

Le plo de Canac



④ Difficile ⌚ 4 h <> 11.7km ↗ 534m ↘ -532m 📍 Boucle

Départ : Haut du village de Canac, Murat-sur-Vèbre

Arrivée : Même lieu que le départ

Balisage : — PR

Communes : 1. Murat-sur-Vèbre

De la vallée escarpée du Dourdou, le sentier escalade les pentes pierreuses piquetées de buis jusqu'à atteindre le « Plo » où dans un dernier soubresaut, les hautes terres tarnaises cèdent le pas aux maquis méditerranéens et leurs tièdes effluves.



Labellisé FFRandonnée® Tarn

Cet itinéraire est labellisé FFRandonnée®. Il fait partie du réseau tarnais de chemins validé et reconnu par la Fédération Française de la Randonnée et les partenaires du Tarn comme de qualité supérieure.

📍 PDESI / PDIPR

Site ou itinéraire inscrit au PDESI et/ou PDIPR.

⚠️ Recommandations

Difficultés:

longue descente entre les points **7** et **8**

brouillard fréquent

non praticable en VTT

📍 Lieux De Renseignement

Bureau d'information touristique de Murat

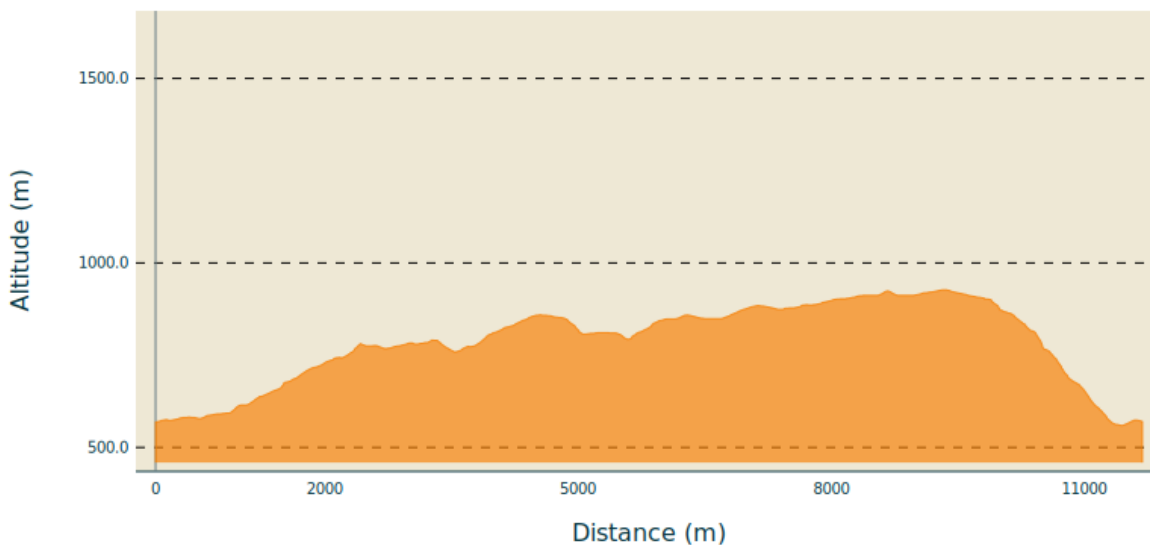
10 rue de la salle des fêtes, 81320 Murat-sur-Vèbre

