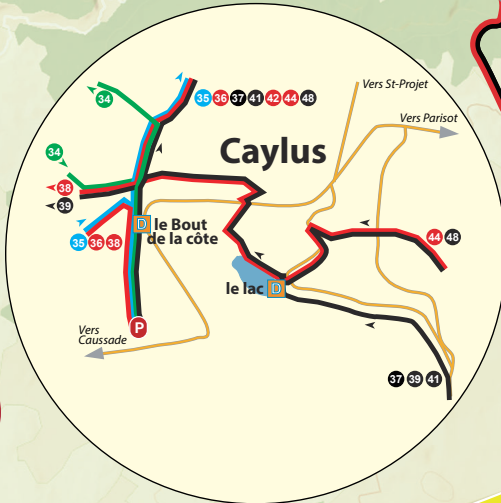




Espace VTT-FFC Gorges de l'Aveyron

N° 215 secteur QRGA

L'Espace VTT Gorges de l'Aveyron comprend les 2 secteurs ; Quercy Rouergue et Gorges de l'Aveyron (circuits 1 à 14 et de 34 à 69) et Pays Vaour. (les circuits 15 à 33 sont décrits sur une autre carte). La diversité de ses 69 circuits, dont 50 sont décrits sur une autre carte, en fait un spot majeur pour la pratique du VTT tous niveaux

Ils grimpent de 20 m à 1800 m en dénivelé positif. Leur longueur varie de 4 km à 82 km. Il compte 13 circuits très faciles, 15 circuits faciles, 13 circuits difficiles et pour les plus ténébreux, 9 circuits noirs !

DÉPART SAINT-ANTONIN NOBLE VAL

DÉPART PLACE DU PRADEL	Distance	Dénivelé
1 Chemin des ondes	7 km	100 m
2 Fénérols	15 km	150 m
3 Petit Tour d'Anglars	24 km	560 m
5 Grand Tour d'Anglars	33 km	850 m
8 Cirque de Nibouzou	13 km	390 m
9 Les 3 causses	46 km	1545 m
10 Cazals-Brousses	30 km	640 m
11 La Gourgue	22 km	430 m

DÉPART DU CIRQUE DE BÔNE

12 Les Granges-Servanac	13 km	140 m
13 Tabarly	4 km	40 m
14 La Veyrie	8 km	50 m

DÉPART DU ROC D'ANGLARS

4 Sainte-Sabine	14 km	190 m
-----------------	-------	-------

DÉPART DU BOSC DE LA CAM

6 Tour du Bosc	4 km	60 m
7 La Valade-Gautier	10 km	170 m

Vous trouverez les circuits 15 à 33 sur la carte secteur du Pays de Vaour

DÉPART CAYLUS

DÉPART DU BOUT DE LA CÔTE

34 Ribet	7,5 km	88 m
35 La Salle	18 km	227 m
36 Lamandine	34 km	515 m
37 De la Lère à la Gourgue	45 km	836 m
38 Saint-Symphorien	21 km	328 m
39 Saint-Amans-le-Vieux	36 km	729 m
41 Marathon Aveyron-Bonnette	82 km	1800 m
42 Le Chemin des Templiers	16 km	294 m
44 Caylus-Parisot	32 km	800 m
48 Grand tour de la vallée de la Bonnette	46 km	1028 m

DÉPART DU LAC

37 39 41 44 48		
----------------	--	--

DÉPART MOUILLAC

40 Mouillagol	11 km	185 m
---------------	-------	-------

DÉPART LACAPELLE-LIVRON

43 Notre-Dame des Grâces	10 km	129 m
45 En amont de la Bonnette	16 km	227 m

DÉPART DE SAINT-PROJET

46 Saillagol	9 km	129 m
47 Le moulin à vent	12 km	184 m

DÉPART DE PUYLAGARDE

49 Puylagarde - Monille	11 km	156m
50 Entre Bois Noir et Bois Blanc	21 km	330 m
51 De la Bonnette à la Seye	30 km	516 m
52 Notre-Dame de Lugan	17 km	314 m

