



MES CIRCUITS VÉLO ROUTE

ROAD BOOK

12

ITINÉRAIRES

DE 22 À 115 KM

pour vivre une expérience unique

EN TOUS POINTS SUBLIME

SCANNEZ
ET DÉCOUVREZ
Vos itinéraires
en GPX sur votre
smartphone
Appli gratuite sur
unitag.io/app



g OFFICE DE TOURISME
de l'aubrac aux
gorges du tarn

LE MASSEGROS LA CANOURGUE CHANAC

GORGES DU TARN AUBRAC GRANDS CAUSSES VALLÉE DU LOT

www.aubrac-gorgesdutarn.com

La Lozère à vélo, c'est à la fois fun et écolo ! Amoureux de la nature, sportifs de tous poils, amateurs de deux roues, ce guide est fait pour vous ! Découvrez 12 circuits en vélo de route qui vous feront voyager en Lozère, au cœur d'espaces naturels exceptionnels : Gorges du Tarn, Aubrac, Grands Causses, vallée du Lot... On vous attend avec impatience sur nos routes !



Au départ de **La Canourgue**

1 Le plateau de l'Aubrac
◀ 85 km ▶ p.4

2 Les contreforts de l'Aubrac
◀ 39 km ▶ p.6

3 La vallée du Lot
◀ 85 km ▶ p.8

4 Le sabot de Malepeyre
◀ 22 km ▶ p.10

Au départ de **la Massegros**

5 Le point sublime
◀ 24 km ▶ p.12

6 Le causse Méjean
et les Gorges de la Jonte
◀ 102 km ▶ p.14

7 Les Gorges du Tarn
◀ 77 km ▶ p.16

8 Un tour à Sévérac d'Aveyron
◀ 57 km ▶ p.18

Au départ de **Chanac**

9 La vallée de l'Enfer
◀ 60 km ▶ p.20

10 A la découverte
de Sainte-Enimie
◀ 60 km ▶ p.22

11 Le causse de Sauveterre
◀ 36 km ▶ p.24

12 Escapade en Cévennes
et au Mont Lozère
◀ 115 km ▶ p.26



Les contreforts
de l'Aubrac **2**

La vallée
du Lot **3**

8 Un tour à
Séverac d'Aveyron

Le pont des Nègres



les taureaux Aubrac à Trélan



Almères



le détroit des Gorges du Tarn



le Vautour Fauve



le caouss de Sauveterre



le plateau de l'Aubrac



