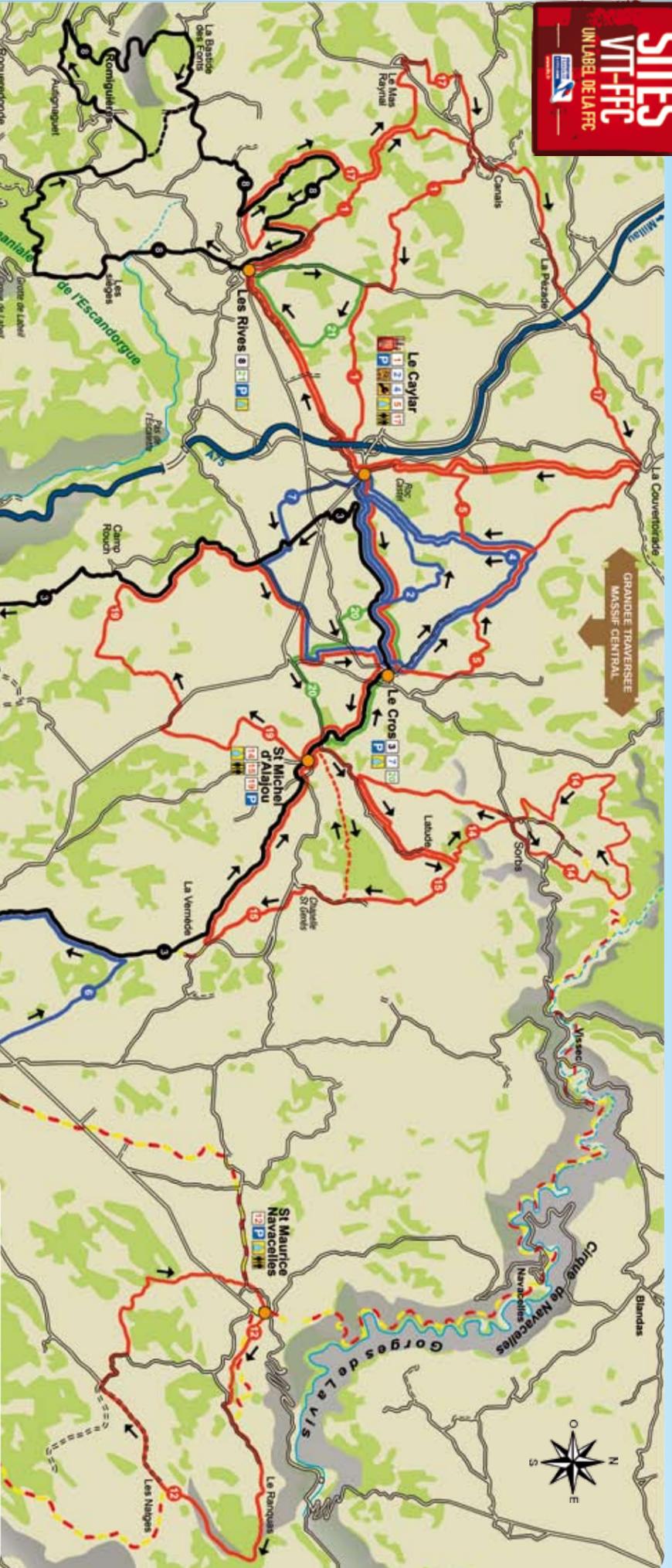


# Espace VTT-FFC N°194

## LODÉVOIS ET LARZAC



LISTE DES CIRCUITS VTT

N°	Départ	Appellation	D <sup>a</sup> en m	Distance kms
1	Le Caylar (place de la Halle)	le tour du lac	211	20
2	Le Caylar (place de la Halle)	Peyre Bertrand	76	7
3	Le Cros (parking place de la Chapelle)	Jusqu'au bout du Monde	459	37
4	Le Caylar (place de la Halle)	Le tour de Favet	117	11
5	Le Caylar (place de la Halle)	Au Sud du Larzac	280	20
6	St Pierre (aire de pique nique route de Lodève)	Le Mas de Bédos	165	11
7	(parking place de la Cadillac)	Le tour du Mont Estrenal	163	15
8	(parking salle des fêtes)	Forêt de l'Escandorgue	936	32
9	Baie des Vailhès (parking)	Le Puech	580	30
10	Lodève (parc municipal)	St Amans	870	31
11	Lodève (parc municipal)	Marc Calisso	803	35
12	St Maurice (parking salle Peyrelade)	Combe des Narges	389	16
13	Baie des Vailhès (parking)	Les Vailhès	66	5,0
14	St Michel (parking salle des fêtes)	le tour du château de Sorts	377	15
15	St Michel (parking salle des fêtes)	Le bois de la Devèze	203	18
16	St Pierre (aire de pique nique route de Lodève)	<b>Quatre vallées 2011</b>	765	26
17	Le Caylar (place de la Halle)	le lion de Servières	497	32
18	St Pierre (aire de pique nique route de Lodève)	<b>Noirs Puyes Vertes 2011</b>	378	14
19	St Michel (parking salle des fêtes)	Le saur du Lièvre	230	18
20	Le Cros (parking place de la Cadillac)	Le ségala du Cros	93	8,5
21	Les Rives (parking salle des fêtes)	LA Chourade	37	6,5

### Légende

- Départ circuits
- Location VTT
- Réparation VTT
- Point accueil VTT
- Parking
- Circuits au départ
- Office de Tourisme
- Point d'eau
- sanitaires/WC



### Le code du vététiste

**Les recommandations pour bien vivre à VTT**  
Le Vélo Tout Terrain comme on veut ! mais .....

- 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 des dépassements ou croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire
- Contrôlez l'état de votre V.T.T. et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation
- Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage
