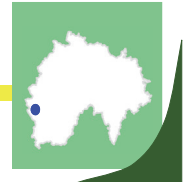


# Le Roc Rôti

SAINT SAURY



Durée : 2h

Longueur : 7 km

Balissage : bleu

▼677 m ▲753 m

Dénivelé : + 110 m

Facile

Commune limitrophe du Lot, Saint-Saury possède une petite église avec un clocher à peigne. C'est un des rares édifices romans de la Châtaigneraie, elle a été récemment restaurée.

A voir également le hameau d'Escalmels (à environ 4 km de Saint-Saury sur la route de Souceyrac) avec son moulin à eau toujours en état de marche, le meunier se fera un plaisir de vous le faire visiter. Ce moulin aurait été construit par Bertrand de GRIFFEUILLE en même temps qu'un très important prieuré, à partir de 1151, mais dont malheureusement il ne reste plus de trace. Dans l'enceinte de ce prieuré existe toujours une petite chapelle dédiée à Saint-Eutrope (le guérisseur des estropiés) où se déroule chaque année un pèlerinage le premier dimanche de mai.

Ce circuit très facile vous fera cheminer presque en totalité sur des chemins de terre.

Entre les points 4 et 5 vous apercevrez sur la droite Labastide du Haut Mont (point culminant du Lot) et son relais de télévision. Plus loin, vue sur le Bourg de Saint-Saury à gauche et sur la châtaigneraie à droite.

Au point 5 le Roc Rôti (en bordure de la route sur votre gauche) est un ancien monument druidique formé de grosses pierres dressées. La légende dit, qu'au temps des gaulois, vivait à cet endroit un ermite qui pratiquait des sacrifices d'animaux sur ces pierres.

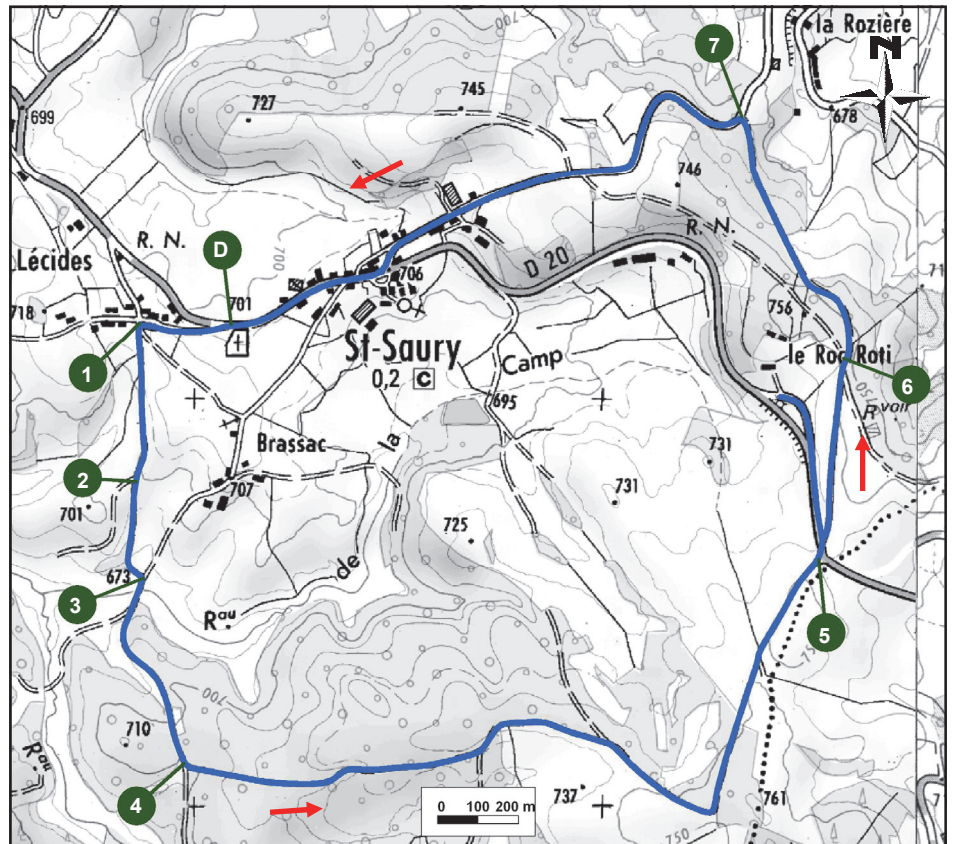
Topo-guide de référence :  
Le Pays de la Châtaigneraie  
A.L.T. de la Châtaigneraie  
[www.chataigneraie-cantal.com](http://www.chataigneraie-cantal.com)

Création et entretien du circuit :  
Communauté de Communes  
Cère et Rance en Châtaigneraie  
[www.cere-rance.fr](http://www.cere-rance.fr)

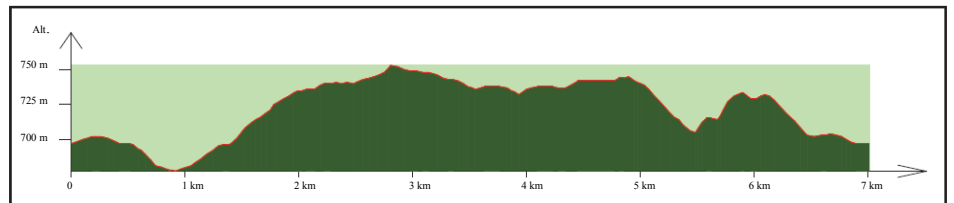
Crédit photo CD15-BBT

**Vous souhaitez, noter et/ou signaler un problème sur cet itinéraire :**  
[www.rando.cantal.fr](http://www.rando.cantal.fr)

Fiche Rando PDIPR 15  
Edition 2015 - Tous droits réservés



CRAIG - SCAN 25 © IGN 2009 - Licence n°2009 - CISE27-250 - Reproduction interdite.



