

# LA BOUCLE DES SOMPES

→ SITUATION : Escamps à 9 km au nord-est de Lalbenque par les D 26 et D 55

→ DÉPART : Place du Capilié (Eglise à proximité)

DURÉE : 3 h30

LONGUEUR : 12,5 km

BALISAGE : jaune



De la place du Capilié, descendre dans la ruelle. Sous le cimetière prendre à gauche la route qui va au lavoir-papillon et au puits. Continuer sur la route jusqu'à la D 55. De là, tourner à droite et 80 m plus loin prendre la route qui part sur la droite en direction du Mas de Fraysse. Passer devant un lavoir et une "sompe" (puits). Traverser la D 22 puis monter vers le hameau du Mas de Fraysse. À la patte d'oie, prendre le chemin des Iris à gauche. Plus loin, laisser la route qui tourne à droite et emprunter le sentier qui part sur la gauche, à travers bois. Le sentier rejoint un chemin plus large, s'engager sur celui-ci par la gauche et rejoindre la piste équestre (balisage orange).

**1** Bifurquer à gauche, le chemin descend puis traverse la D 22 et la combe de la Valse. Après une courte montée, poursuivre jusqu'à une fourche.

**2** Laisser le balisage équestre pour emprunter le chemin de gauche. 50 m après, au second carrefour continuer sur la gauche (gariotte à gauche) jusqu'à Camp del Lac. Longer la piste équestre sur 200 m (lac à gauche) et au carrefour en "X", tourner à gauche et suivre le balisage jaune sur 400 m.

**3** De ce croisement, aller tout droit jusqu'à la D 55 (du point 3 il est possible de rejoindre directement le point 6). L'emprunter sur la droite jusqu'au GR 65 (balisage rouge et blanc).

**4** Laisser la D 55 pour bifurquer à gauche et suivre le GR 65 (balisage blanc et rouge) jusqu'à la combe de la Valse.

**5** Franchir le lit d'un ruisseau, quitter le GR et tourner à gauche pour traverser le bois du Gréal. Arriver à une route goudronnée, poursuivre tout droit jusqu'au lac de Quèzac. Après le lac, emprunter le chemin tout droit et tourner tout de suite à gauche. Laisser le chemin qui tourne à droite et continuer tout droit par le sentier. Arriver à une route, prendre à droite puis tourner aussitôt à gauche sur un large chemin.

**6** A la croisée du chemin poursuivre tout droit jusqu'à la D 55. Tourner à droite, longer la route sur 100 m et à l'entrée du chemin, s'engager à gauche sur le chemin herbeux qui borde le mur d'enceinte du château pour rejoindre la place du Capilié.

## L'OUVALAS D'ESCAMPS, OASIS DU CAUSSE

Il y a 150 millions d'années, une grande mer recouvrait la région. Des sédiments se sont déposés sur son abysse, créant des couches de roche calcaire qui, lorsque la mer se retira, furent soumises à l'érosion et à la dissolution sous l'effet des eaux de pluie. Gouffres, grottes, dolines ("cuvette" de dissolution) se sont ainsi formés.

L'ouvalas est le nom donné aux dolines de grande dimension ou à celles qui se "rejoignent".

Escamps est construit au bord d'un ouvalas où se sont accumulés terres, graviers et argiles. Les eaux s'y infiltrent lentement. De nombreux puits et sompes (grands puits circulaires bâtis) ont été édifiés pour récupérer l'eau nécessaire à l'irrigation d'une "oasis" de cultures au milieu du causse.



Entre les puits et les lavoirs papillons qui jalonnent la grande doline du village d'Escamps et les bois de chênes truffiers, cette balade vous permettra de découvrir l'intimité du causse de Limogne-Lalbenque.

### À VOIR DANS LA RÉGION...

- Cieurac : château et moulin à vent classés (visites guidées)
- Concots :

- tour médiévale

- Lugagnac :

- porches typiques

→ RAVITAILLEMENT

ET RESTAURATION :

Lalbenque et Concots

→ RENSEIGNEMENTS :

Office de Tourisme

du Pays de Lalbenque

Tél. 05 65 31 50 08