Saint-Laurent-d'Oll



1

au départ de
La Canourgue

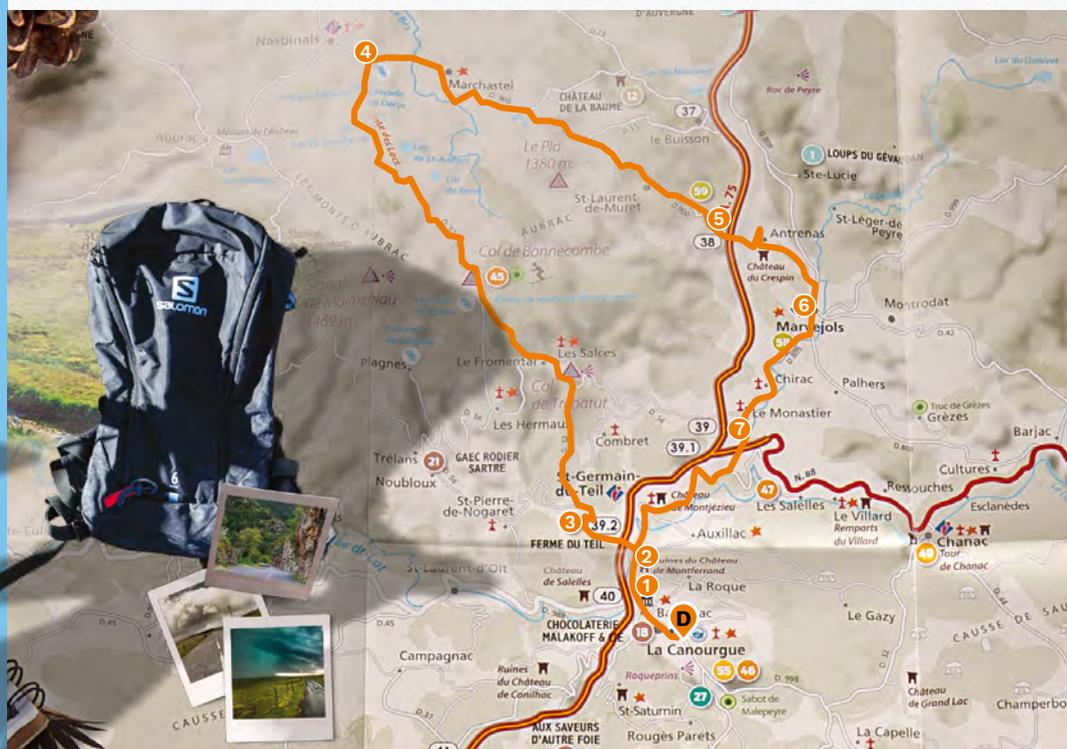
Le plateau de l'Aubrac

◀ 85 km ▶

• D+ 1163 m •

Départ : La Canourgue, place du pré commun

Ne dit-on pas que l'Aubrac se mérite ? Cet adage n'aura jamais été aussi approprié tellement les 21 premiers kilomètres de ce circuit, qui mèneront au Col de Bonnecombe, peuvent paraître longs. Mais tous ces efforts seront récompensés par la magique traversée du plateau à travers la Route des Lacs qui serpente entre les infinies étendues de pâturages, les chaos rocheux et les burons.





l'Aligot



Nabinais



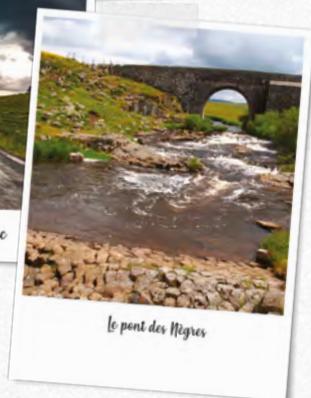
l'Aubrac et ses genêts



les Salces



le plateau de l'Aubrac



Le pont des Nigres



◀ VOTRE CIRCUIT ▶

- 1 Prendre direction de Banassac – La Mothe. Franchir le pont du Lot et prendre à droite la D809 jusqu'au lieu-dit Badaroux.
- 2 Au rond-point, prendre à gauche sur la D52 direction Saint-Germain-du-Teil – Col de Bonnacombe.
- 3 Prendre direction Les Salces. Franchir le Col du Trébatut et le village des Salces puis continuer jusqu'au Col de Bonnacombe. Continuer sur cette même route et traverser le plateau jusqu'à Montgros.
- 4 À Montgros, prendre à droite la D900 direction Marchastel et continuer jusqu'à Saint-Laurent-de-Muret.
- 5 Franchir le pont de l'autoroute A75 en direction d'Antrenas-Marvejols. Descendre jusqu'à l'entrée de Marvejols.
- 6 Au rond-point des pompiers, prendre à droite la D809 jusqu'à la sortie de la ville au Pont du Pessil puis prendre à droite en direction de Chirac- Les Ajustons.
- 7 Aux Ajustons, continuer à droite sur la D809 en direction de La Canourgue.

