

# Salanson

DISTANCE : 6 km  
DÉNIVELÉ : 220 m

TEMPS ESTIMÉ : 2 h 30  
DIFFICULTÉ : balade

## Le four à pain

Aujourd'hui encore, beaucoup de villages de Lozère ont leur four à pain en état de marche. Point de rencontre depuis des siècles, il mérite sa place au milieu du village. La cuisson est courte, mais le préchauffage, quant à lui, dure normalement deux jours.

Le four est bâti d'une voûte en pierre, qu'il faut chauffer très lentement pour la préserver. Ce moment-là est toujours un jour de fête. Une fois le pain cuit, il laisse la place aux pizzas et autres pâtisseries...

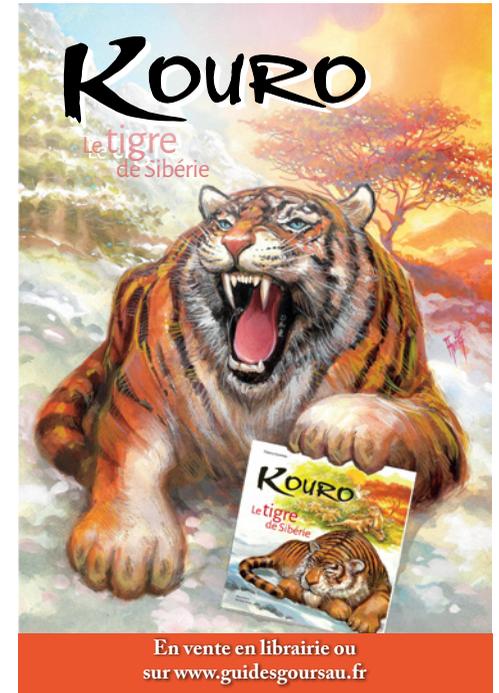
**Cette randonnée à proximité du vallon d'Ispagnac témoigne de la douceur du climat et le surnom des habitants de Salanson « les ensoleillés » est loin d'être un terme inapproprié.**

Cette petite randonnée remonte un affluent du Tarn. Sa richesse se trouve à la rencontre de trois massifs et leurs roches respectives : les gorges du Tarn au sud et à l'ouest, faites de calcaire blanc, le mont Lozère au nord, où domine le granite, et les Cévennes à l'est, formées de multiples plissements schisteux.

Le départ se trouve sur le grand parking de l'office de tourisme. À la sortie d'Ispagnac, longer la route départementale en direction de Florac sur 400 mètres. Prendre la piste à droite en contrebas. La maison à cet endroit servait de moulin : on devine sur la rivière les vestiges de la digue. En 1901, une crue sans pareil avait détruit une trentaine d'ouvrages, dont une partie du pont d'Ispagnac et ce barrage non reconstruit depuis.

La piste traverse un camping et recoupe la route face à une très belle maison. Attention, ce passage est délicat : situé dans un virage, la visibilité est courte.

Prendre la piste à droite de la demeure afin de quitter le lit du Tarn et rejoindre celui du Bramont. La vallée se resserre et



l'on peut observer quelques prospections minières de galène et de plomb argentifère datant du milieu du XX<sup>e</sup> siècle.

Laisser sur la droite le pont rénové qui enjambe le Bramont et prendre vingt mètres plus loin un sentier à gauche, passer un petit vallon, grimper sans grandes difficultés un petit ressaut de schiste. Suivre un sentier à gauche, qui entre dans le hameau de Salanson par le bas. Aller tout droit sous le parking. Longer les maigres vergers de cerisiers et pâtures à brebis. Jeter un dernier regard sur ce hameau tranquille avant de redescendre dans la vallée du Tarn par une ancienne calade (chemin pavé) ombragée de chênes et châtaigniers. Une fois en fond de vallée, la calade se termine derrière la belle demeure. Traverser la route afin de retomber sur la piste longeant le Tarn et retrouver Ispagnac.



