

Randonnée en itinérance



↔ 43,4 km ↑ 916 m ↓ 917 m -0.0%



Office de Tourisme Sarlat Périgord Noir
3 Rue Tourny - 24200 SARLAT
05 53 31 45 45
sarat-tourisme.com



Randonnée

en Itinérance

Au départ de Sarlat avec 7 villages à traverser !

3 jours de randonnée

43 kilomètres

916 mètres de dénivelé



Office de Tourisme Sarlat Périgord Noir
3 Rue Tourny - 24200 SARLAT
05 53 31 45 45
sarlat-tourisme.com



🌿 Jour 1 : 19km et 500d+ 🌿

Au départ de la gare de Sarlat, ce premier segment jusqu'à Saint-Julien de Lampon sera le plus long et celui qui présente le plus de dénivelé.

Après environ **2h30 de marche**, un léger détour vous permettra d'atteindre le **Château de Paluel**, un joyau du XIIe siècle au passé tumultueux. Jadis forteresse stratégique, il a traversé les âges avant d'être restauré et valorisé. Aujourd'hui, il mêle élégance historique et modernité, accueillant **événements et visiteurs** dans un cadre enchanteur entre jardins et **vieilles pierres chargées d'histoire**.



Environ **6km plus loin**, vous traverserez le village médiéval de **Carlux**. Les vestiges du château dominant le bourg et rappellent son rôle stratégique au Moyen Âge, tandis que l'église **Saint Catherine**, avec son élégante architecture romane, témoigne d'une histoire religieuse ancienne. Entre ruelles **pittoresques et panoramas**, Carlux offre une plongée **authentique** dans l'âme du **Périgord**.



À la sortie du village de Carlux, vous aurez parcouru environ **18 kilomètres** depuis Sarlat. Continuez votre chemin et descendez jusqu'au **pont de Rouffillac**.

Plusieurs options d'hébergements s'offrent à vous :



Camping des Ombrages



<https://www.ombrages.fr/>

Camping Le Bourniou



[camping-le-bourniou-saint-julien-de-lampon](https://www.camping-le-bourniou-saint-julien-de-lampon.com/)



Hôtel - Restaurant Le Rouffillac

[hotel-restaurant-le-rouffillac](https://www.hotel-restaurant-le-rouffillac.com/)

Vous vous trouverez alors à proximité du village de **Saint-Julien-de-Lampon**. Ce village dévoile un charme discret, où l'histoire se mêle à la nature.

L'église, se dresse au **cœur du village**, tandis que les ruelles invitent à une flânerie entre maisons de pierre et jardins fleuris. L'occasion d'une balade au bord de l'eau, d'une baignade ou encore une dégustation de **produits locaux**.

Le village dispose de **commerces et services** pour un éventuel ravitaillement.





Jour 2 : 12 à 16 km et 240 d+



Au programme de ce deuxième jour, longer la Dordogne et profiter du patrimoine Périgourdin pour atteindre le village de Groléjac.

Vous traverserez les villages de **Sainte Mondane**, et **Veyrignac** situé sur la rive gauche de la Dordogne. Le paysage est ici caractérisé par des collines et une végétation dense. Ces villages conservent un patrimoine architectural typique du Périgord, avec des maisons en pierre et des églises. Le village de **Sainte Mondane** est notamment surplombé par le **château de Fénelon**.



Pour conclure ce deuxième jour, vous atteindrez le village de **Groléjac**. Un village rural du Périgord Noir, qui se distingue par son environnement naturel préservé, marqué par la présence d'un étang et d'un marais, un espace naturel sensible protégé. Les activités de plein air et nautiques y sont possibles, notamment grâce à la base de loisirs de l'étang.



Plusieurs options d'hébergement vous attendent autour du village de **Groléjac**.

Camping du Lac



camping-du-lac-de-grolejac



Camping Vagues Océanes



camping-vagues-oceanes.com

Camping Le Rocher de la Cave



camping-le-rocher-de-la-cave

La Villa Romaine



La villa romaine



L'hotel du Pont

hotel-du-pont

Le lac de Groléjac. Une large plage de sable fin a été créée et la baignade y est surveillée pendant les vacances d'été (l'après-midi). A l'intention des familles, ont été prévus un espace dédié aux jeux, des barques, pédalos, une aire de pique-nique, ainsi que les commodités indispensables buvette, sanitaires, parking. Pour y accéder, une participation de 2 euros par personne vous sera demandée.



Les Jardins d'Eau de Carsac, en Dordogne, offrent une escapade bucolique au cœur d'un parc paysager dédié aux plantes aquatiques. Entre bassins, cascades et nénuphars géants, la visite plonge les visiteurs dans un univers apaisant inspiré des jardins asiatiques. Ce site remarquable abrite l'une des plus grandes collections de lotus en France et une passerelle surplombant un étang peuplé de carpes koï. Un lieu enchanteur, idéal pour une pause nature à quelques pas de la rivière Dordogne.

Jour 3 : 10 km et 120d+

Pour ce troisième et dernier jour, retour à Sarlat dans la quiétude de la voie verte. Pourquoi ne pas enchaîner sur une visite de la ville ?

