

La Pointe de Bône et les grottes du Trassadou, Tannerie et la Dame Blanche

Une randonnée proposée par simcha



Cette petite randonnée permet d'avoir des beaux panoramas sur la vallée de l'Aveyron et de visiter la Grotte du Trassadou et en option la Grotte de la Dame Blanche.

Durée :	1h55	Difficulté :	Moyenne
Distance :	4.77km	Retour point de départ :	Oui
Dénivelé positif :	242m	Moyen de locomotion :	A pied
Dénivelé négatif :	248m	Commune :	Saint-Antonin-Noble-Val (82140)
Point haut :	312m		
Point bas :	170m		

Description

Stationner sur le parking du point de vue de Bône

(D/A) Descendre environ de 10m à votre gauche pour rejoindre une table d'orientation.

Revenir sur le sentier principal et poursuivre sur cette partie pour profiter du panorama sur la vallée. Parvenir à une petite aire gazonnée.

(1) Prendre à gauche et par une descente tranquille continuer vers la pointe de la falaise de Bône.

(2) Profiter du panorama sur 300°. Admire la falaise à l'Ouest et les trois entrées de grottes respectivement de gauche à droite :

- la Dame Blanche,
- la Tannerie,
- la Trassadou.

Revenir au carrefour précédent de la petite aire gazonnée.

(1) Prendre le sentier de gauche. Garder toujours le sentier le plus large. Atteindre une nouvelle bifurcation.

(3) Emprunter à gauche le sentier, descendre sur 100m. À la bifurcation suivante prendre à droite le chemin le plus fréquenté, c'est un sentier dans les buis recouvert de mousse.

Arriver sur petite clairière avec à gauche la grotte. Retrouver un premier tunnel en descente de 50m environ. La roche peut-être glissante faire attention (éclairage indispensable).

Atteindre le début de la grotte principale (penser à admirer l'intérieur), poursuivre sur environ 150m pour arriver à l'ouverture dans la falaise.

Profiter d'un beau point de vue sur la vallée.

Option : **pour les gens en forme et qui n'ont pas le vertige.**

De là, à droite une descente de 50m en corniche facile, à mi-parcours lever la tête pour voir la grotte de la Tannerie. Parvenir à l'entrée de la grotte de la Dame Blanche.

(4) Rejoindre par le même chemin la bifurcation précédente.

(3) Poursuivre en face pour rejoindre une stèle et la route.

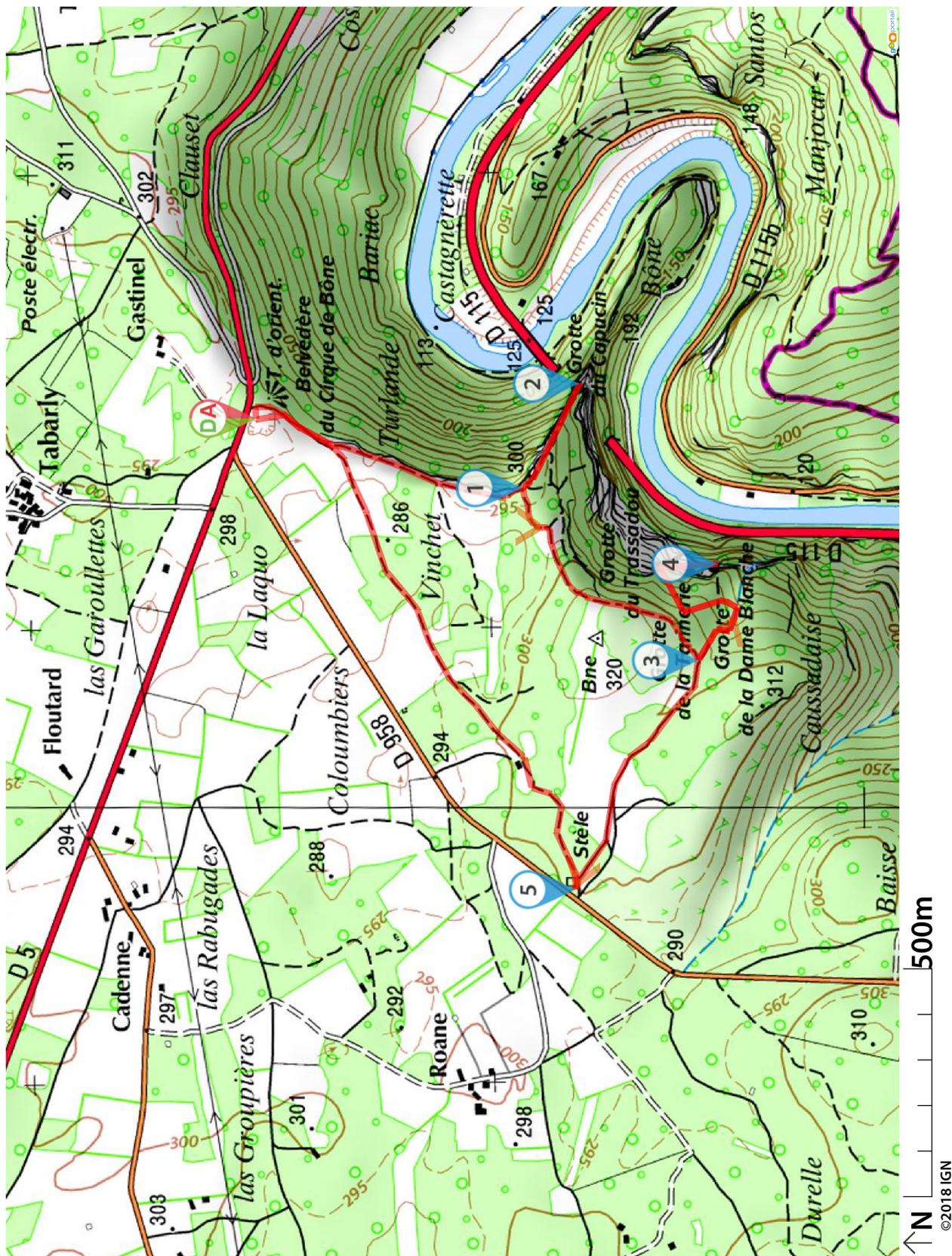
(5) Emprunter le sentier de droite dont la plus grande partie se situe entre des murs de pierres sèches. Rejoindre le chemin de l'aller, le prendre à gauche pour retrouver aisément le parking de départ **(D/A)**.

