

ITINÉRANCE TRAIL SUR LE GR® 7

La traversée du Massif central par les Parcs



Montagnes du Caroux

Séjour dans le Parc naturel régional du Haut-Languedoc

Empire du mouflon, réintroduit avec succès au milieu des années 1960, les Montagnes du Caroux se caractérisent par un terrain très escarpé aux petits airs de Corse. Les reliefs passent rapidement de 200 à 1000 m d'altitude et sont parcourus de sentiers typés et techniques. Véritable balcon sur la mer Méditerranée et la chaîne des Pyrénées, l'itinéraire est un régal pour les yeux.

Ici, tous les kilomètres se gagnent, nous sommes sur un véritable terrain de trail, joueur et exigeant. Les récompenses qu'offrent les nombreux points de vue et les diversités paysagères n'en sont que plus appréciées.

Et pour couronner le tout, vous aurez certainement la chance de croiser le chemin du mouflon, maître des lieux et emblème du massif.

Zoom sur le parcours

- Prémian (34)
- Lodève (34)
- Balisage GR® 77 puis GR® 7
- 4 jours / 3 nuits
- Distance : 96 km
- 3150m D+
- 3200m D-
- Assez difficile
- Toute l'année
- Le massif du Caroux est destiné aux traileurs ayant l'habitude d'évoluer en terrain de montagne avec du dénivelé.
- <https://tracedetrail.fr/fr/trace/trace/110407>

1 DAMAC

Parcs naturels
du Massif central