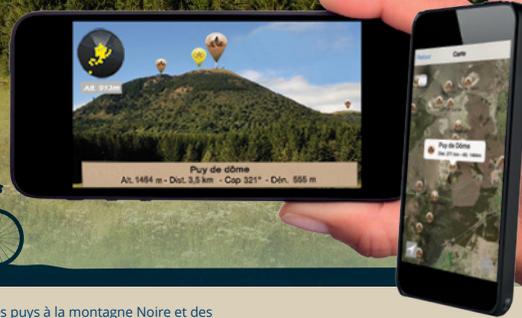
# Massif Central sommets

Télécharger dans l'App Store

ANDROID APP ON Google play

PUYS, SOMMETS, LGS, LACS, REFUGES, VILLAGES, CHAPELLES, ATTRACTIONS, ETC ...

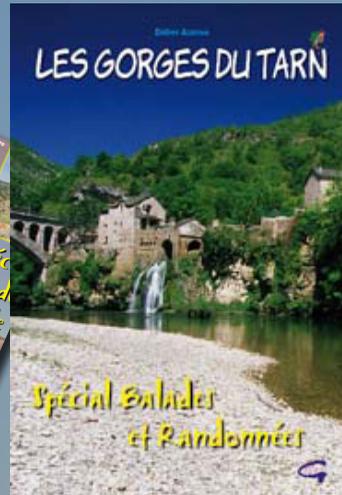
Balayez l'horizon et identifiez tous les sommets qui vous entourent



De l'Ardèche au gorges du Tarn, de la chaîne des puys à la montagne Noire et des Cévennes au plateau des 1000 vaches : Plus de 300 sommets et quelque 120 volcans référencés dans cette application qui couvre tout le Massif Central.

EDITIONS LES GUIDES GOURSOU  
www.guidesgoursau.fr

## LES GUIDES GOURSOU



Pour connaître tous nos dictionnaires, livres, cartes et topo-guides, consultez notre site web : [www.guidesgoursau.fr](http://www.guidesgoursau.fr)

## Les randonnées

La balade peut ne pas être balisée, à l'exception de certaines portions. La carte en 3D fournie vous donne un bon aperçu du relief traversé. Afin d'avoir plus de détails sur les chemins empruntés se munir d'une carte au 1/25000 (IGN 2640 OT Causse Méjean et gorges du Tarn). La pratique des sentiers pédestres proposés dans ce topo-guide reste sous votre entière responsabilité.

## Avant la randonnée

Penser à un bon équipement, même pour une balade. Des chaussures de randonnée légères, les protections nécessaires (coupe-vent, casquette...) pour les amplitudes thermiques. En effet, le climat peut être très doux dans les vallées et être d'un froid glacial deux kilomètres plus loin sur les plateaux. Inversement, un petit air frais sur le causse n'abrite pas des attaques du soleil, un couvre-chef est donc de rigueur. Dans le sac à dos, ne pas oublier d'amener de l'eau en quantité suffisante, le pique-nique et de quoi grignoter pendant la marche. Se renseigner sur la météo locale sur le répondeur de **Météo France : 08 92 68 02 48**.

## Pendant la randonnée

Afin de profiter pleinement de la montagne, il faut savoir évaluer ses limites et ne pas s'aventurer seul ou si la météo est défavorable. Se munir d'un téléphone portable est aujourd'hui un élément de sécurité important. En cas de nécessité, composer le numéro des **secours 112**. Pays d'élevage, il est essentiel de refermer les clôtures, de tenir les chiens en laisse à l'approche des troupeaux. Pays de nature préservée, merci de ne pas cueillir les fleurs, ne pas allumer de feux, et d'emporter les restes de repas et mégots.

## Difficulté des randonnées

La **promenade** est une sortie sans difficultés avec très peu de relief et d'une durée d'environ 2 heures. Enfants de moins de 6 ans. La **balade**, entre 2 et 4 heures (le temps d'une demi-journée ou d'une journée), peut comporter un dénivelé ne dépassant pas les 500 m positifs. Enfants de plus de 8 ans. La **randonnée** est une sortie sportive dont la durée est équivalente à une journée (entre 4 et 6 heures de marche) de par sa distance et/ou son dénivelé à parcourir. Enfants de plus de 12 ans.

Nouvel album de Thierry Goursou,

# TOUPI

Le petit ourson de la ferme

En vente en librairie ou sur [www.guidesgoursau.fr](http://www.guidesgoursau.fr)