DÉPART DE PARISOT

Départ Place du Foirail

DÉPART DE CASTANET

53 Au sommet du Tarn-et-Garonne	36 km	785 m
54 Le Pech	9 km	232 m
55 Source de la Baye	21 km	442 m

DÉPART FÉNEYROLS

56 Les anciens thermes	5 km	51 m
57 Vallée du Bonnan	20 km	407 m

DÉPART MONTROSIER

58 Montrosier	4 km	46 m
---------------	------	------

DÉPART D'ESPINAS

59 Caudesaygues	12 km	310 m
-----------------	-------	-------

DÉPART DE VERFEIL/SEYE

60 Le Cantenac	13 km	273 m
61 Tour d'Espinas	23 km	566 m
62 Aux alentours de Verfeil	5 km	91 m
65 Entre Baye et Seye	24 km	699 m
68 Aux Portes du Tarn-et-Garonne	47 km	1288 m
69 Marathon de l'Aveyron et de ses affluents	67 km	1811 m

DÉPART DE GINALS

66 Lardailié	5 km	129 m
--------------	------	-------

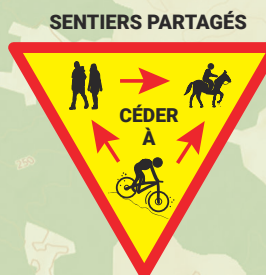
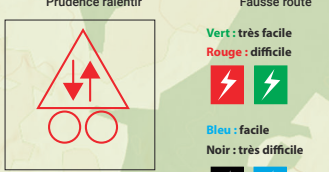
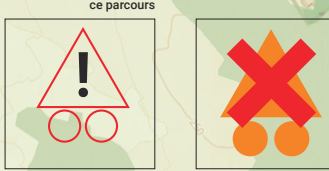
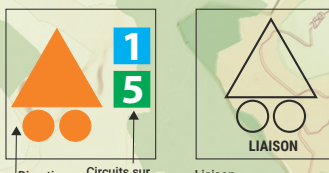
DÉPART DE VAREN

63 Succaillac	8,5 km	117 m
64 L'enclave du Riols	13 km	63 m

DÉPART DE LAGUÉPIE

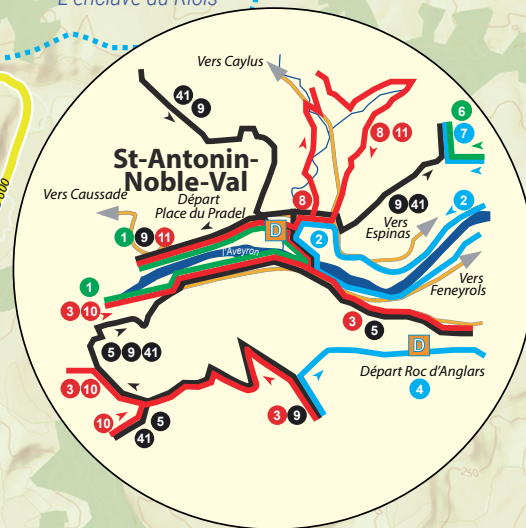
67 Les berges de l'Aveyron	8 km	156m
----------------------------	------	------

Les différents circuits sont repérés par des numéros. Ils sont classés en fonction de leur difficulté par la couleur des numéros.



Départ des itinéraires

57 Numéro au départ	Office de tourisme
Aire de camping car	Bar / Restauration
Aire de bivouac	Point d'eau
Parking	Sanitaires
Point de vue	Douches
Curiosités	Aires de pique-nique
Service réparation	Location vélos
Gare ferroviaire	Lavage / Gonflage



LE CODE DU VÉTÉTISTE LES RECOMMANDATIONS POUR BIEN VIVRE À VTT !

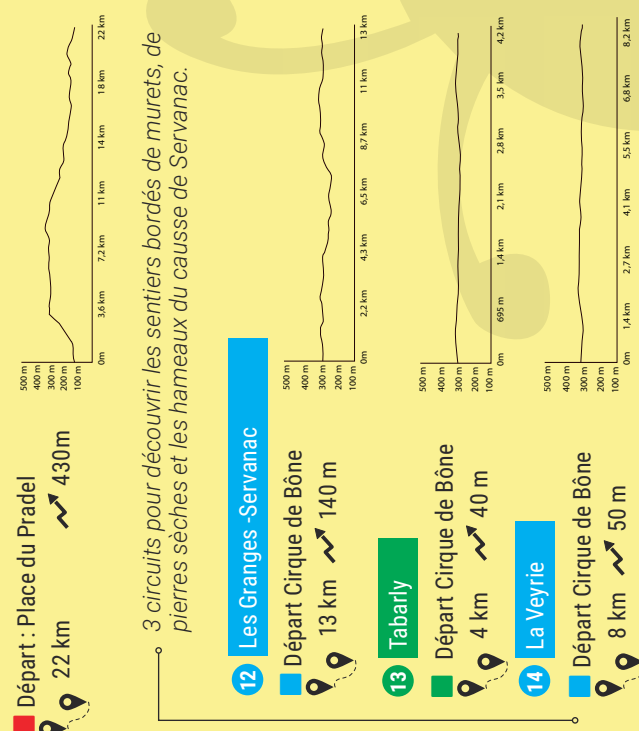
Le Vélo Tout-Terrain comme on veut ! mais...