◀ INTÉRÊTS ▶ NATURELS ET PATRIMONIAUX SUR LE CIRCUIT



- Saint-Germain-du-Teil
- Le Col de Bonnacombe
- La Route des Lacs
- La cascade du Déroc
- Marvejols



la cascade du Déroc

au départ de
St-Germain-du-Teil

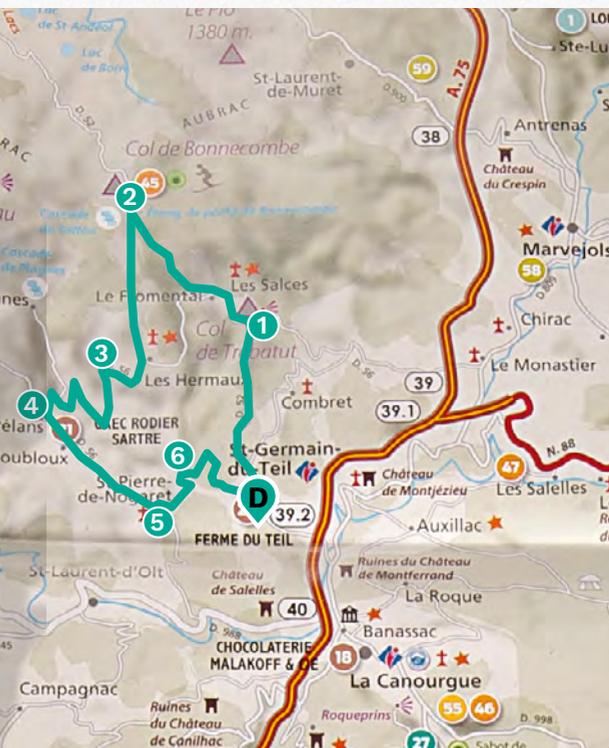
Les contreforts de l'Aubrac

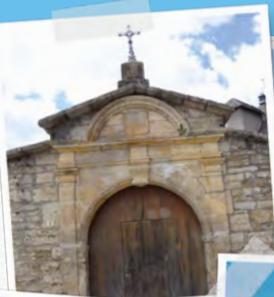
◀ 39 km ▶

• D+ 866 m •

Départ : Saint-Germain-du-Teil -Parking devant l'Eglise

Sur le versant ouest Lozérien, aux confins de l'Aveyron, venez découvrir les contreforts de l'Aubrac grâce à un beau circuit de moyenne montagne, ondulant entre forêts et pâturages. L'altitude y dépasse souvent les 1000 m, alors prudence par mauvais temps dans ce coin isolé et mystérieux de Lozère qui mérite bien le détour.

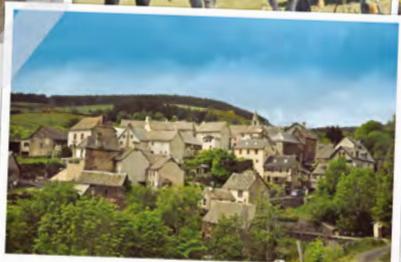




Chapelle de Nogaret



vaches Aubrac



les Hermaux



les Salces

◀ INTÉRÊTS ▶ NATURELS ET PATRIMONIAUX SUR LE CIRCUIT



- Le village de St Germain-du-Teil
- Le panorama sur la Vallée Aveyronnaise et les lointaines Cévennes entre Bonnacombe et les Hermaux
- Les villages et hameaux des contreforts de l'Aubrac (les Hermaux, Saint-Pierre, Les Salces, Trélans ...)
- La Chapelle de Nogaret

◀ VOTRE CIRCUIT ▶

- 1 Traverser le village de St Germain du Teil pour rejoindre la route de Nasbinals - D52 - en direction du Col du Trébatut (1100 m) que l'on va atteindre après une belle montée de 6 km. Au Col du Trébatut, continuer sur la même route direction Les Salces puis poursuivre l'ascension sur encore 4 km pour accéder au Col de Bonnacombe.
- 2 Au niveau du chalet de la station de ski prendre à gauche une route étroite peu fréquentée pour entamer une longue descente (environ 6 km) en direction des Hermaux.
- 3 Arriver dans le village des Hermaux, prendre à droite la D 56 pour se diriger vers le bourg de Trélans.
- 4 A Trélans poursuivre la descente par une route sinueuse jusqu'à St Pierre de Nogaret.
- 5 A l'entrée de St Pierre prendre à gauche la D15, une route qui sillonne à travers la forêt en direction de St Germain-du-Teil.
- 6 Continuer sur cette route, laisser la Chapelle de Nogaret sur sa droite et commencer la remontée de 4 km pour rejoindre St Germain-du-Teil.