murat@tourismemlh.fr

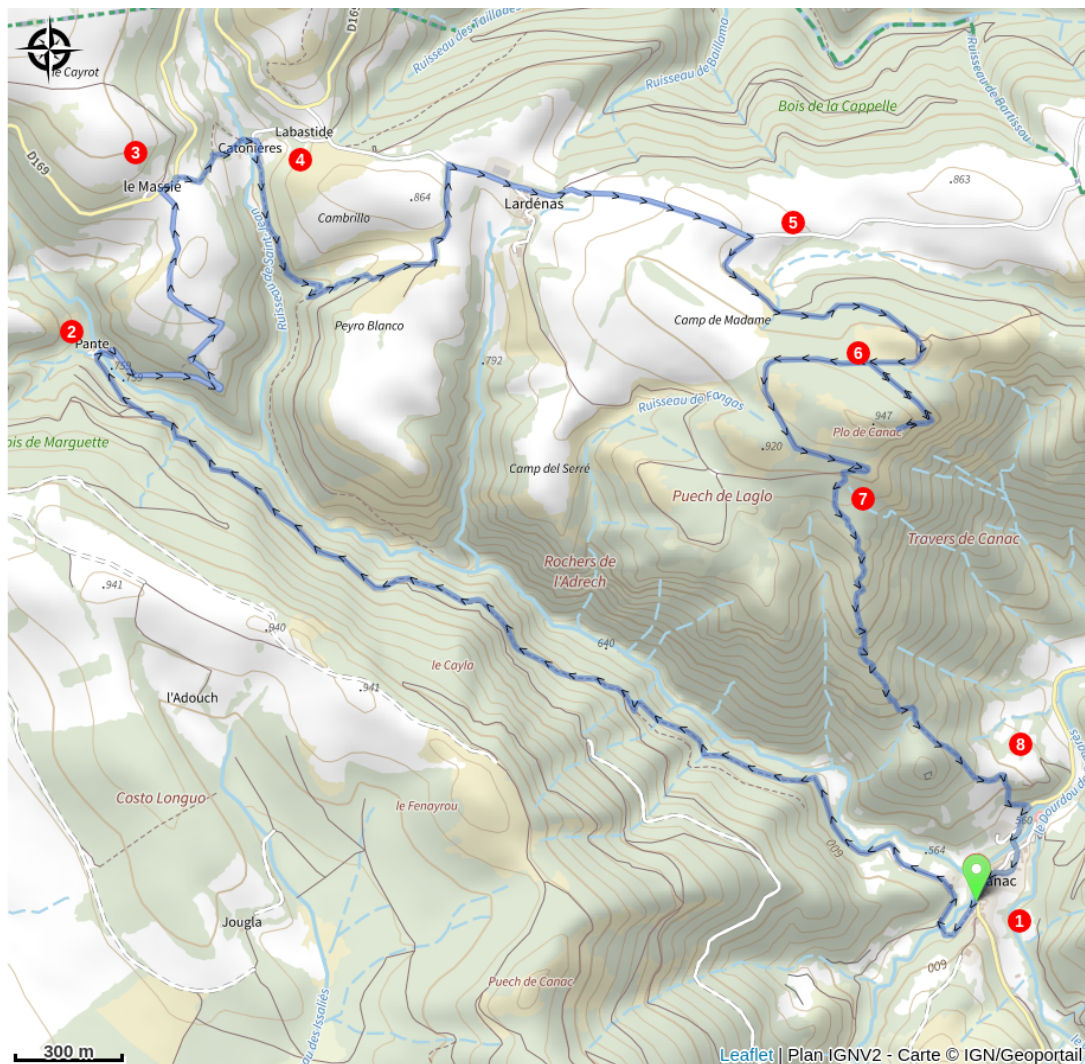
Tel : 05 32 11 09 46

<https://www.tourismemontsetlacsenhautlanguedoc.com/>

Profil Altimétrique



Altitude min 559 m Altitude max 927 m



Description

- 1 Dans le haut du village, prendre le chemin qui part entre une maison et la croix de fer. Il descend dans la vallée du ruisseau de l'Espeyres. Franchir le pont et poursuivre par le chemin à droite. Laisser un chemin à gauche. Le chemin domine des prés avant de passer à flanc dans les bois. Continuer par la piste à droite puis, à l'intersection suivante, partir encore à droite et grimper par le sentier. Emprunter à droite la piste forestière qui descend à Pante.
- 2 Graver la voie bétonnée qui mène au Massié (! > **panorama sur les vallons** !).
- 3 Suivre la D 169 à droite puis le chemin à droite. Il conduit à Catonières.
- 4 Descendre dans le hameau et, avant le ruisseau, partir à gauche dans l'herbe. Le sentier, bordé de buis, traverse un talweg, puis remonte à gauche dans les prés. Franchir le portillon et continuer par le large chemin. Prendre la route à droite, laisser la ferme de Lardénas à droite et poursuivre par la route qui s'élève (point coté 885 m) en face.
- 5 Dans la descente, s'engager à droite sur la large piste. Laisser la piste à gauche et arriver à une nouvelle intersection.
 > **Hors sentier: par la piste de gauche, accès au point de vue du plo de Canac.**

- 6 Continuer par la piste principale. Elle contourne le plo de Canac par l'ouest puis dessine un virage en épingle.
- 7 Quitter le sentier en direction des ruines du château. Longer l'édifice par la gauche (possibilité d'y pénétrer) avant de descendre retrouver le sentier abandonné plus haut (! > **descente longue et abrupte** !).
- 8 Poursuivre la descente, puis emprunter la D 162 à droite pour rejoindre le point de départ.