- D** Le départ s'effectue sur le parking du cimetière. Prendre à gauche la petite route jusqu'au hameau de Lécides.
- 1** A Lécides, prendre à gauche le chemin qui descend légèrement.
- 2** Continuer tout droit le chemin qui descend.
- 3** Après le passage du pont, emprunter à gauche le chemin qui monte.
- 4** Prendre à gauche dans le bois et suivre la piste principale jusqu'à la route.
- 5** Au croisement, avec la route départementale, prendre en face le chemin de la Rivière (Le Roc Rôti se trouve à 300 mètres sur la route à votre gauche, revenir sur ses pas pour retrouver le point 5).
- 6** Continuer sur le chemin de droite qui descend jusqu'à la route.
- 7** Arrivé à la route goudronnée, prendre à gauche et la suivre jusqu'à Saint-Saury.

**INFO+**

A visiter : à 4 km de Saint-Saury, le hameau d'Escalmels et son moulin (route de Souceyrac)

ALT de la Châtaigneraie  
[www.chataigneraie-cantal.com](http://www.chataigneraie-cantal.com)





## Pour une randonnée sans souci



### Quelques rappels:

*Le balisage des itinéraires de petite randonnée :*

*Il est matérialisé à la peinture.*

■ un trait indique la continuité du tracé,

┌ Tourner à droite,

└ Tourner à gauche,

X une croix, c'est la mauvaise direction.

*Les itinéraires de petite randonnée de moins de 2 h de marche hors pauses sont balisés en bleu ■*

*Les itinéraires de petite randonnée de 2h de marche à moins de 4h de marche hors pauses sont balisés en jaune ■*

*Les itinéraires de petite randonnée de 4h de marche à 7h de marche hors pauses sont balisés en vert ■*

*Le balisage peinture peut être renforcé par de la signalétique directionnelle lorsque le terrain l'impose.*



### Le dénivelé positif:

*C'est la somme des montées de l'itinéraire. Exprimé en mètres, il renseigne sur l'intensité de l'effort à fournir. 100 mètres de dénivelé positif à pied revient à réaliser environ 1 km sur un terrain plat. Pour un bon marcheur il faut environ 1h pour gravir une montée de 400 mètres.*

*En moyenne montagne, la progression d'un marcheur est d'environ 3,5 km/h.*

Terre de randonnées par excellence, avec des sites prestigieux ou secrets, le Cantal vous convie à partager les bonheurs rares qu'offre un environnement préservé dans sa richesse et son authenticité.

Néanmoins, ce pays réserve ses nombreux charmes à ceux qui l'abordent avec respect et lucidité, qui savent allier plaisir et sécurité et tendre la main aux hommes qui, tous les jours, façonnent par leur travail ces paysages d'une exigeante beauté.

Pour « prendre son pied » sur les chemins de balade, il faut aussi savoir où le poser... Voici quelques règles simples de « savoir-randonner » qui vous permettront de savourer sans souci, une balade inoubliable :

- se renseigner sur la météo ainsi que sur l'itinéraire,
- emporter le nécessaire du randonneur prévoyant (chaussures de rando, sac à dos, crème solaire, pique-nique, bidon d'eau, fiche rando, topo-guide, carte IGN à jour),
- éviter de partir seul et indiquer à son entourage le parcours choisi,
- ne pas quitter les sentiers balisés,
- ne pas randonner accompagné d'un chien dans les zones d'estives,
- ne pas s'approcher des troupeaux ou caresser une vache,
- refermer les clôtures à la traversée des pâturages,
- ne pas déposer d'ordures ou tout autre objet indésirable,
- ne pas fumer ou faire du feu,
- ne pas camper,
- ne cueillir aucune plante,
- en cas d'orage, quitter rapidement les sommets et les lignes de crête. Chercher un abri en évitant absolument les arbres isolés et les rochers qui attirent la foudre,
- En cas d'accident justifiant un secours, rejoindre au plus vite la route ou les habitations proches et téléphoner au 17 ou 18, en précisant au mieux la localisation et la gravité de l'accident.

Dans tous les cas, ne sous-estimez pas la moyenne montagne, dite « montagne à vaches », ni les vaches elles-mêmes... Adaptez votre comportement à vos capacités personnelles, à l'état naturel des lieux et aux dangers prévisibles sur des chemins de randonnée. En suivant ces quelques conseils, fondés sur le simple bon sens et le respect d'autrui, vous randonnerez dans les meilleures conditions de sécurité. Vous éviterez, en outre, que votre responsabilité soit engagée dans d'éventuels dommages ou accidents ou que les propriétaires et les agriculteurs refusent légitimement le passage à ceux qui vous suivront. Un « contre-pied » dont pâtiraient tous les randonneurs.

### La météo dans le Cantal:

[www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)  
Tel : 08 99 71 02 15

### Numéros d'urgence:

15 S.A.M.U  
17 police  
18 pompiers  
112 numéro d'urgence européen

L'aménagement et l'entretien de cet itinéraire ont été réalisés par la Communauté de Communes Cère et Rance en Châtaigneraie et la rédaction de cette publication par l'Agence Locale du Tourisme de la Châtaigneraie. Aussi, le Conseil départemental du Cantal ne saurait être tenu responsable d'un quelconque défaut d'entretien sur le terrain ou d'erreurs concernant le descriptif de l'itinéraire.