- Le port du casque est fortement recommandé
- Respectez les propriétés privées et les zones de cultures
- Attention aux engins agricoles et forestiers
- Refermez barrières et portillons par rapport aux élevages
- Evitez la cueillette sauvage de fleurs, fruits et champignons
- Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages
- Gardez vos détritius, soyez discret et respectueux de l'environnement
- Soyez bien assuré

### Le balisage

Les différents circuits sont repérés par des numéros. Ils sont classés en fonction de leur difficulté par la couleur des numéros. La pointe du triangle sur la balise indique le sens à suivre.

- Vert : très facile
- Bleu : facile
- Rouge : difficile
- Noir : très difficile

- 5 Direction circuit sur le parcours
- 8 Fausse route
- Double sens
- Liaison
- Prudence ralentir

### Recommandations

Partageons les territoires et respectons les autres pratiques (chasse, randonnées pédestres, équestres). Respectez les périodes de chasse. Informez-vous des jours d'ouverture de la chasse aux panneaux des mairies. Tenez compte des panneaux installés aux extrémités des chemins en cas de battue aux sangliers. Laissez la priorité aux randonneurs et attention aux randonneurs équestres. Munissez vous d'une carte IGN, cette carte est informative.

- Vous pouvez connaître les périodes de chasse :
- Dans l'Hérault sur [www.fdc34.com](http://www.fdc34.com) ou en contactant la FDC par téléphone au 04 67 42 41 55
- Dans l'Aveyron : [www.chasse-nature-midipyrenees.fr/aveyron](http://www.chasse-nature-midipyrenees.fr/aveyron) ou en contactant la FDC par téléphone au 05 65 73 57 20.

### Grandes Traversées

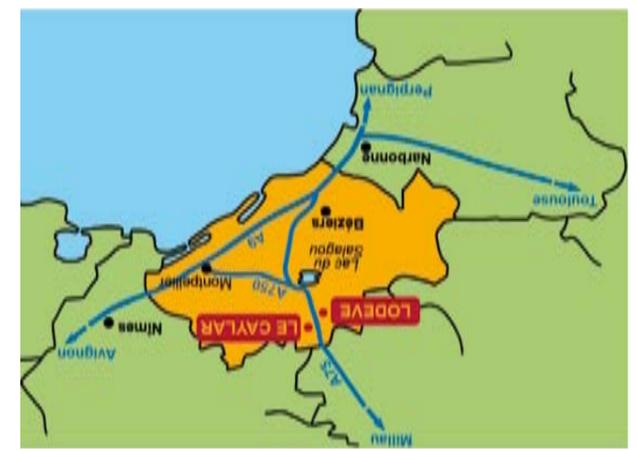
1. Pour la Traversée Larzac Méditerranée :  
Départ sur le réseau vert à partir de la halle au Caylar
2. Pour la Grande Traversée du Massif Central (GTMC)  
Cette traversée arrive de l'Aveyron par le Tour du Larzac Méridional qui relie La Couvertroide au Cros et utilise ensuite le Réseau Vert :  
- Vers le Caylar pour le circuit principal  
- Vers la Vacquerie pour la variante.