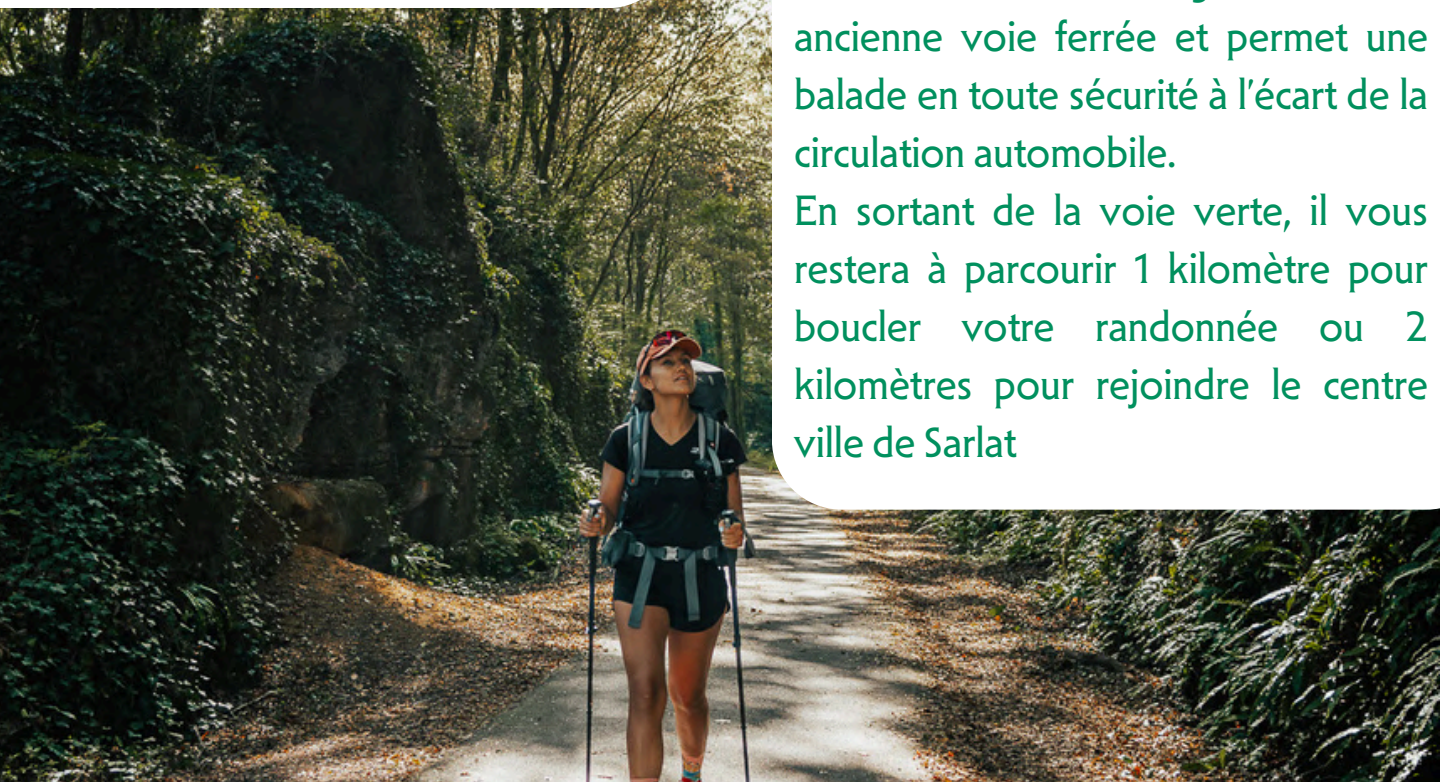
Peu de temps après votre départ vous traverserez le village de Carsac-Aillac. Le village se situe à proximité de la Dordogne, entre collines boisées et prairies, et possède un patrimoine architectural typique du Périgord.

La plage de Carsac-Aillac, une des plus belles plages « aménagées » de la Dordogne, est idéale pour pique-niquer, se rafraîchir, et profiter des eaux de la rivière.



Vous emprunterez ensuite la voie verte reliant Carsac-Aillac à Sarlat. Cet itinéraire est aménagé sur une ancienne voie ferrée et permet une balade en toute sécurité à l'écart de la circulation automobile.

En sortant de la voie verte, il vous restera à parcourir 1 kilomètre pour boucler votre randonnée ou 2 kilomètres pour rejoindre le centre ville de Sarlat



INFOS PRATIQUES & CONSEILS TERRAIN

Période conseillée

La randonnée est idéale au printemps et à l'automne, lorsque les températures sont agréables. Certains hébergements peuvent ne pas être disponibles, renseignez-vous au préalable.

Niveau et profil des randonneurs

Itinéraire accessible à des randonneurs occasionnels à réguliers. Les distances sont modérées, mais l'enchaînement des journées et le dénivelé demandent une condition physique correcte.

Accès

Départ et arrivée à la gare de Sarlat. Le parcours forme une boucle, sans nécessité de transfert en fin de randonnée.

Équipement recommandé

- Chaussures de randonnée adaptées
- Sac à dos avec réserve d'eau
- Protection solaire
- Vêtements adaptés à la météo
- Bâtons de marche conseillés

Balisage et types de chemins

Chemins ruraux et forestiers, sentiers en sous-bois et petites routes peu fréquentées. L'itinéraire n'est pas balisé. L'utilisation d'un GPS ou d'une application mobile est obligatoire pour lire la trace GPX.

Points de vigilance

- Portions exposées au soleil
- Chemins glissants par temps humide

Cet itinéraire traverse des espaces naturels et des villages habités. Merci d'adopter une pratique respectueuse des lieux, des habitants et des activités locales.