

# 68 – TÊTE DE LA DAME (1 506 m)

## d'Ombrière - Les Arbods (660 m)

Pointe d'un immense plateau au Nord, facilement accessible depuis la route du Col de la Bataille ou du Mémorial de la Résistance, chacun peut naviguer à son aise jusqu'à la cime.

Depuis Ombrière, l'ascension est soutenue. Son départ, bouleversé par une piste forestière, voit son beau sentier peu à peu envahi. Sur la crête, le cheminement est évident.

La descente, très rapide, traverse le Rocher de Pierre Plate, beau belvédère sur le vallon d'Ombrière. L'accès à ce dernier par la route est très pittoresque avec ses gorges, ses cascates sur tuf moussu. Un détour sur Ansage permet d'aller admirer la belle chute de 72 mètres sur la Duize.

Montée : par le Col des Teulières (1170 m) 3 h  
Descente : par la Bergerie de Sarnat (1 344 m) et Pierre Plate 1 h 30  
Dénivelée : 900 m Cat: 1  
IGN Top25 : 3136 ET & 3137 OT

Départ : 57 km de Die. Venant de Die par la D 93, cinq kilomètres avant Crest, à Mirabel et Blacons, prendre à droite la D 70 jusqu'à Plan-de-Baix. A la sortie de ce village, s'engager à droite sur la D 578. Les gorges franchies, une pancarte indique à droite Les Arbods. Après un pont sur la Gervanne, se présente un carrefour (croix). Poursuivre, à gauche au-delà du village, une piste rive droite du ruisseau de Lardenne pour stationner, quatre cents mètres après, dans un carrefour (660 m).

### MONTÉE

660m		Poursuivre la piste. Elle traverse le ruisseau dont elle abandonne la rive gauche pour filer au Sud vers une grange.
770m	0h20	Au-delà, après la traversée d'un vallonnet, elle vire en épingle sur une croupe naissante. C'est dans ce virage qu'à droite démarre le sentier. D'abord encaissé, puis
890m	0h45	sur la croupe, <b>il côtoie la piste dans son virage</b> , la coupe plusieurs fois avant de <b>la rejoindre sur sa finale</b> .
930m	0h50	<b>Devant une bifurcation</b> , prendre à gauche quelques mètres pour retrouver le sentier montant dans le bois à droite.
1170m	1h40	Balisé de rouge, bien conservé, il dessine un grand lacet, puis attaque de raides pentes. A la sortie du bois, au-dessous du Col de Teulières, tirer à gauche dans l'herbe pour <b>prendre le sentier sur la crête</b> . Celle-ci s'étire au Nord, ondulante et couverte de genêts, buis et bosquets.
1227m	2h10	Une légère montée sur la fin amène au <b>Col de Pierre Rouge</b> (abreuvoir de pâturage).
1349m	2h30	Une sente part alors en écharpe dans le flanc herbeux. Elle franchit le haut d'une large ravine, puis se perd <b>derrière un petit pointement</b> .
		S'élever dans l'herbe, en revenant à droite, sous le bois, et grimper jusqu'à la croupe de l'alpage, au bord de la falaise.
1506m	3h00	Un sentier de bêtes évite une arête rocheuse dans son flanc Ouest, au-dessus de laquelle on parvient, légèrement à gauche, <b>sur la cime (borne)</b> .

## DESCENTE

		En légère descente, suivre la crête au Nord (pancarte : Col de la Bataille). Bientôt apparaît une piste. Quelques minutes après, l'abandonner lorsque la butte herbeuse à gauche s'achève sur un plat.
1344m	0h20	Revenir à gauche et descendre à l'Ouest dans le vallon pour trouver, dans une trouée d'arbres gardée par deux bouquets de hêtres isolés, le départ d'une piste. Celle-ci conduit à <b>la Bergerie de Sarnat</b> .
1200m 850m	0h35 1h10	Descendre une combe herbeuse au-dessous. Dans son fond, balisé de rouge, un sentier part à droite dans les bois. Suivre ses lacets. Il traverse <b>les Rochers de Pierre Plate</b> , puis dévale de raides pentes pour trouver <b>une croupe tranquille</b> où genêts et genévriers se disputent une place entre quelques pins et des buis. Il côtoie un long champ et, au-delà, se prolonge d'une piste qui tombe sur le hameau des Tonils.
660m	1h30	Devant la première maison, s'enfiler à gauche pour descendre un sentier le long de barbelés. Il trouve vite une piste qui rejoint <b>le carrefour de départ</b> .