- 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 des croisements de randonneurs car le piéton et/ou le cavalier sont prioritaires
- Contrôlez l'état de votre VTT et prévoyez votre ravitaillement et accessoires de réparation
- Si vous partez seul, informez votre entourage de votre itinéraire
- Ne roulez pas sans casque
- Sur les routes, respectez le code de la route
- Respectez les propriétés privées, les zones de cultures et de pâturages, les parcs et chiens de troupeaux
- Attention aux engins agricoles et forestiers.
- Réservez 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

Soyez bien assuré, pensez au Pass Sport Nature etc.

11 La Gourgue

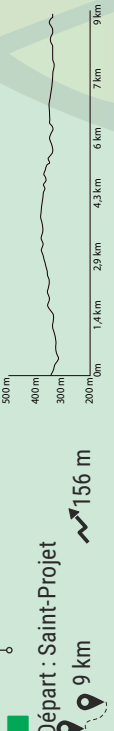
Après un parcours sur les sentiers du causse de Servanac, vous descendrez la vallée sauvage de la Gourgue. Pour allonger le circuit, vous pourriez après le Martinet suivre le numéro 8.



SECTEUR SAINT-PROJET

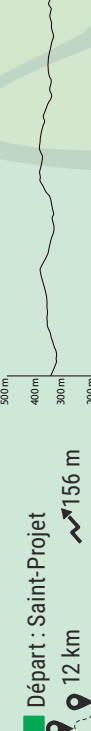
46 Sailagol

Agreeable circuit à parcourir en famille pour une initiation au pilotage sur sentiers.



47 Le Moulin à Vent

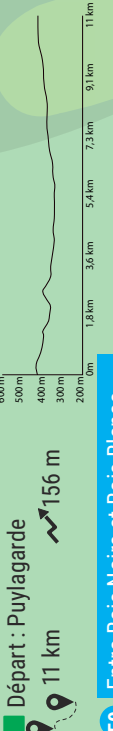
Version rallongée du 46 permettant de passer devant un moulin à vent.



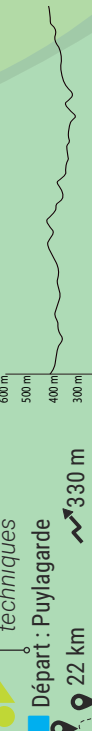
SECTEUR DE PUYLAGARDE

49 Puylagarde- Monille

Circuit d'initiation pour découvrir la campagne puylagarraise.



Circuit varié, plutôt roulant, avec quelques passages techniques



51 De la Bonnette à la Seye

Un mix du 50 et 52 permettant de relier Parisoit, Puylagarde et Saint-Projet.



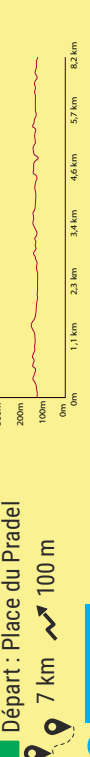
Circuit ludique avec de beaux passages techniques sur sentiers.



SECTEUR SAINT-ANTONIN NOBLE VAL

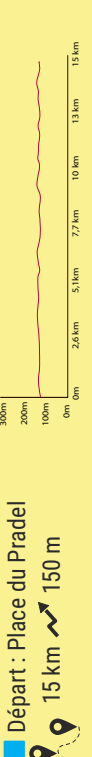
1 Chemin des ondes

Ce petit tour qui longe l'Aveyron, vous fera découvrir la base du cirque de Bône. Attention aux enfants, certains passages sont risqués.



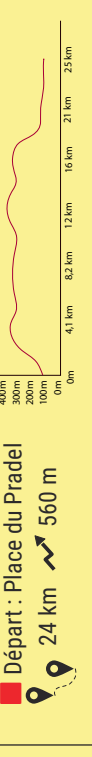
2 Féneyrols

Ce circuit très roulant et sans difficulté technique est réalisable à VTC. En suivant les berges de l'Aveyron, il vous mènera au village de Féneyrols.

