


StCirqLapopie

Distance : 11 km 839
 Dénivelé positif : 328 m, négatif : -328 m



Route

Point		Distance cumulée km	Notes	Vers le point suivant	
Nom	Alt. m			Dist. km	Durée Randonnée
		140.0	0.000	0.375	6 minutes 59 secondes
Aire de pique nique	150.0	0.375		0.083	1 minute 18 secondes
Point 1	150.0	0.458	Dans le virage, prendre à droite	0.095	1 minute 28 secondes
Point 2	150.0	0.553	Suivre le GR à gauche	1.099	27 minutes 6 secondes
Ferme bio	251.0	1.652	barrière à ouvrir et refermer	0.600	9 minutes 49 secondes
Point 3	208.6	2.253	traverser la route	0.855	14 minutes 24 secondes
point 4	190.0	3.107	monter en face	0.464	11 minutes 9 secondes
Point 5	235.7	3.571	Quitter la route pour le sentier sur la gauche Dès que le panneau de croisement est en vue	0.160	5 minutes 25 secondes
Belvédère de Bancourel	260.9	3.731	Après le parking, passer le virage en épingle et prendre le chemin qui monte à droite au pied du pigeonnier du XVI°	1.370	31 minutes
Point 7	363.0	5.100	traverser en face, ignorer le GR 36-46 suivre direction Lac Lapat, Pech de l'air	0.944	15 minutes 50 secondes
Chapelle Sainte Croix	315.7	6.044		0.235	6 minutes 26 secondes
8	270.0	6.279	A l'intersection, suivre le sentier de droite	0.384	5 minutes 57 secondes

...	264.1	6.663	Un sentier longe la route à droite	0.269	4 minutes 9 secondes
Cirque de Vènes	254.1	6.932		0.092	1 minute 25 secondes
14	250.7	7.024	Dans le virage, suivre la route	0.619	10 minutes 35 secondes
15	201.0	7.643	Au carrefour, descendre un peu sur la droite pour entrer par la porte de Rocamadour	0.062	58 secondes
Porte de Rocamadour	198.3	7.705		0.559	11 minutes 29 secondes
18	178.8	8.265	Récupérer le chemin qui redescends au pied du chateau	0.940	17 minutes 27 secondes
Pigeonnier	132.1	9.205		0.517	8 minutes 4 secondes
19	134.0	9.722	Suivre le GR sur la droite	0.454	7 minutes 5 secondes
Ecluse "Ganil"	135.6	10.175		-	-
...	140.0	11.839		-	-

Temps de parcours

Section	Distance	Estimation Randonnée
Globalité de la route	11 km 839	3 heures 44 minutes