### Renseignements

- Permanence téléphonique :  
Office de Tourisme Lodévois et Larzac  
Tel : 04 67 88 86 44.
- Point d'accueil et location VTT :  
- Ecole Buissomnière - 06 63 18 80 37  
- randolarzac@gmail.com - [www.randolarzac.com](http://www.randolarzac.com)  
- Escapeo - 06.43.70.26.18  
- [julien@escapeo.fr](http://julien@escapeo.fr) - [www.escapeo.fr/](http://www.escapeo.fr/)  
- Cycles Almes - Tel : 04 67 88 14 64.  
Place du Grand Soleil - 34700 Lodève
- Club support  
Vélo Club lodévois - Tel : 06 78 44 86 71  
[accueil@vclodevois.com](mailto:accueil@vclodevois.com) - <http://www.vclodevois.com/>
- Les circuits VTT : [www.tourisme-lodevois-larzac.fr](http://www.tourisme-lodevois-larzac.fr)



Lac du Salagou : sorties 54 et 55  
 Lodève Sud : sortie 53  
 Lodève Nord : sortie 52  
 Le Caylar Sud : sortie 50



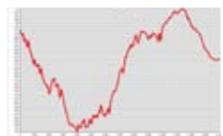
# LODÉVOIS ET LARZAC

## Espace VTT-FFC N°194

21 circuits VTT  
 du Larzac au Salagou  
 +300 Kms de circuits balisés



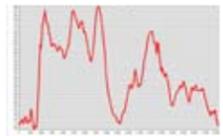
### Circuit 18



**DÉPART : ST PIERRE DE LAFAGE**  
 Aire de pique-nique route de Lodève  
**NOTRE DAME DE PARLATGES**  
 DISTANCE : 14km - DÉNIVELÉ : + 378m

Circuit court mais tonique, grande montée et grande descente sur parcours roulant. Fraîcheur autour des sources.  
 À découvrir en chemin :  
 Village de St Pierre de la Fage et son patrimoine, le moulin à vent, hameau et forêt domaniale de Parlatges.

### Circuit 19



**DÉPART : ST MICHEL D'ALAJOU**  
 Derrière la mairie  
**LE SAUT DU LIÈVRE**  
 DISTANCE : 18km - DÉNIVELÉ : + 230m

Balade accessible offrant de beaux points de vues sur le Larzac  
 À découvrir en chemin :  
 Village du Cros et de St Michel d'Alajou avec leur patrimoine.

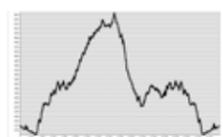
### Circuit 3



**DÉPART : LE CROS**  
 Place de la capitelle  
**JUSQU'AU BOUT DU MONDE**  
 DISTANCE : 37km - DÉNIVELÉ : + 459m

Circuit sportif, pistes et monotraces avec de belles vues sur la plaine de la Lergue. Nombreux passages techniques et parfois vertigineux.  
 À découvrir en chemin :  
 Village du Cros, du Caylar en Larzac, St Pierre de la Fage, St Michel d'Alajou.

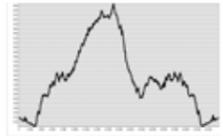
### Circuit 8



**DÉPART : LES RIVES**  
 Parking salle des fêtes  
**FORÊT DE L'ESCANDORGUE**  
 DISTANCE : 32km - DÉNIVELÉ : + 936m

À réserver aux pratiquants confirmés. Paysages très variés sur les contreforts.  
 À découvrir en chemin :  
 Forêt domaniale - Romiguières, le hameau de Bouviala et son église restaurée.