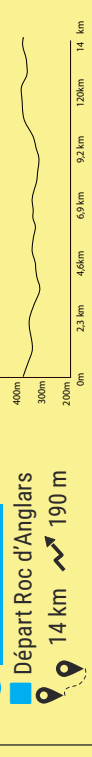


3 circuits qui vous feront découvrir le sauvage causse d'Anglars, ses hameaux, sa tradition pastorale. Le n°5 est un must pour les vététistes chevronnés

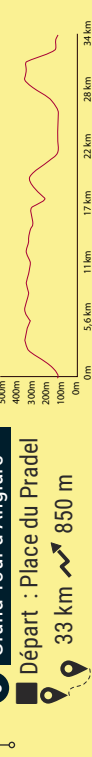
3 Petit Tour d'Anglars



4 Sainte Sabine



5 Grand Tour d'Anglars



SECTEUR CAYLUS DÉPART BOUT DE LA CÔTE

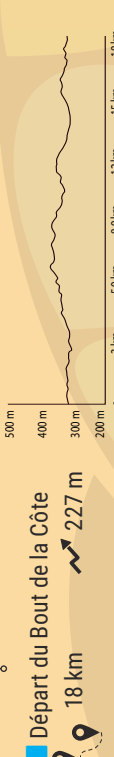
34 Ribet

Circuit d'initiation pour découvrir les hauts de Caylus. Panorama remarquable.



35 La Salle

Circuit permettant de découvrir le causse de Caylus et l'Architecture du Quercy.



36 Lamandine

Circuit varié avec des sections techniques pour découvrir le causse.



37 De la Lère à la Gourgue

Version musclée du 36 pour découvrir le causse et les vallées sauvages de la Lère et de la Gourgue.



SECTEUR CASTANET

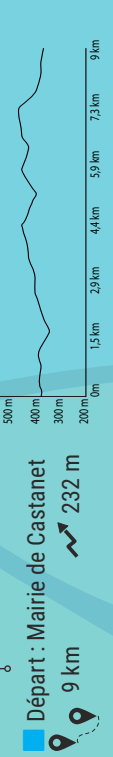
53 Au sommet du Tam-et-Garonne

Circuit équilibré entre une partie roulante et une partie technique.



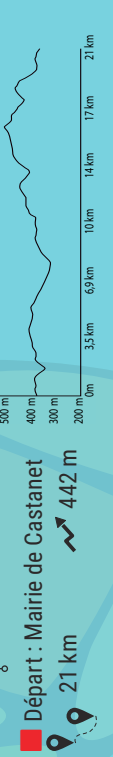
54 Le Pech

Un circuit sur route et piste pour découvrir les alentours de Castanet.



55 Source de la Baye

Belles sections ludiques sur sentier près de la source de la Baye



SECTEUR FENEYROLS - MONTROSIER

56 Les anciens thermes

Petit tour dans la campagne de Féneyrols et son château privé.

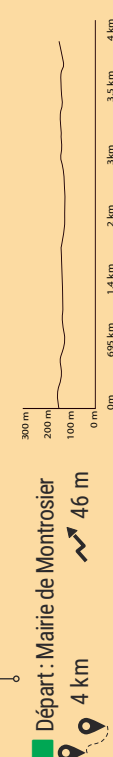


Valleée du Boman.
Circuit pour découvrir la vallée du Boman.



58 Montrosier

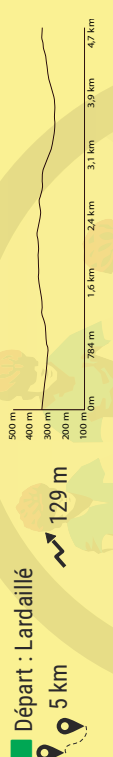
Agreeable circuit d'initiation sur petite route et piste pour découvrir les alentours de Montrosier.



