

Distance : 13,5km
Dénivelé : 490 m D+

Difficulté :
moyenne

Balisage



Départ

► Moux en Morvan, parking de la salle des fêtes

Accès

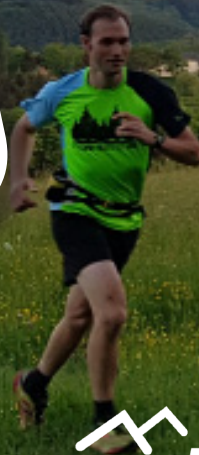
- Depuis Saulieu (89), par la D23, puis la D121
- Depuis Autun (71), par la D980, puis D149, D20 et D302
- Depuis Château-Chinon (58), par la D37, puis D193



Circuit Morvan Trail

La Double Bosse

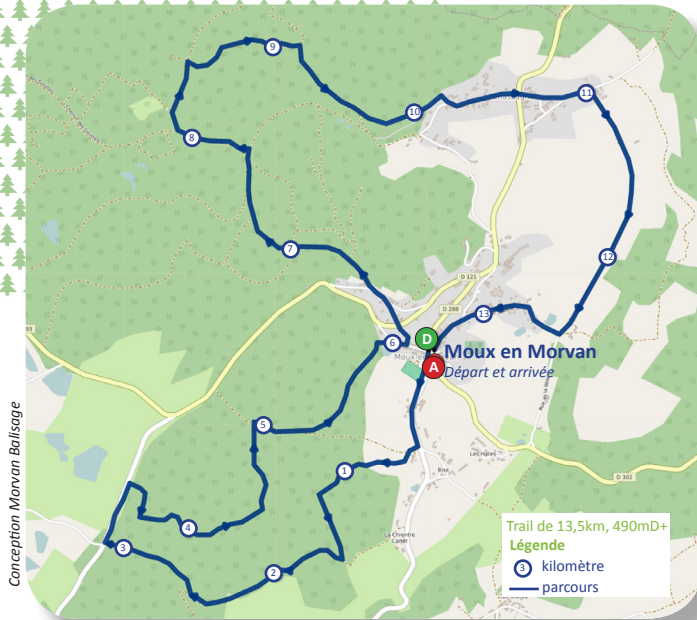
Site de Moux en Morvan
>> Nièvre



tourisme en
Morvan
Prenez de la hauteur !



Circuit Morvan Trail - La Double Bosse



Le concept de ce second circuit de 13,5 km est de revenir à Moux à mi-parcours, ce qui permet selon la volonté de chacun de ne faire qu'une boucle éventuellement ou de combiner avec les autres circuits.

La seconde caractéristique de ce tracé est son profil constitué de deux bosses également répartie au KM 4 et KM 8 qui permettent le travail en cote (200m de D+ pour la première, 150m de D+ sur la seconde mais avec un pourcentage de pente plus important). De fait, 2 montées et 2 descentes constituent la trame de ce circuit. Les 3 derniers kilomètres très plans sont prévus pour la récupération.

Après un petit kilomètre de route au départ le temps d'un bref échauffe-

ment, on attaque progressivement la première difficulté du tracé qui monte par paliers successifs sur d'anciens chemins morvandiaux, en partie érodés, mais peu techniques.

Après 400 mètres sur la D121 au milieu des plantations de sapins de Noël (km 3), la montée finale de cette première partie de circuit se fera sur le Mont Moux, sommet emblématique de la région, par un large chemin, là encore peu technique mais nécessitant « un peu de jambes ». Vous évoluerez au milieu de grands résineux et des tapis de mousse avant de basculer dans une belle descente parfois pierreuse, parfois sableuse, bref assez jolie mais nécessitant une certaine vigilance.

A Moux, dans le bourg, vous partirez pleine gauche, avant la boulangerie par une route montante au profil marqué. Inutile de vous préciser la prudence nécessaire lors de la brève traversée de la route 121 Les Settons -Saulieu (ceci dit vu la pente que vous viendrez de grimper, vous n'arriverez pas à 20 km/h !). Le dénivelé positif s'accumule doucement dans la traversée du bois de Sola et à l'approche des Fiottes. Ce lieu très isolé est dans l'histoire locale un lieu de mémoire important car ici s'était développé un des nombreux maquis du Morvan durant les années noires d'occupation entre juillet 1943 et février 1944. Ce mois reste dramatique dans la mémoire collective puisque 5 jeunes furent tués par des collaborateurs. Une stèle des chemins de Mémoire –hors sentier mais à proximité- rappelle cette histoire sombre du Morvan. Au KM 8, vous serez au point culminant de cette sortie (650m d'altitude) et il ne reste qu'à gérer le retour en profil descendant jusqu'à Chassagne, l'un des hameaux principaux de la commune de Moux. Vous traverserez ici sans vous en rendre compte si vous n'y prêtez attention l'ancienne ligne de Chemin de Fer du Morvan dénommée « le tacot » dont l'exploitation fut stoppée en 1939 (Chassagne possédait même sa gare).

Dans le hameau du « Boulet » vous prendrez sur la droite pour longer le ruisseau de la Garenne sur sa rive gauche puis traverserez « la Velle » avant votre retour à Moux où vous attendent les commerçants locaux pour vous restaurer et reposer.

Besoin d'informations touristiques pour
préparer votre venue ? Rendez-vous sur
www.morvansommetsgrandslacs.com

