

La légende du dragon de l'Espinouse

Sur le sentier, vous croiserez un dragon "pétrifié" : "le dragon de l'Espinouse", du nom du massif montagneux qui garde le hameau de Mauroul.

Observez bien et vous reconnaîtrez son profil caractéristique et ses dents acérées ! Voici la légende du dragon : "Il y a de cela bien longtemps, vivaient en ces lieux toutes sortes d'Elfes, fées et lutins. La vie y était harmonieuse, la nature apportait la nourriture du corps et de l'esprit. Mais, juste à l'entrée du hameau, lorsque l'on arrive par l'antique chemin, se trouvait, tapi dans une grotte, un dragon maléfique qui anéantissait l'imprudent. Les habitants de tout l'Espinouse, effrayés, demandèrent aux Dieux de les aider et promirent en échange, d'être bons et hospitaliers. Instantanément, le dragon fut transformé en roche et un ruisseau vint cascader à ses côtés."



Hameau de Mauroul

Recommandations générales

- Respectons le tracé des sentiers pour limiter le piétinement de la végétation et l'érosion.
- Apprenons à connaître et à respecter la faune et la flore, surtout dans les espaces sensibles.
- Ne laissons ni trace de notre passage, ni déchets et emportons les jusqu'à la prochaine poubelle.
- Ne faisons pas de feu dans la nature.
- Ne dégradons pas les cultures et les plantations.
- N'oublions jamais de toujours refermer derrière nous clôtures et barrières.
- Tenons les chiens en laisse, ils pourraient malencontreusement provoquer des dommages ou être victimes d'accidents.
- Ne consommons pas l'eau des ruisseaux, sa limpidité apparente ne signifie pas forcément qu'elle est potable.
- Renseignons nous en période de chasse auprès des communes. Certains itinéraires peuvent être dangereux.
- Informons-nous des règlements d'accès aux réserves naturelles et zones Natura 2000 (les chiens, l'utilisation d'engins sonores et la cueillette des plantes peuvent, dans certains cas, être proscrits).

Recommandations spécifiques

Itinéraire déconseillé en période de fortes chaleurs et de fortes pluies.

Numéro de secours : 112



Les cascades de Mauroul

Cascades, source et ruissellement se dévoilent ici le long de cet agréable cheminement. La progression, le long des ruisseaux, est plaisante et instructive : des panneaux décrivant la flore locale jalonnent le sentier. Ce parcours frais et charmant mène sur sa dernière partie au hameau de Mauroul...

Accès/parking : Accès par la route du Col de Fontfroide.

Parking à l'entrée du hameau de Mauroul sur la gauche. Départ au niveau de la Croix.

Altitude : 465 m

Coordonnées GPS : Long. 2.876951 - Lat. 43.58030

Un problème sur le parcours ?

www.sentinelles.sportsdenature.fr



Informations pratiques

A voir à proximité

- Mauroul, lavoir, église
- Prieuré de Saint Julien et ruines du Castellat d'Olargues le Vieux (sentier de randonnée au départ de la voie verte à proximité du hameau de Vilaris)

Pour toutes informations complémentaires, contactez :

Office de tourisme intercommunal du Caroux en Haut-Languedoc :

www.ot-caroux.fr

- Accueils à Mons-la-Trivalle, Roquebrun et Olargues, 04 67 23 02 21

Pays Haut Languedoc et Vignobles

1, rue de la Voie Ferrée 34360 Saint-Chinian
04 67 38 11 10 - contact@payshlv.com - www.payshlv.com



