



© CDRP48



© CDRP48

Chaos du Baou de Lestval

## TRADITIONS

### LA CUISSON DU PAIN

Le four banal est chauffé au bois (pin, frêne...) pendant 3 à 5 heures. Quand les pierres de la voute sont chauffées à blanc et qu'il ne reste que des braises, on les retire avec une raclette puis, à l'aide d'un grand balai auquel on fixe une serpillère imbibée d'eau, on nettoie la sole du four. On peut alors enfourner les boules de pâte à pain. La cuisson va durer environ 45 minutes. Il faut ouvrir de temps en temps la porte du foyer pour vérifier que les pains ne cuisent pas trop vite. On cuit les

brioche et les tartes une fois les pains sortis du four car elles demandent une température plus faible. Il n'y a plus qu'à déguster !



© CDRP48

En page 1, les pictogrammes permettent de choisir une randonnée adaptée à ses capacités. Picto 1 = Effort ; picto 2 = Technicité (présence ou non d'obstacles) ; picto 3 = Risque (d'accidents lié à la configuration des lieux). Cotation : 1-Facile ; 2-Assez facile ; 3-Peu difficile ; 4-Assez difficile ; 5-Difficile.



PR®

## Tiracols : Le Trou del Baou

2 h 15

6,3 km

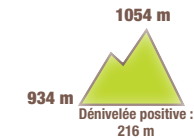
De très beaux chemins sillonnent la Margeride au bord de la Truyère. Véritable paradis des pêcheurs, les ruisseaux (Prévenchères, Gazelle et Triboullin) alimentent les moulins et voisinent avec les grandes voies de communication du territoire (Voie romaine Lyon - Toulouse).

### SITUATION

Tiracols, 10 km à l'est d'Aumont-Aubrac, par la D 50 et Le Cheylaret

### PARKING

Centre du village, sous le four communal N 44.71429 °, E 3.34162 °



Code de balisage PR®  
FFRandonnée

- Bonne direction
- Changement de direction
- Mauvaise direction

© marques déposées

### DIFFICULTÉS !

- Attention aux troupeaux (refermer les clôtures, tenir les chiens en laisse)
- Franchissement d'échalliers
- Prudence en période de chasse

### BALISAGE

Jaune



• Office de tourisme de l'Aubrac lozérien : Le Prieuré, rue du Prieuré, 48130 Aumont-Aubrac Lozère, 04 66 42 88 70, [www.aubrac-lozere.com](http://www.aubrac-lozere.com).



### Comité

• FFRandonnée Lozère : Maison des Sports, Faubourg Montbel, 48000 Mende Lozère, 06 40 92 27 35, <https://lozere.ffrandonnee.fr/>, [lozere@ffrandonnee.fr](mailto:lozere@ffrandonnee.fr).



### À DÉCOUVRIR EN CHEMIN

- La rivière Truyère et sa gorge
- Bâtisses et habitats traditionnels de la Margeride
- Chaos granitique, Trou del Baou
- Ruisseau de Prévenchères
- Puech Bacho

