

WWW.VIT-FEC.COM

AVAYRON

LARZAC ET VALLÉES - DOUBIE - SORGUES - CERMON

380KM

22 CIRCUITS LABELLISÉS

CARTE DES 22 CIRCUITS

SITE VIT-FEC

LARZAC ET VALLÉES

**INFORMATIONS**

Envie de conseils personnalisés pour préparer votre séjour, nos experts de la destination se tiennent à votre disposition.

Office de Tourisme Larzac et Vallées  
Place du Claux - 12230 Nant  
Email : [infos@tourisme-larzac.com](mailto:infos@tourisme-larzac.com)  
Tél. : 05 65 62 23 64  
[www.visit-larzac.com](http://www.visit-larzac.com) - #visitlarzac

**COMMENT VENIR ?**

Par la route

- Autoroute A75 (E11) par Cernon-Ferrand ou Béziers
- Sortie n°27 La Cavalière, Sainte-Eulalie de Cernon, Gorges de la Dourbie
- Sortie n°48 Les places, Cornus, La Couvertoirade
- Sortie n°99 Le Caylar, La Couvertoirade
- Gare Routière de Millau
- Tél. : 05 65 59 89 33

Covoiturage

Partager les frais, faire des rencontres, et préserver la planète.  
[www.biabacar.fr](http://www.biabacar.fr)  
[rozapouce.fr](http://rozapouce.fr)  
[www.larouevette.com](http://www.larouevette.com)  
[www.mobicoop.fr](http://www.mobicoop.fr)

**LES CLUBS VTT ASSOCIÉS**

**CSO MILLAU**  
<http://www.csomillau.com>

**VÉLO CLUB DE LA VALLÉE DE LA SORGUES**  
<https://fr-fr.facebook.com/VCSorgues>

**LOUEURS ET RÉPARATEURS DE VÉLOS**

Accompagnateur, loueur et réparateur  
**SUD AVEYRON SPORTS NATURE**  
St-Maurice de Sorgues - Fondamente  
06.44.72.75.93

Réparateur  
**AB CYCLES**  
L'Hospitalet-du-Larzac - 06.15.37.79.42

**1 LARZAC TEMPLIER ET HOSPITALIER**

D L'Hospitalet-du-Larzac 23.6 km 3h 618 m

Entre cause du Larzac et vallée du Cernon, ralliez trois villages du pays templier et hospitalier. Ce parcours technique comporte à mi-chemin un morceau de bravoure : l'ascension sur le plateau.

Altitude min : 580 m - Altitude max : 868 m

**2 AUTOUR DE STE-EULALIE**

D Ste-Eulalie-de-Cernon 3.3 km 40 min 63 m

Dénivelé minimal et agrément maximal avec cette balade accessible à tous, à commencer par les plus jeunes, qui gravite autour du village de Ste-Eulalie-de-Cernon, dans un écrin de nature.

Altitude min : 586 m - Altitude max : 624 m

**3 LA VALLÉE DU CERNON**

D Lapanouse de Cernon 12.2 km 1h30 470 m

Régail en perspective pour les spécialistes des terrains accidentés avec cette boucle de courte distance, mais hautement technique, sur les deux rives du Cernon. A réserver aux plus chevronnés !

Altitude min : 472 m - Altitude max : 769 m

**4 LE CIRQUE DE TOURNEMIRE**

D Viala-du-Pas-de-Jaux 9.7 km 1h30 167 m

Des grandes étendues du Larzac templier hospitalier aux falaises majestueuses du cirque de Tournemire, un parcours ludique au cœur d'un éden de nature, riche en panoramas de toute beauté.

Altitude min : 750 m - Altitude max : 823 m

**5 LE PONT ROMAIN**

D Fort de St-Jean d'Alcas 6.7 km 1h 149 m

Entre pistes et monotraces, cette grande boucle accessible à tous les pratiquants vous emmène à la découverte d'un patrimoine et de paysages façonnés par la tradition agropastorale au pied du causse du Larzac.

Altitude min : 542 m - Altitude max : 602 m



**6 LES AVANTS-CAUSSE DU LARZAC**

D Fort de St-Jean d'Alcas 47.2 km 4h30 1211 m

Explorez un paysage époustouflant et jouez aux "moyennes montagnes russes" avec le plateau du Larzac. Sensations garanties avec cette grande boucle qui s'adresse de préférence aux vététistes chevronnés.

Altitude min : 437 m - Altitude max : 845 m

**7 LE CHÂTEAU DE LATOUR**

D Latour-sur-Sorgues 9.1 km 1h30 224 m

Au gré de pistes accessibles à tous, explorez le "fief" du château de Latour et découvrez ses trésors paysagers. Possibilité d'un détour à l'atelier du cuir de Layrolle, fabricant du fameux Sac du Berger!

