

## Balade entre Caroux, Espinouse et Somail, de col à col



A 100 km de Montpellier, le col de Fontfroide permet d'admirer la masse rocheuse du Caroux sur l'est et la gigantesque forêt du Somail sur l'ouest. Se munir de la carte IGN au 1/25 000e: 2443 E La Salvetat-sur-Agout. Cette balade de 12 km et d'environ 150 m de dénivelé peut être entreprise en famille.

Du parking, s'engager à gauche sur le sentier balisé en rouge et blanc matérialisant le GR7.

➊ Après une montée, vous êtes au col de Montplo avec un mamelon sur votre gauche. En continuant, c'est une autre colline qui se présente à droite, puis un virage à angle droit. On délaisse ici la piste partant en face qui se dirige vers le col de Riédé.

➋ Après 350 m de ligne droite, vous êtes à une bifurcation avec, sur votre droite, de vastes landes à bruyère. Délaissez alors le GR et la piste de gauche, qui sera celle du retour, pour vous engager en face. Vous allez en fait suivre un chemin presque plat qui contourne une hauteur à travers la forêt.

➌ Après un rivage à gauche, c'est une croisée de chemins. Délaissez celui de gauche qui monte au sommet ainsi que celui qui part en face. Partir à droite et suivre cette piste en courbe jusqu'au col de la Bane, situé à 1,3 km de là.

➍ À cet endroit, vous débouchez sur un terre-plein-parking situé à droite et sur la D 169 en face. Cherchez sur votre gauche le départ d'une autre piste qui va vite aboutir à une dense frondaison. Marchez ainsi de manière relativement rectiligne, en délaissant les départs de chemin de part et d'autre, pour aboutir, après 2,2 km, à un carrefour de pistes où vous retrouvez le GR7, qui est perpendiculaire.

➎ Vous êtes au col de la Pinchinière. Partir à gauche en montant et en suivant le balisage. Une courbe à droite, puis une boucle un peu plus loin et, sur la droite, une petite bâtisse.

➏ Délaissez le chemin qui descend à droite pour continuer en suivant le balisage rouge et blanc et vous retrouvez peu après le point ➋. De là, en partant à droite, c'est le point ➊ qui mène au col de Fontfroide.

👉 **Pour y aller.** De Montpellier, prendre la N109. À Saint-André-de-Sangonis, partir vers Clermont-l'Hérault, puis vers Bédarieux. De là, se diriger par la D908 vers Olargues. À la sortie de la cité, partir à droite par la D14 en direction du col de Fontfroide (972 m). Garez-vous à gauche, face à la stèle des Maquisards.