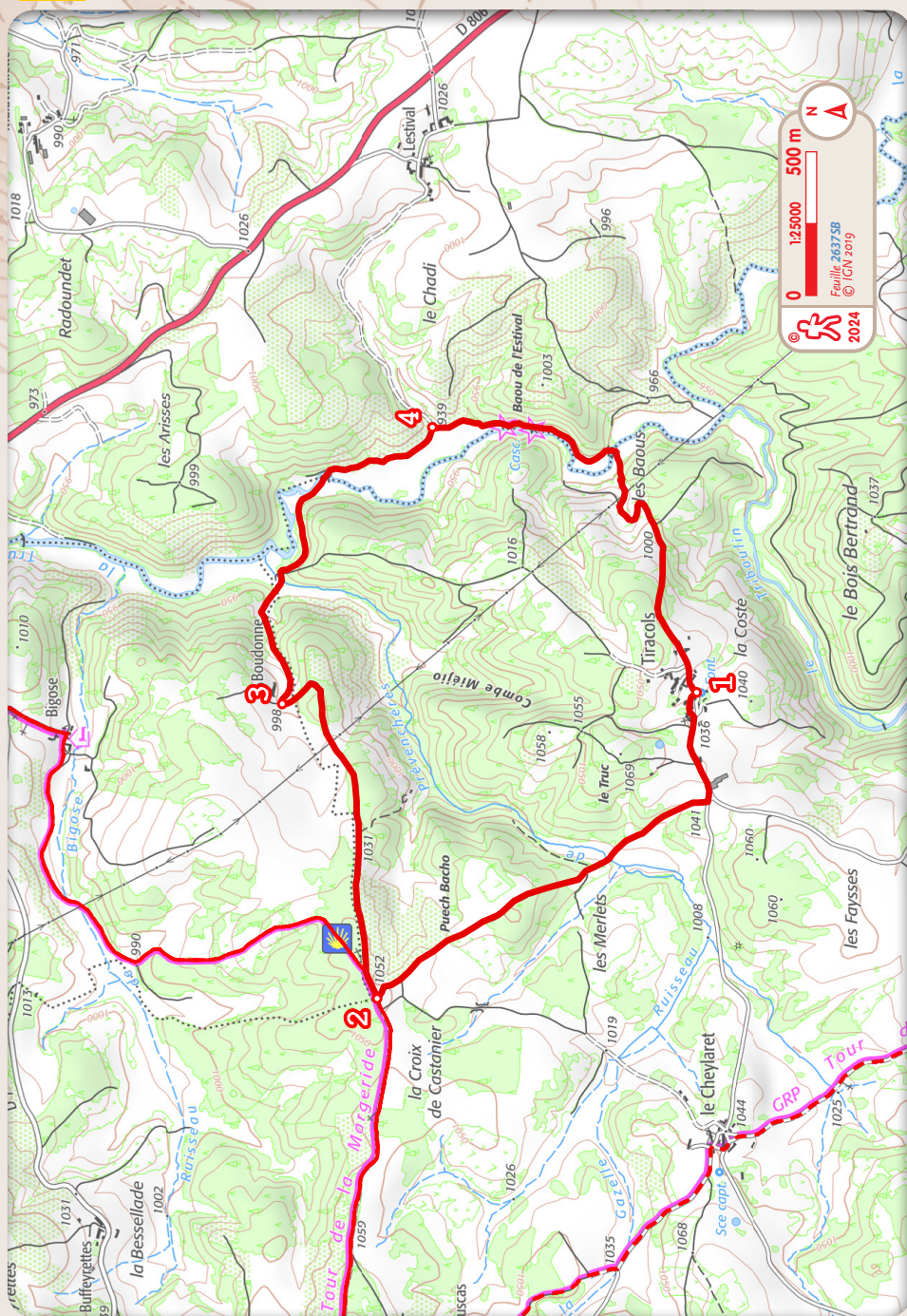


### À DÉCOUVRIR EN RÉGION

- Javols : musée et vestiges gallo-romains
- Serverette sur les bords de la Truyère
- Sainte-Eulalie : parc aux bisons de la Margeride
- Saint-Gal : *les Étains du Gal* (visite et fabrication)







- 1 Partir à gauche du four banal et de l'abreuvoir de Tiracols. Revenir au carrefour à l'entrée du village. Prendre le chemin de terre à droite ; il descend jusqu'au ruisseau de Prévenchères, remonte en face et atteint une piste (jonction avec le sentier GR® 65).
- 2 Tourner à droite, et à la croix, laisser le chemin de gauche (séparation avec le sentier GR® 65) pour continuer tout droit sur le chemin de la ferme de Boudonne. Franchir une clôture et se diriger vers la ferme.
- 3 Avant d'atteindre la ferme de Boudonne, tourner à droite sur le chemin qui descend à travers le pâturage. Après l'échalier, s'avancer en face dans le pâturage et traverser le petit ruisseau de Prévenchères. Prendre le sentier de gauche qui parcourt un bois. Ignorer le chemin qui monte à droite et poursuivre en face dans le bois (⚠ > **bien suivre le balisage**). Le sentier domine la Truyère. Franchir le pont sur la Truyère puis prendre le chemin de droite qui longe les champs en surplomb de la rivière. Parvenir à un croisement.
- 4 Ignorer le chemin de Lestival à gauche et poursuivre à droite en bordure de prairies. Le sentier longe le bois en surplomb de la Truyère (👁 > **Chaos granitique du Baou de Lestival**) (⚠ > **Prudence, roches blanches glissantes**) et atteint un pont. Le franchir et continuer en face à travers champs vers un échalier. Poursuivre la remontée dans un pâturage (⚠ > **bien suivre le balisage**) puis sortir à découvert sous la ligne HT. Atteindre une large piste d'abord peu marquée puis qui monte vers la gauche en lacets. Franchir une clôture et poursuivre en face la piste qui conduit au village de Tiracols.



Chaos du Baou de Lestival