquelle on prêtait, autrefois, des vertus thérapeutiques. Elle était réputée pour le traitement des maladies des yeux et fut longtemps l'objet d'une dévotion populaire.

(10) La résurgence de Tour Madame alimente un petit ruisseau canalisé, le Girou. Selon la saison le parcours peut être sportif et vous pouvez tomber nez à nez avec des hommes-grenouilles qui sortent de leur exploration de ce site long (2 987 mètres topographiés à ce jour) et compliqué (huit siphons à franchir). Autrefois, il y avait un moulin au niveau du petit pont qui enjambe plus loin le Girou et on raconte que deux jours après un gros orage les habitants des environs venaient y faire leur mouture !

(11) Même si on date les débuts de la construction du château au IX^e siècle, c'est au XII^e qu'il devient une véritable forteresse médiévale puis sous l'influence architecturale italienne un palais Renaissance au XVI^e siècle. Ce château est classé monument

historique depuis 1957. La famille de Braquilanges organise des visites guidées pour faire découvrir ses particularités : le fameux cabinet d'alchimie avec ses peintures sur les métamorphoses d'Ovide, la salle des gardes, les anciennes cuisines, les oubliettes, la chapelle, la partie Renaissance avec sa galerie, le salon avec son plafond peint...

Points de vue sur la vallée du Lot.

Chapelle, lavoir, pigeonnier, caselles, fontaines.

Émergence du Trou-Madame.

Château de Cénevières (visite possible).

Donnez-nous votre avis sur : <https://www.visorando.com/randonnee-du-rocher-de-cornus-a-trou-madame/>

Téléchargez l'application Visorando pour suivre cette randonnée



©2023 IGN

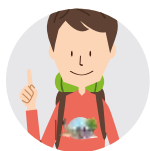
Visorando et l'auteur de cette fiche ne pourront pas être tenus responsables en cas d'accident survenu sur ce circuit.



LA CHARTE

Visorando du *visorandonneur*
Préparer et partager ses randos

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.



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

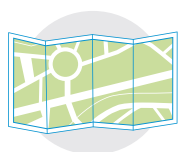
équipement particulier, moyen d'alerte, trousse à pharmacie, vêtements... et prendre de quoi boire et s'alimenter.



PRÉVENIR

au moins une personne du projet de randonnée.

Comportement pendant la randonnée



RESTER SUR LES SENTIERS

(sauf cas exceptionnel).



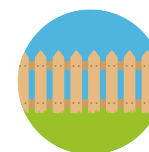
RESPECTER

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



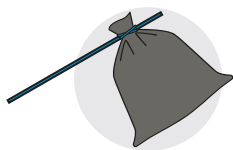
RESPECTER LES INTERDICTIONS

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.