Altitude min : 413 m - Altitude max : 534 m



**8 LES BOIS DE MOULÈS**

D Hameau de Moulès - Fondamente 10.3 km 1h30 212 m

Le circuit famille par excellence en vallée de la Sorgues ! Accessible à tous, débutants inclus, ce parcours découverte vous guide dans un paysage de berges et de sous-bois, bucolique au possible.

Altitude min : 441 m - Altitude max : 609 m

**9 LE SERRE POUNTCHUT**

D Hameau de Moulès - Fondamente 15.5 km 2h30 451 m

Technique par instants, accessible au plus grand nombre, cette boucle vous mène, par une ancienne châtaigneraie, jusqu'à un point de vue superbe sur la vallée de la Sorgues et le plateau du Guilhaumard.

Altitude min : 451 m - Altitude max : 757 m

**10 DE LA SORGUES AU GUILHAUMARD**

D Hameau de Moulès - Fondamente 31.6 km 3h30 916 m

Un parcours hautement technique entre causse du Guilhaumard, vallée de la Sorgues et plateau de l'Imbernas : montagnes russes en perspective dans un paysage somptueux.

Altitude min : 461 m - Altitude max : 836 m

**11 LES VAUTOURS DE LOURADOU**

D Cornus 20.2 km 2h30 494 m

Au départ de la vallée de la Sorgues, une formidable escapade sur le plateau de Louradou, lande quasi-déserte où les vautours tournoieront au-dessus de vos casques. Balade oxygénante garantie!

Altitude min : 491 m - Altitude max : 793 m

**12 LES FALAISES DU GUILHAUMARD**

D La Fraysinède Cornus 11.5 km 1h30 185 m

En partant des hauteurs du Clapier, presque au bout du monde, sillonnez un causse à nul autre pareil, petit paradis pour la flore printanière, et savourez la vue sur les monts d'Orb depuis les corniches.

Altitude min : 721 m - Altitude max : 836 m



**13 DE LA BARAQUE FROIDE À BELVEZET**

D La Baraque Froide La Couvertoirade 14.9 km 1h30 164 m

Un paysage de steppes et de landes à perte de vue forme l'écrin de cette balade accessible à tous sur le Larzac méridional. Au milieu, un joyau : le village templier de La Couvertoirade.

Altitude min : 759 m - Altitude max : 812 m

**14 DE LA BARAQUE FROIDE À LA BLAQUÈRERIE**

D La Baraque Froide La Couvertoirade 19.7 km 2h 237 m

Village fortifié et boucle fortifiante en perspective. Dominée par le vaisseau de pierre de La Couvertoirade, voici une randonnée VTT exigeante pour voguer sur l'ancienne mer des Causses.

Altitude min : 741 m - Altitude max : 812 m

**15 DE LA BARAQUE FROIDE À FONTIVE**

D La Baraque Froide La Couvertoirade 23.5 km 2h15 294 m

Au gré de chemins, monotraces et buisseries, gravitez autour de La Couvertoirade et arpentez un Larzac riche de splendeurs paysagères et de difficultés techniques inattendues !

Altitude min : 699 m - Altitude max : 812 m



**16 DE LA DOUBIE AU CAUSSE DU LARZAC**

D Ferme de Castelnaud - Nant 42.4 km 4h30 970 m

Par les forêts de feuillus et les landes dénudées du causse, entre larges pistes et sentiers bordés de buis, une grande boucle pour sillonner le versant sud-est du Larzac aveyronnais. Régail assuré.

Altitude min : 482 m - Altitude max : 908 m

**17 LE CHÂTEAU D'ALGUES**

D Ferme de Castelnaud - Nant 14.5 km 1h45 474 m

Gravitez autour des vestiges du château d'Algues, tantôt en longeant sa butte, tantôt en le surplombant à la faveur d'un superbe panorama sur le causse Bégon. Un parcours à réserver aux vététistes les plus chevronnés.

Altitude min : 491 m - Altitude max : 843 m



**18 LA SOURCE DU DURZON**

D Nant 12.6 km 1h15 164 m

Par les petits chemins bucoliques du "jardin de l'Aveyron", cette boucle VTT accessible à tous remonte paisiblement à la source du Durzon, rythmée par le bruissement d'une eau limpide.

Altitude min : 492 m - Altitude max : 561 m

**19 LA SOURCE DU DURZON ET ST-ALBAN**

D Nant 13.4 km 1h30 266 m

Au gré de rives et de monotraces, la vallée du Durzon vous dévoile tout son charme, entre escapade en bord de ruisseau et montée vers le Saint-Alban. Une balade verdoyante au possible.

Altitude min : 492 m - Altitude max : 622 m

**20 LES FOURS À CHAUX**

D St-Jean-du-Bruel 11.5 km 1h30 442 m

Au gré de pistes et d'anciens chemins muletiers, une boucle époustouflante qui vous mène de la vallée de la Dourbie jusqu'au plateau du causse Bégon, en suspens entre Grands Causses et pays cévenol.