SECTEUR DE GINALS

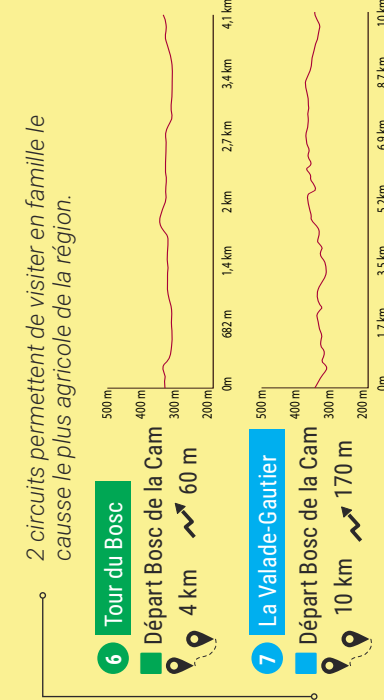
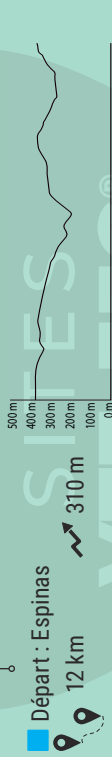
56 Lardailié

Ouvrai VTT sur un parcours court mais parfois technique. Idéal pour initier les futurs champions. Retour possible par la route plus facile (suivre le balisage retour route)



59 Caudesaygues

Circuit à dominante petites routes et pistes sans difficulté technique mais exigeant physiquement.



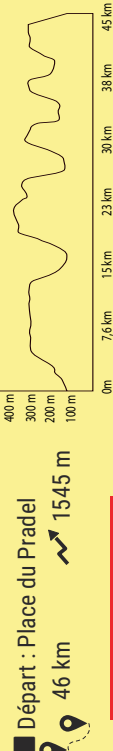
8 Cirque de Nibouzou

Circuit technique pour découvrir le magnifique cirque de Nibouzou. Jonction possible avec les circuits 6 et 7 pour l'allonger.



9 Les 3 causses

Ce superbe tracé exigeant et technique permettra aux vététistes confirmés de découvrir les 3 plateaux calcaires entourant St Antonin.



10 Cazals-Brousses

Un tracé varié et sportif, des panoramas somptueux, des descentes ludiques... à ne pas manquer.



SECTEUR CAYLUS DÉPART BOUT DE LA CÔTE

38 Saint-Symphorien

Un circuit classique du secteur varié avec quelques passages techniques pour découvrir le lieu charmant de Saint-Symphorien.



39 Saint Amans le Vieux

Version musclée du 38 pour découvrir le vallon de Saint-Symphorien et la vallée sauvage de la Gourgue.



41 Marathon Aveyron-Bonnette

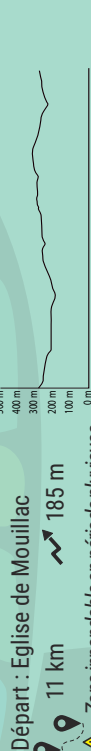
Circuit d'ampleur au format VTT Marathon. Un must pour découvrir le secteur.



SECTEUR MOUILLAC

40 Mouillagol

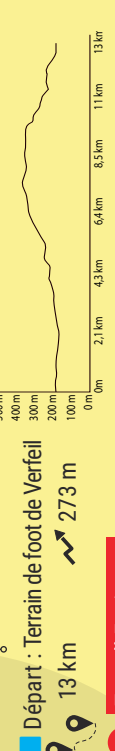
Au départ de Mouillac, varié et ludique avec quelques passages techniques, ce sentier vous mènera à la découverte de la Lère Morte.



SECTEUR VERFEIL/SEYE

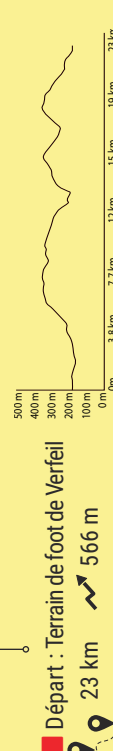
60 Le Cantenac

Montée par une petite route et descente sur pistes et chemins.



61 Tour d' Espinas

Une compilation des circuits 59 et 60. Idéal pour le secteur à VTTAE



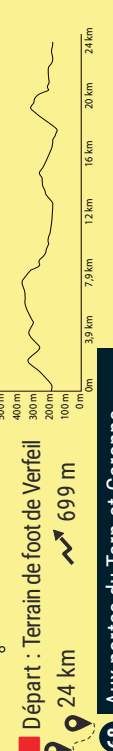
62 Aux alentours de Verfeil

Circuit court avec un passage sur un sentier le long de la Seye pour une initiation ludique.



65 Entre Baye et Seye

Circuit court avec un passage sur un sentier le long de la Seye pour une initiation ludique.



68 Aux portes du Tam-et-Garonne

Circuit équilibré entre une partie roulante et une partie technique



Les sites à découvrir,
les services, les hébergements...

