



qui monte au lieu-dit « Les Roches ». Retrouver le goudron qui rejoint la D116.

9 Tourner à gauche pour suivre la D116 sur 1km. Bifurquer à droite sur une route goudronnée en direction « La Fougère ». Parcourir 100 m. Prendre à gauche un chemin de terre. Continuer tout droit sur 1,5 km vers « Pergerand ». Arriver dans un virage. Prendre le sentier qui descend.

10 Laisser tout droit le circuit de 13 km et prendre à gauche. Arriver sur la route, emprunter en face le chemin de « La Sauteuse » sur 600 m. Traverser le bois. A sa sortie, prendre à droite. Traverser la D89 (faire très attention en traversant). Prendre légèrement en face puis à gauche en direction de « Qualoup ». Arriver à la « croix de la Sauteuse ».



11 La croix de la Sauteuse : Il y a bien longtemps au lieu dit « Qualoup » aux pleines lunes de la belle saison, bien avant l'aube, une créature humaine apparaissait. Elle n'avait pour tout vêtement que de magnifiques cheveux blonds comme l'or qui descendaient tout le long de son corps jusqu'aux genoux. Elle avait également une ceinture tressée en paille de seigle vert. Elle s'asseyait sur une grosse pierre ronde et se mettait à lisser ses cheveux d'or qui reflétaient sous la lumière diffuse de l'astre des nuits. Puis, tout à coup, elle se levait et esquissait des pas de danse en sautillant. Avant que l'aurore n'apparaisse au levant, elle disparaissait. Si c'était un ange du Bon Dieu, il serait honoré par cette croix, et si c'était un démon, la croix protégerait les habitants du lieu de ses maléfices.

Descendre le chemin jusqu'à la rivière. En bas, à droite, remonter le chemin jusqu'à la ferme du « Toinon ».

12 Tourner à droite puis tout droit par la route. Retrouver plus loin un chemin de terre et continuer tout droit jusqu'au château du « Grand Buisson ». Poursuivre tout droit. Atteindre la route de Virigneux, la suivre sur 200 m. Rejoindre la D89. La traverser en faisant très attention. Prendre en face le chemin de terre légèrement décalé qui mène au calvaire, d'où l'on a une belle vue sur les montagnes du Matin.

13 Le circuit de 13 km arrive de la droite. Tourner à gauche. Emprunter le sentier face aux croix. Rentrer au village pour rejoindre le point de départ.

LE FAY

DÉPART : Place de l'église
13 km | 3h00 | 56% de sentiers



Le circuit est commun avec celui du 16 km jusqu'au n°10 sur le plan.

10 Laisser le circuit de 16 km à gauche. Continuer tout droit pour remonter la rampe du « Fay ». Emprunter alors la route sur 200 m et rejoindre le calvaire.

13 On retrouve le circuit de 16 km pour une arrivée commune jusqu'au village.



OFFICE DU TOURISME DES MONTAGNES DU MATIN
1, rue de la République | 42360 PANISSIERES | T. 04 77 28 67 70 | F. 04 77 28 82 18 |
contact@montagnesdumatin-tourisme.com - www.montagnesdumatin-tourisme.com

ST MARTIN LESTRA



2 circuits



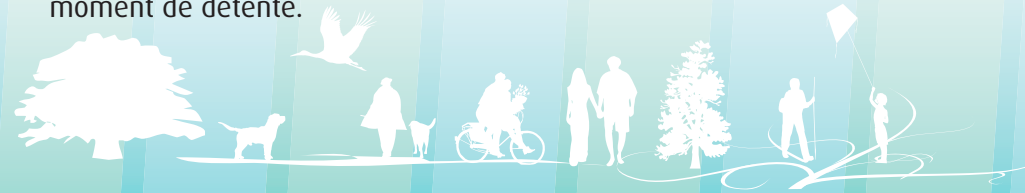
- > La croix de la Sauteuse : 16 km
- > Le Fay : 13 km



Situé sur les premiers contreforts des Monts du Lyonnais, dominant la plaine du Forez, St Martin Lestra symbolise la jonction entre Forez et Monts du Lyonnais. Autrefois, le village était un lieu de passage situé sur la « via romana » Lyon-Bordeaux d'où son nom tiré du latin « strata » signifiant la voie, déformé en Lestra et ajouté au patronyme.

En parcourant le circuit pédestre, on peut voir de toute part la flèche de l'église qui domine le panorama. En effet, le clocher, à une hauteur de 49 mètres, est l'un des plus haut des montagnes du Matin.

Dans un écrin de verdure, à quelques centaines de mètres du village, un agréable plan d'eau aménagé (aire de pique-nique, jeux d'enfants, tennis et pêche) attend le promeneur pour un moment de détente.





LA CROIX DE LA SAUTEUSE

DÉPART : Place de l'église
16 km | 4h00 | 60% de sentiers



1 Partir en direction d'Essertines en Donzy. Atteindre la D103. Tourner à droite et la garder sur 100 m jusqu'au **lavoir, bien restauré, avec aire de pique-nique**. Prendre à droite le chemin de terre, puis à gauche jusqu'à la croix. Tourner à droite sur la route communale de « Perdrigone ». Arriver à la ferme, prendre à gauche le chemin qui descend dans le bois. Arriver en bas, suivre en face la départementale sur 200 m.



2 Traverser le pont. Tourner à droite pour emprunter un chemin de terre et le suivre tout droit jusqu'au lieu-dit « Le Caillot ». Rejoindre un chemin goudronné. Tourner à gauche puis encore à gauche au croisement des chemins, lieu-dit « Avey ». Monter en haut du hameau.

3 Tourner à gauche. Emprunter le chemin de terre jusqu'au lieu-dit « Gorgeret ».

4 Le circuit devient commun avec celui d'Essertines en Donzy (E) jusqu'au n°5 sur le plan. Tourner à droite et poursuivre tout droit jusqu'à la croix.

5 Laisser tout droit le circuit d'Essertines en Donzy (E). Tourner à droite pour atteindre le plateau de « La Croix Blanche ».

6 Le circuit devient commun avec celui de Chambost-Longessaigne (CL) jusqu'au n°7 sur le plan.

De ce plateau, profitez de la magnifique vue sur les montagnes du Matin avec, à son sommet, la Tour Matagrin installée au point culminant des monts du Lyonnais puis tournez du regard pour découvrir les montagnes du Soir avec Pierre sur Haute, point culminant des monts du Forez, et plus en avant la plaine du Forez avec le Pic de Montverdun. Le panorama est splendide par temps clair.



Au croisement, descendre par le chemin de terre en face qui conduit dans un bois puis, en bas, tourner à droite et traverser la rivière par un petit pont. Continuer le chemin pour arriver à une intersection de deux chemins.

7 Laisser à gauche le circuit de Chambost-Longessaigne (CL), prendre celui de droite. Arriver à « La Morinée ». Au croisement, aller tout droit jusqu'à la prochaine intersection. Prendre légèrement à gauche pour emprunter, plus loin, un chemin de terre qui emmène sur le plateau de « Bouchala ». Arriver à la route.

8 Prendre légèrement à gauche puis à droite. Descendre cette route sur 1 km. Traverser le pont. Tourner à droite au lieu-dit « Pins Fournaud ». Suivre ensuite le chemin de terre