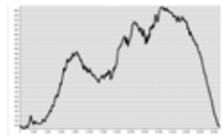
### Circuit 10



**DÉPART : LODÈVE**  
 Parc municipal  
**FORÊT DE L'ESCANDORGUE**  
 DISTANCE : 31km - DÉNIVELÉ : + 870m

Boucle entre la cuvette du Salagou et les volcans de l'Escandorgue qui laisse ce contraste liant la dolomie claire et le basalte sombre. Roulant quelquefois plus technique.  
 À découvrir en chemin :  
 Village et château de Lavalette, chapelle St Amans.

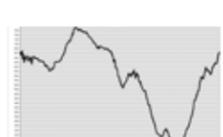
### Circuit 11



**DÉPART : LODÈVE**  
 Parc municipal  
**MARC CAISSO**  
 DISTANCE : 35km - DÉNIVELÉ : + 803m

Circuit de transition entre les vastes boisements aux allures montagnardes et la vallée de la Lergue. Point de vue sur la vallée du Laurounet. Joli dénivelé, technique et sportif.  
 À découvrir en chemin :  
 Lodève et son patrimoine.

### Circuit 16

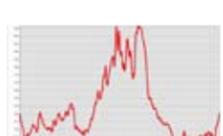


**DÉPART : ST PIERRE DE LA FAGE**  
 Aire de pique-nique - route de Lodève  
**VICTOR KORETZKY**  
 DISTANCE : 26km - DÉNIVELÉ : + 765m

Montée, descente et magnifiques vues pour les sportifs en mal de dénivelé.  
 À découvrir en chemin :  
 Village de St Pierre de la Fage et son moulin à vent, forêt domaniale de Parlatges, point de vue sur le plateau de Courcol, village de Fozieres et Soubès, le Cirque du Bout du Monde.



### Circuit 1



**DÉPART : LE CAYLAR**  
 Place de la Halle  
**LE TOUR DU LAC**  
 DISTANCE : 20km - DÉNIVELÉ : + 211m

Belle boucle mêlant pistes et sentiers au pays du lac temporaire, du Ségala espace dédié aux cultures de céréales, aux pâtures à brebis parsemées de blocs rocheux.  
 À découvrir en chemin :  
 Village du Caylar (le Roc Castel, l'arbre sculpté, petit patrimoine), parc du Theil, maison du Guilhomard (Canals).

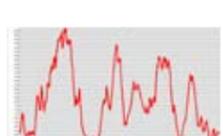
### Circuit 5



**DÉPART : LE CAYLAR**  
 Place de la Halle  
**AU SUD DU LARZAC**  
 DISTANCE : 20km - DÉNIVELÉ : + 280m

Piste et sentier offrant de larges vues sur la Couvertoirade et le Roc Castel, esprit Larzac. Portions techniques au retour de la citée templière.  
 À découvrir en chemin :  
 Village du Caylar (le Roc Castel, l'arbre sculpté, petit patrimoine), village du Cros, parc du Theil, cité templière de la Couvertoirade.

### Circuit 9



**DÉPART : SALAGOU**  
 Baie des Vailhès  
**LE PUECH**  
 DISTANCE : 30km - DÉNIVELÉ : + 580m

Dans la roche rouge pas très loin du lac du Salagou une grande partie de ce parcours enchaîne multitude de canyons dans lesquels coulent par intermittence des ruisseaux. Des passages techniques.  
 À découvrir en chemin :  
 Lac du Salagou, village du Puech.



### Circuit 12



**DÉPART : ST MAURICE-NAVACELLES**  
 Parking salle Peyrefcade  
**LA COMBE DES NATGES**  
 DISTANCE : 16km - DÉNIVELÉ : + 389m

Circuit boisé alternant descentes techniques et passages plus roulants.  
 À découvrir en chemin :  
 Village St Maurice Navacelles et son patrimoine  
 À ne pas manquer :  
 Belvédère de la Baume Auriol et Cirque de Navacelles (à 7km).

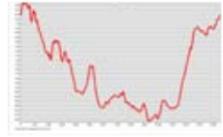
### Circuit 14



**DÉPART : ST MICHEL D'ALAJOU**  
 Derrière la mairie  
**LE TOUR DU CHÂTEAU DE SORBS**  
 DISTANCE : 15km - DÉNIVELÉ : + 377m

Ici vous serez scotchés par ces paysages entre landes aux couleurs africaines, sotchs (larges trous d'effondrement) et points de vue sur les Cévennes voisines. 50 % sentiers très techniques, 50 % pistes.  
 À découvrir en chemin : Village de Sorbs, son château et de nombreux sotchs.

