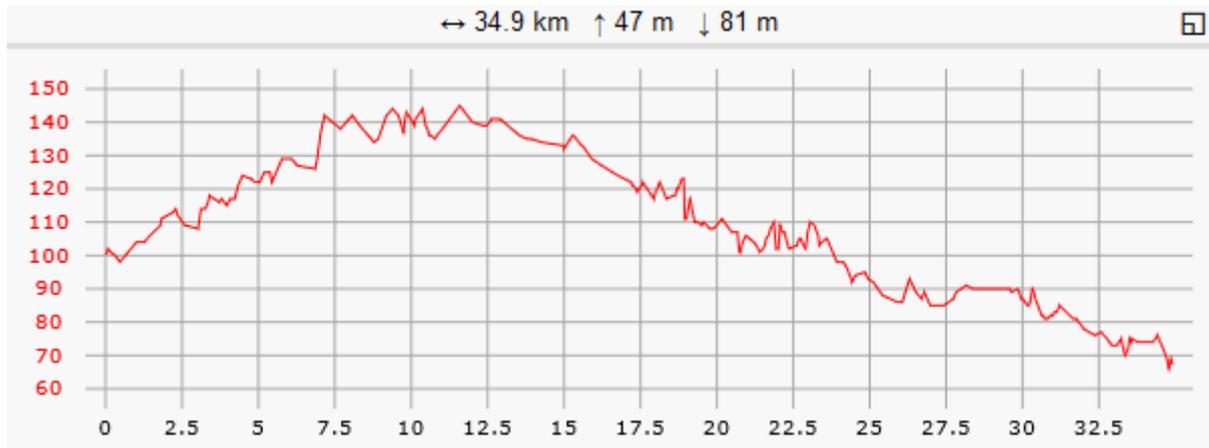


Captieux – Roquefort



Traversée des Landes, terrain plat, avec de grandes allées forestières plus ou moins sablonneuses, et petites routes départementales. Pas de difficultés, si ce n'est la longueur, l'étape suit le tracé du GR654.

De la D10, on poursuit en face sur l'ancienne voie ferrée, on traverse N524 et on poursuit tout droit. On passe au-dessus de l'autoroute A65, **10,5km**, puis on tourne à droite en suivant la piste qui longe l'autoroute pendant presque deux kilomètres, c'est la partie désagréable du parcours à cause du bruit. Puis en suivant le balisage on prend le chemin sur la gauche.

Au débouché sur route **14km**, on prend à droite sur 300m puis à gauche sur le chemin. On passe par les lieux-dits la Plante, le Grand-Loucaucous, le Petit-Bétéra. Passé le ruisseau le Pouchiou, on prend le chemin sur la gauche. On croise plusieurs pistes, en suivant le balisage on débouche sur D24 que l'on prend à gauche pour arriver à Bourriot-Bergonce **20,7km**, petite épicerie au bar-tabac, **abri, table et bancs** et **eau** à l'église.

On prend à droite sur D224 au niveau de l'église, puis la 1^{ère} à gauche sur D379 direction St-Gor. 1km plus loin, en haut de la montée, on quitte D224 pour prendre sur la droite le chemin sablonneux. Au débouché de ce chemin on arrive **23,6km**, sur l'ancienne voie ferrée que l'on suit sur la droite. On franchit le cours d'eau le Lugaut, pas très loin sur la gauche il y a une chapelle de Lugaut avec **table et bancs**, puis on traverse la C7 **26,8km**, en poursuivant sur l'ancienne voie ferrée, on est plus ou moins proche de l'autoroute A65. Au débouché sur route **29,6km**, on prend le chemin sur la gauche puis à droite et au débouché sur route **31km** à droite et de suite à gauche sur chemin. On suit le balisage on arrive sur Roquefort et au débouché sur D932 à gauche.

Roquefort, tous commerces et services, marché le samedi matin, **tables et bancs, toilette publique** avec **eau** au petit parc avenue des Arènes.