Altitude min : 513 m - Altitude max : 887 m

**21 LE CAUSSE BÉGON**

D Causse-Bégon 13.4 km 1h30 224 m

Endurance minimale pour régail maximal avec ce parcours familial sur les corniches du Bégon. Entre Causses et Cévennes, gorges du Trévezel et gorges de la Dourbie, des panoramas de toute beauté vous attendent.

Altitude min : 825 m - Altitude max : 887 m

**22 LES CANALETTES**

D L'Hospitalet-du-Larzac 17.3 km 2h00 184 m

Des landes à buis à la forêt domaniale du Larzac, entre étendues arides et sentiers boisés rafraîchissants : 17 kilomètres de pur bonheur à la découverte d'un causse aux multiples facettes.

Altitude min : 678 m - Altitude max : 768 m

**SURICATE**

Soyez acteur de la qualité des sites de pratiques. Signalez les problèmes rencontrés sur les parcours VTT.  
[www.sentinelles.sportsdenature.fr](http://www.sentinelles.sportsdenature.fr)





# SITE VTT-FFC N°269 - LARZAC ET VALLÉES -



N°	CIRCUIT	DISTANCE	DÉNIVÈ- LÉ	DURÉE
1	Larzac Templier et Hospitalier	23,6 km	+ 618 m	3h00
2	Autour de Ste-Eulalie	3,3 km	+ 63 m	0h40
3	La Vallée du Cernon	12,3 km	+ 470 m	1h30
4	Le Cirque de Tournemire	9,7 km	+ 167 m	1h30
5	Le Pont Romain	6,7 km	+ 149 m	1h00
6	Les avants-causse du Larzac	47,2 km	+ 1211 m	4h30
7	Le château de Latour	9,1 km	+ 224 m	1h30
8	Les bois de Moulès	10,3 km	+ 212 m	1h30
9	Le Serre Pountchut	15,5 km	+ 451 m	2h30
10	De la Sorgues au Guilhaumard	31,6 km	+ 916 m	3h30
11	Les vautours de Louradou	20,2 km	+ 494 m	2h30
12	Les falaises du Guilhaumard	11,5 km	+ 185 m	1h30
13	De la Baraque froide à Belvezet	14,9 km	+ 164 m	1h30
14	De la Baraque froide à la Blaquererie	19,7 km	+ 237 m	2h00
15	De la Baraque froide à Fontvive	23,5 km	+ 294 m	2h15
16	De la Dourbie au Causse du Larzac	42,4 km	+ 970 m	4h30
17	Le château d'Algues	14,5 km	+ 474 m	1h45
18	La source du Durzon	12,6 km	+ 164 m	1h15
19	La source du Durzon et St-Alban	13,4 km	+ 266 m	1h30
20	Les fours à chaux	11,5 km	+ 442 m	1h30
21	Le Causse Bégon	13,4 km	+ 224 m	1h30
22	Les Canalettes	17,3 km	+ 184 m	2h00

A noter : La plupart des circuits sont praticables à VTTAE.  
Pour plus d'informations, contacter l'office de tourisme Larzac et Vallées



### LÉGENDE

- Accueil site VTT FFC
- Point de départ
- N° des circuits
- Sens de circulation
- Toilettes
- Point eau potable
- Location de VTT
- Station de lavage
- Point de réparation
- Site naturel
- Panorama

### CODE DU VÉTÉTISTE

- ◆ Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires
- ◆ Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse
- ◆ Soyez prudent et courtois lors de dépassements ou croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire
- ◆ Contrôlez l'état de votre VTT et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation
- ◆ Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage
- ◆ Portez un casque
- ◆ Respectez les propriétés privées et les zones de cultures et d'élevages
- ◆ Attention aux engins agricoles et forestiers
- ◆ Refermez les barrières
- ◆ Évitez la cueillette sauvage de fleurs, fruits et champignons
- ◆ Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages
- ◆ Gardez vos déchets, soyez discret et respectueux de l'environnement

Retrouvez tous les circuits VTT-VTTAE-gravel sur [rando.parc-grands.causses.fr](http://rando.parc-grands.causses.fr)

### INFOS PRATIQUES

OFFICE DE TOURISME LARZAC & VALLÉES  
Place du Claux - Nant - 05.65.62.23.64  
[www.visit-larzac.com](http://www.visit-larzac.com)

MÉTÉO FRANCE LARZAC ET VALLÉES  
08 997 102 12 ou 3250

EN CAS D'ACCIDENT  
Composez le **112**

### BALISAGE SUR LE TERRAIN

- Très facile
- Facile
- Difficile
- Très difficile
- GTMC Grande traversée du Massif Central à VTT
- Balisage spécifique à la GTMC
- Direction
- N° de circuit
- Fausse route
- Prudence Ralentir

UNION EUROPÉENNE

Occitanie

AVEYRON

COSEILS DÉPARTEMENTAL

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES LARZAC ET VALLÉES

l'Europe s'engage en Occitanie