

ROADBOOK : ROCAMADOUR 13 JUIN 2026

DISTANCE : 199.12 km | D+ : 2716 m

LIEN GPX : <https://www.openrunner.com/route-details/23709949>

Lieu	Route	Km S.	Cumul	Alt	D+	R.	Vit.	Heure
Villefranche-de-Rouergue	Cour de la Gare	0.0	0.0	259	0	■	23.0	08:00
Toulonjac	Route du Rouergue	5.1	5.1	298	51	▲	16.0	08:19
Savignac	Route du Pré de l'Âne	5.1	10.2	403	150	▲	16.0	08:38
Laramière	Route de Vialars	5.3	15.5	389	27	▼	28.0	08:49
Laramière	Route de Beauregard	5.4	20.9	384	34	■	23.0	09:03
Beauregard	Route de Varaire	5.2	26.1	367	34	▼	28.0	09:14
Varaïre	Route de Sélingardes	5.1	31.2	322	38	▼	28.0	09:25
Bach	Route de Concots	5.3	36.5	294	39	▼	28.0	09:37
Concots	Route de Saint-Cirq Lapopie	5.1	41.6	290	56	■	23.0	09:50
Saint-Cirq-Lapopie	Route de Concots	5.1	46.7	344	94	▲	16.0	10:09
Saint-Cirq-Lapopie	Route touristique	5.2	51.8	245	127	▼	28.0	10:20
Bouziès	Route du Défilé des Anglais	5.3	57.2	142	84	▼	28.0	10:32
Cabrerets	Route de la Grotte du Pech Merle	5.0	62.2	175	119	▲	16.0	10:50
Cabrerets	Route du Serpoul	5.3	67.5	291	145	▲	16.0	11:10
Lauzès	Rue du Mas Del Four Bas	5.0	72.5	370	117	▲	16.0	11:29
Les Pechs-du-Vers	Route de Soulomés	5.0	77.5	412	69	▲	16.0	11:48
Cœur de Causse	Route de Soulomes	5.3	82.8	441	62	▲	16.0	12:08
Montfaucon	Route de Gramat	5.3	88.1	336	18	▼	28.0	12:19
Carlucet	Route du Bout du Bois	5.0	93.2	333	40	■	23.0	12:32
Carlucet	D 32	5.1	98.3	285	99	▼	28.0	12:43
Couzou	Route de Rocamadour	5.0	103.3	227	69	▼	28.0	12:54
Rocamadour	Route de la Cité [PAUSE 30min]	5.2	108.5	200	139	▼	28.0	13:35
Rocamadour	Route de Rignac	5.1	113.6	274	103	▲	16.0	13:54
Gramat	Route de Prangères	5.0	118.6	332	91	▲	16.0	14:13
Gramat	Route de Bèdes	5.0	123.6	308	45	▼	28.0	14:24
Gramat	Route de la Source	5.1	128.8	320	32	■	23.0	14:37
Reilhac	D 14	5.5	134.3	347	66	▲	16.0	14:58
Durbans	Route de Gramat	5.3	139.5	333	12	▼	28.0	15:09
Espédaillac	Route des Lacs	5.4	144.9	293	22	▼	28.0	15:21
Saint-Sulpice	Route du Causse	5.2	150.0	298	40	■	23.0	15:34
Marcilhac-sur-Célé	Route de Figeac	5.1	155.2	166	46	▼	28.0	15:45
Marcilhac-sur-Célé	Route de Cajarc [PAUSE 15min]	5.3	160.5	300	177	▲	16.0	16:20
Saint-Chels	Route de Marcilhac	5.0	165.5	371	92	▲	16.0	16:39
Cajarc	Boulevard du Tour-de-Ville	5.1	170.5	154	6	▼	28.0	16:49
Saujac	Route de Cajarc	5.1	175.7	164	66	■	23.0	17:03

Lieu	Route	Km S.	Cumul	Alt	D+	R.	Vit.	Heure
Ols-et-Rinhodes	D 147	5.2	180.9	317	158	▲	16.0	17:22
Sainte-Croix	Route du Bournac	5.2	186.1	389	86	▲	16.0	17:42
Sainte-Croix	Route des Deux Vallées	5.3	191.4	373	37	▼	28.0	17:53
Villefranche-de-Rouergue	D 24	5.0	196.4	280	0	▼	28.0	18:04
Villefranche-de-Rouergue	Cour de la Gare	2.7	199.1	257	9	▼	28.0	18:10