Circuit n°222
17,2 km

RANDONNÉE EN LOT-ET-GARONNE

De Sos à Poudenas sur le chemin de Gélise

crédit photo : J. Macé / CDT 47

RANDONNÉE EN LOT-ET-GARONNE

De Sos à Poudenas sur le chemin de Gélise

ON SE BALADER

Distance : 17,2 km
Durée : 4h20 de marche, 2h50 à cheval, 2h10 à VTT
Vous êtes à 24 km au sud-ouest de Nérac par la D 656, via Mézin.
Départ : place Emmanuel Delbousquet - GPS : Lat 44.042495, Long 0.141775
Balisage :
Difficulté :
Dénivelée cumulée : 200 m

Fiche mise à jour le 10 novembre 2020 © CDT 47

Cette verte vallée étroite et encaissée recèle des trésors de surprises : des cités à la personnalité affirmée, une végétation riche et luxuriante. Pour les découvrir, suivez l'ancienne voie ferrée de Sos à Mézin.

1. Aller vers la Maison de la Presse. Prendre le boulevard du Nord à droite, vers l'école et la maison de retraite. Virer à droite dans la rue du cimetière. Traverser l'avenue Jean de Silhon sur le passage protégé. Prendre la rue des Capots en face. Au cédez le passage, franchir **avec prudence** la D 656. Monter en face vers Barbaste. Tourner à droite vers St-Martin sur une allée bitumée, prolongée par un chemin herbeux. Descendre dans un chemin creux. Remonter en bordure d'un bois le long d'un grillage. Devant un portail en bois, prendre l'allée empierrée à gauche.
2. Virer à droite et de suite à gauche sur une piste herbeuse. S'enfoncer dans un bois (*passages humides*).
3. Après la maison de Lacuje, emprunter **prudemment** la route à droite sur 950 m. Tourner à gauche deux fois, sur une allée empierrée, puis sur une piste herbeuse en lisière de bois. S'enfoncer dans un bois.
4. A la cabane, bifurquer à droite sur un chemin sablonneux et sinueux (*palombière*). Au carrefour de trois chemins, aller à gauche. Suivre la route à droite, via Turris et Comtes. Dans un virage, prendre tout droit sur un chemin empierré. Faire quelques pas sur une allée bitumée. A Barroc, reprendre la piste sablonneuse en face, bordée d'une laurière. Continuer toujours tout droit jusqu'aux ruines de Prouzeau.
5. Descendre à droite le long d'un grillage bordant une peupleraie. Remonter et suivre un chemin qui court le long d'une haie. A la croix en bois, rester sur le chemin haut. Juste avant le porche de l'église, descendre les escaliers à gauche, puis la rue à droite. Prendre les escaliers à gauche puis une rue très pentue. Traverser la D 656 sur le passage protégé. Franchir le pont roman sur la Gélise (*remarquer l'ancien moulin à gauche*).
6. Après un hangar en bois, s'engager le long de la rivière sur un chemin empierré puis herbeux. Au premier croisement rester sur les berges sableuses de la Gélise. Après une grande courbe, remonter sur l'ancienne voie ferrée. La suivre à droite entre deux haies.
7. Au premier carrefour continuer tout droit. Passer à droite de l'ancienne maison du passage à niveau de Risot. Faire quelques pas à gauche sur la route. Bifurquer à droite sur le chemin empierré (*remarquer les talus bâtis, les caniveaux en pierre de taille, les rambardes métalliques et par endroit, les cailloux gris de l'ancien ballast*). Passer successivement trois barrières grillagées (*enjambez-les ou veillez à bien les refermer*). Après la dernière barrière, continuer sur un chemin ombragé. A partir des maisons de Canazins, emprunter l'allée goudronnée.
8. A l'embranchement des trois routes, au Cros, suivre à droite la route sinueuse bordée de platanes (*ancienne gare*). Au stop, prendre la D 109 à droite. Franchir un pont sur la Gélise. A la sortie d'un virage, grimper à droite sur un sentier bétonné (*seule véritable difficulté de ce parcours*) . Suivre la D 656 à droite sur quelques mètres. Traverser la départementale **avec prudence** et monter vers la place Emmanuel Delbousquet (*poète, conteur, romancier 1874/1909*).

Le pays des Sotiates

C'est à la lecture de Jules César, le fameux empereur auteur des « commentaires sur la guerre des Gaules », que l'on fait connaissance avec les Sotiates (prononcer sossiates), la tribu gauloise qui a laissé son nom à sa Capitale.Située au carrefour de grands itinéraires, la région abonde de témoignages d'un peuplement précoce et important. On a découvert de nombreuses villas gallo-romaines. Vestiges préhistoriques, romains ou médiévaux peuvent s'observer dans les musées, celui du château de Nérac par exemple, mais aussi avec un guide dans les paysages et à travers la trame des villes. Un dictionnaire archéologique rassemble les informations sur le département. À Sos, la mairie propose un musée lapidaire en plein air constitué de sarcophages et de pierres travaillées.

Retrouvez toutes nos fiches rando :

Comité Départemental du Tourisme de Lot-et-Garonne
Tél. 05 53 66 14 14
Mail. randonnee@tourisme-lotetgaronne.com
Site web. www.tourisme-lotetgaronne.com

Plus d'infos sur ce circuit :

Office de Tourisme de l'Albret
Tél. 05 53 65 27 75
Mail. accueil@albret-tourisme.com
Site web. www.albret-tourisme.com

ALBRET TOURISME