

Franchir le barrage et, aussitôt après, prendre à gauche une allée forestière qui descend au Lampy-Vieux sur la D 4 ; la suivre à droite pour franchir le ruisseau du Lampy.

- ⑨1 Avant un pont sur la rigole, emprunter à gauche le large chemin qui la longe. Au croisement, ne pas passer le pont mais continuer tout droit.
⑨2 Après un parcours de 45 min, au Sud-Ouest du hameau du Conquet, franchir la rigole pour passer sur sa rive droite. La longer en direction de l'Ouest jusqu'au lieudit

1 h 45 • Plô de la Jasse • 608 m

- ▲ Possibilité de rejoindre le gîte d'étape de Rodes en suivant le balisage jaune (à 5 km après avoir traversé la D 629).
Toujours sur la même rive, l'itinéraire domine le lac-barrage de Gravette et atteint

45 min • Les Cammazes • 610 m

Dans le village, suivre la D 629 à gauche sur environ 400 m en direction de Saissac.

- ⑩3 Emprunter à droite le chemin de la plaine des Faures. Il chemine agréablement en droite ligne, longe un lotissement neuf et plus loin une clôture, puis, tournant à droite, débouche sur la D 803. La suivre à gauche sur 250 m.
⑩4 Au carrefour (croix), *jonction avec la variante Pierre-Paul Riquet*. Le GR 7 descend en face la D 803 pour atteindre La Roque Haute.

- ⑩5 Quitter cette départementale, à droite, pour une petite route bordée d'acacias ; 800 m plus loin, suivre à gauche le chemin d'Aygues-Nègres. A la première maison, prendre à gauche le chemin de terre en sous-bois pour retrouver la D 803. L'emprunter à droite sur 800 m.
⑩6 Au croisement, prendre à gauche la route qui passe devant le village de vacances et mène à

2 h • Verdun-en-Lauragais • 303 m

Descendre dans le village. La route principale oblique à gauche et à droite, passe devant l'atelier municipal.

- ▲ En suivant la petite route en patte d'oeie avec le GR 7, avant l'atelier municipal, possibilité d'aller à la ferme du Bout du Monde (35 min, non balisé). Continuer la descente pour prendre sur la droite une rue en pente et, 50 m après, passer sous une ancienne porte du village donnant accès au chemin de ceinture des anciens remparts.