### Circuit 15



**DÉPART : ST MICHEL D'ALAJOU**  
 Derrière la mairie  
**LE BOIS DE LA DEVÈZE**  
 DISTANCE : 18km - DÉNIVELÉ : + 203m

Concentré du Larzac, sportif et technique avec liaison pour ne faire que 10km.  
 À découvrir en chemin :  
 Village de St Michel d'Alajou.

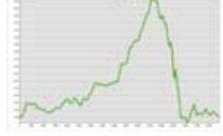
### Circuit 17



**DÉPART : LE CAYLAR**  
 Place de la Halle  
**LE LION DE SERVIÈRES**  
 DISTANCE : 32km - DÉNIVELÉ : + 497m

Partez à la découverte du plateau du Guilhaumard et ses hêtraies magiques avant une immersion dans la dolomie. Pistes pour se chauffer puis sentiers parfois techniques.  
 À découvrir en chemin :  
 Village du Caylar (le Roc Castel, l'arbre sculpté, petit patrimoine), village des Rives, parc du Theil, maison du Guilhomard (Canals).

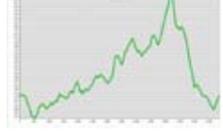
### Circuit 20



**DÉPART : LE CROS**  
 Parking place de la Capitelle  
**LE SÉGALA DU CROS**  
 DISTANCE : 8,5km - DÉNIVELÉ : + 93m

Balade accessible, à prévoir pour famille plutôt sportive. Utilisation d'une partie du réseau vert, tour de l'Hérault.  
 À découvrir en chemin :  
 Village du Cros et de St Michel d'Alajou, des lavognes.

### Circuit 21



**DÉPART : LES RIVES**  
 Parking salle des fêtes  
**LA CHOURADE**  
 DISTANCE : 6,5km - DÉNIVELÉ : + 37m

Promenade en vélo paisible et dépayssante pour tous.  
 À découvrir en chemin :  
 Village des Rives.

### Circuit 2



**DÉPART : LE CAYLAR**  
 Place de la Halle  
**PEYRE BERTRAND**  
 DISTANCE : 7km - DÉNIVELÉ : + 76m

Circuit VTT court mais familial.  
 À découvrir en chemin :  
 Village du Caylar (le Roc Castel, l'arbre sculpté, petit patrimoine), parc du Theil.

### Circuit 4



**DÉPART : LE CAYLAR**  
 Place de la Halle  
**LA TOUR DE FAVET**  
 DISTANCE : 11km - DÉNIVELÉ : + 117m

Piste large et monotraces, sportif, facile d'accès, plaisant.  
 À découvrir en chemin :  
 Village du Caylar (le Roc Castel, l'arbre sculpté), parc du Theil, village du Cros.

### Circuit 6



**DÉPART : ST PIERRE DE LA FAGE**  
 Aire de pique-nique - route de Lodève  
**LE MAS DE BEDOS**  
 DISTANCE : 11km - DÉNIVELÉ : + 165m

Mélange de monotraces parfois techniques et de pistes plus larges. Belle balade au cœur du Larzac.  
 À découvrir en chemin :  
 Village St Pierre de la Fage et son moulin à vent, La Vacquerie St Martin, nombreuses lavognes, menhirs.

### Circuit 7



**DÉPART : LE CROS**  
 Parking place de la Capitelle  
**LE TOUR DU MONT ESTREMAL**  
 DISTANCE : 15km - DÉNIVELÉ : + 163m

Sentier partagé entre paysages de dolomies, de cultures et de pastoralisme. Pour tous, l'occasion de réviser quelques gestes techniques.  
 À découvrir en chemin :  
 Village du Caylar (le Roc Castel, l'arbre sculpté), parc du Theil, village du Cros.

### Circuit 13



**DÉPART : BAIE DES VAILHÉS**  
 Parking  
**LES VAILHÉS**  
 DISTANCE : 5km - DÉNIVELÉ : + 66m

Balade en bordure du Salagou dans les ruffes. Facile avec petite montée pour retrouver la piste.  
 À découvrir en chemin :  
 Lac du Salagou, la chapelle des Clans, hameau des Vailhés (Celles), point de vue.