Informations pratiques

Pour visiter la grotte, lampe torche ou frontale indispensable.

Donnez-nous votre avis sur : <https://www.visorando.com/randonnee-la-pointe-de-bone-et-les-grottes-du-tras/>

Téléchargez l'application Visorando pour suivre cette randonnée



Visorando et l'auteur de cette fiche ne pourront pas être tenus responsables en cas d'accident survenu sur ce circuit.



LA CHARTE

du *visorandonneur*

Préparation de sa randonnée



BIEN CHOISIR SA RANDONNÉE

en fonction de sa durée, et de sa difficulté, en fonction de ses compétences et de sa condition physique.



CONSULTER LA MÉTÉO

et se renseigner sur les particularités du site : neige, température, horaires et coefficient des marées, vent, risque d'incendie...



S'ÉQUIPER EN CONSÉQUENCE

équipement particulier, moyen d'alerte, trousse à pharmacie, vêtements... et prendre de quoi boire et s'alimenter.



PRÉVENIR

au moins une personne du projet de randonnée.

Comportement pendant la randonnée



RESTER SUR LES SENTIERS

(sauf cas exceptionnel).



RESPECTER

les cultures et les prairies, ne pas cueillir ou ramasser les fruits.



RESPECTER LES INTERDICTIONS

propres au site : ne pas cueillir, ne pas faire de feu, ne pas camper...



REFERMER

les clôtures et barrières après les avoir ouvertes, demeurer prudent en cas de troupeau et s'en écarter.



RAMENER SES DÉCHETS

ne pas laisser de traces de son passage.



ÊTRE DISCRET

respectueux et courtois vis à vis des autres usagers.



GARDER LA MAÎTRISE DE SON CHIEN

le tenir attaché, l'avoir auprès de soi à chaque croisement d'autres usagers, pouvoir le rappeler à tout moment. Randonner avec son chien est à proscrire en présence de troupeaux.



LA NATURE EST UN MILIEU VIVANT

qui évolue avec le temps, randonner c'est partir à l'aventure avec les risques qui y sont liés. Savoir renoncer et faire demi-tour est aussi un geste responsable.

Qu'il soit privé ou public, vous randonnez toujours sur un terrain ne vous appartenant pas, particulièrement s'il est privé, les propriétaires autorisent (généreusement, gracieusement ou aimablement) le passage.

Merci de ne pas poursuivre en justice en cas d'accident ceux chez qui vous randonnez au risque de se voir interdire ce loisir; mais vous pouvez signaler tout risque rencontré.