agence AOC - Béziers - photo couverture : Les Cascades de Mauroul - OTI Caroux

Un territoire de projets

**Pays Haut Languedoc et Vignobles
Tourisme et Patrimoine**

Les cascades de Mauroul Saint Julien



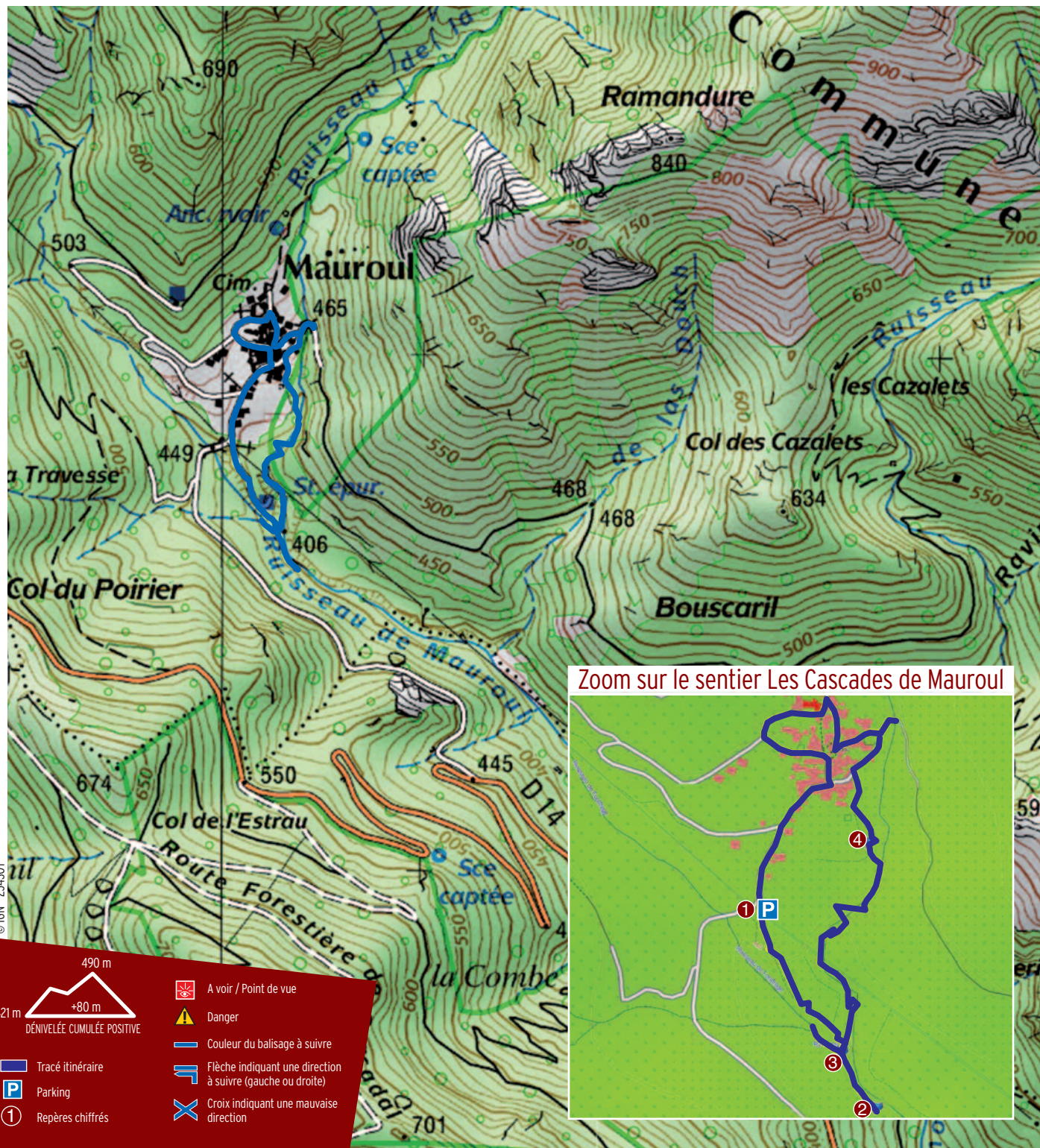
Carte d'identité du sentier 66

Longueur : 1,7 km

Durée : 1/2h

Niveau de difficulté : facile





Les cascades de Mauroul

1. 465 m. Du parking, descendre le chemin en terre, puis cimenté menant à la confluence des ruisseaux de la Tourré et du Fontfrège qui forment le ruisseau de Mauroul. Après 150 m, au niveau du belvédère avec vue sur la cascade du Roy, le chemin évolue en sentier. Continuer la descente par les escaliers. En bas, tourner à gauche puis à droite pour emprunter la passerelle. Longer le ruisseau afin de découvrir 200 m plus loin la source ferrugineuse.



Eau ferrugineuse

2. 407 m. 31 T 490183 4825440
Effectuer un demi-tour, franchir à nouveau le ruisseau par la passerelle et se diriger à gauche, sans emprunter les escaliers, vers la cascade du Roy et la marmite de roche, dite "marmite du sanglier", d'une douzaine de mètres de haut et 6/7 m de diamètre. Revenir ensuite sur ses pas jusqu'au poteau.



Hameau de Mauroul

3. 495 m. T 0490147 4825505

Suivre le ruisseau par la gauche pour aboutir à la cascade du Castan Rousset, haute de 10 m. A son sommet, un béal captait l'eau et alimentait les jardins des Camps Bous Bas. Traverser la passerelle du Héron et gagner la cascade du Gouffre du Rampan.

4. 457 m. T 0490171 4825768

Quitter le sentier caladé qui se prolonge tout droit et se diriger à droite vers la cascade du Dragon de l'Espinouse par la passerelle de la Loutre (béal visible également). De la cascade, s'élever par le côté gauche du ruisseau. Rallier les premières maisons, poursuivre par le sentier bétonné à droite. Visiter à droite le Lavoir de la Fontaine. Parcourir ensuite les ruelles pour apprécier l'église restaurée et les façades pittoresques. Redescendre vers le parking, par le village.

Profil de l'altitude en mètres (à titre indicatif)