Rendez-vous aux offices de tourisme intercommunaux

Causse et Gorges de l'Aveyron
Caylus - Laguépie - Saint-Antonin-Noble-Val

Courriel : tourisme@cc-grga.fr
t : 05 63 30 63 47

www.causse-gorgesaveyron.com/

A PROXIMITÉ
A 45 min : MONTAUBAN / ALBI et CAHORS
A 1h : TOULOUSE



Credit photo : BJAIRA/Midi-Quercy@/ www.vincentphotographie.com/ / QRGA@

De 2015 à 2020, l'Union européenne a financé le projet de développement durable de la région de la Gorge de l'Aveyron.

Sillonner les gorges de l'Aveyron

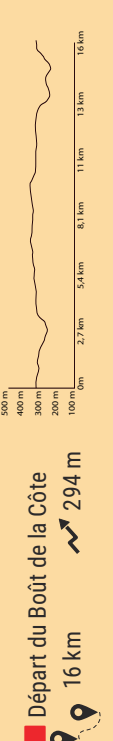
S'aventurer sur les Causse, arpenter les ruelles de Caylus et de Saint-Antonin Noble Val, ou faire une halte baignade à Laguépie...
Visiter les collections de l'abbaye de Beaulieu, les châteaux de Cas et de S-Projet ou la Grotte du Bosc.

SECTEUR CAYLUS DÉPART LE LAC

37 39 41 44 48

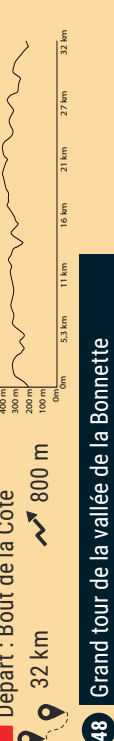
Le Chemin des Templiers

Circuit varié offrant de beaux points de vue sur la vallée de la Bonnette.



44 Caylus Parisoit

Version exigeant et varié passant au-dessus de la vallée de la Bonnette.



48 Grand tour de la vallée de la Bonnette

Circuit varié pour découvrir tout un territoire au nord de Caylus.

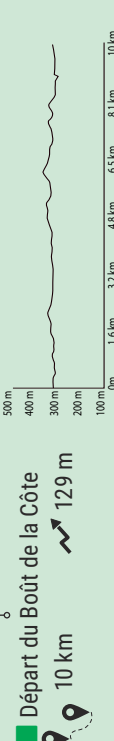


SECTEUR PARISOIT

44 48 51 52 53 55

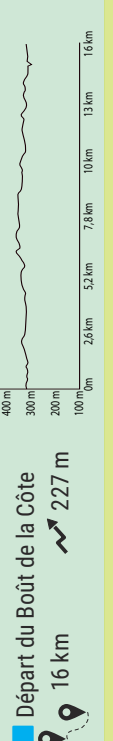
Notre-Dame des Grâces

Circuit mêlant pistes tracteurs et sentiers du causse pour une initiation à du vrai VTT. Panorama remarquable



En amont de la Bonnette

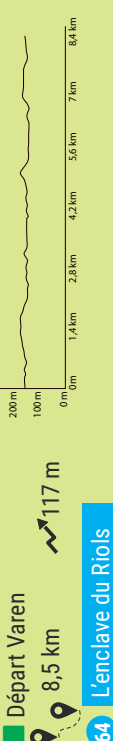
Entre Causse et versant de la Bonnette, de beaux passages sur sentiers et de nombreux panoramas pour un circuit très ludique.



SECTEUR VAREN

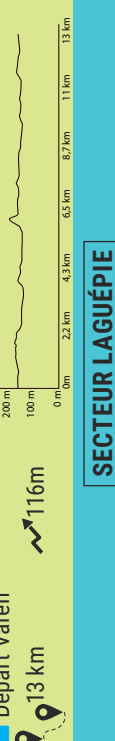
Succailac

Circuit sans difficulté réalisable à VTT pour découvrir la quiétude de Succailac.



L'enclos du Riols

Circuit ludique pour découvrir une particularité administrative du Tam : l'enclos.



SECTEUR LAGUÉPIE

Les Berges de l'Aveyron

Parcours le long des berges de l'Aveyron en aller-retour. Sans difficulté, distance adaptable, idéale pour initier les jeunes enfants.



Marathon de l'Aveyron et de ses affluents

Une compilation des circuits du secteur au format marathon pour les costaud qui ne veulent rien manquer.



Espace VTT-FFC Gorges de l'Aveyron
+ de 1300 km
de découverte !
+ de 50 circuits