Col de Bonnacombe

au
départ
de

La Canourgue

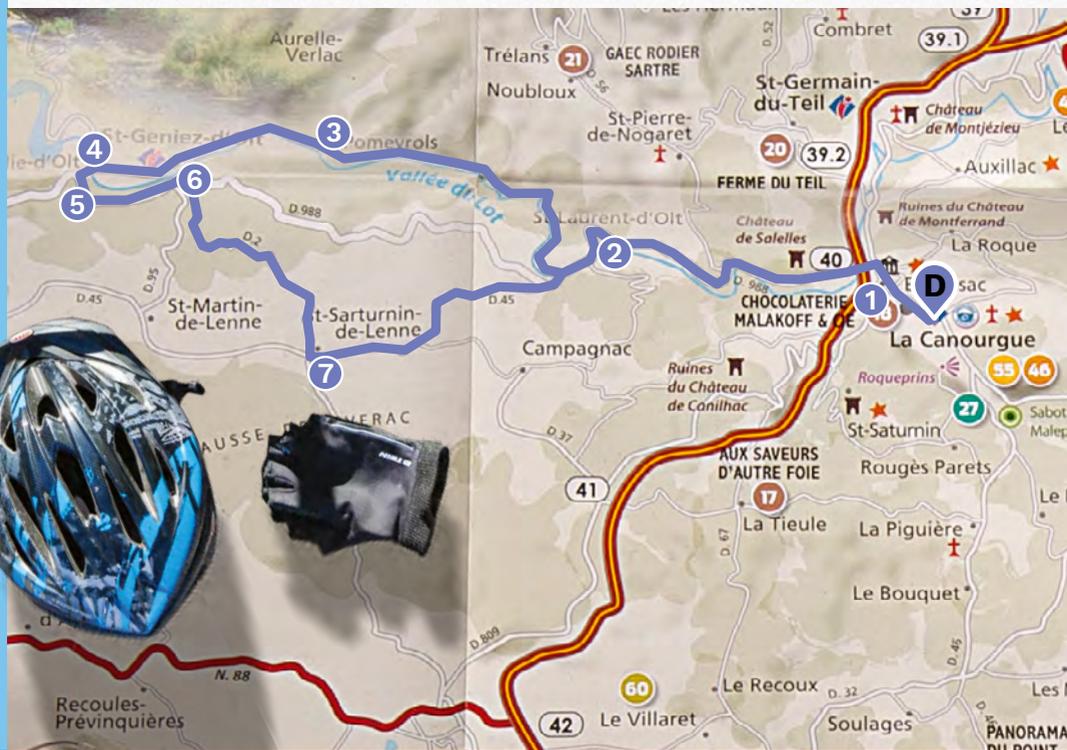
La vallée du Lot

◀ 83 km ▶

• D+ 1163 m •

Départ : La Canourgue, place du pré commun

Les rivières ne connaissent pas de frontière : le Lot passe ainsi de la Lozère, sa terre natale, à l'Aveyron, en faisant fi de cette barrière imaginaire. Suivez son cours jusqu'à Sainte-Eulalie-d'Olt, un des « plus beaux villages de France », à travers villages pittoresques et paysages verdoyants...



◀ VOTRE CIRCUIT ▶



- 1 A Banassac, prendre direction Saint-Laurent-d'Olt en franchissant le pont du Lot.
- 2 A l'entrée de Saint-Laurent-d'Olt, ne pas franchir le pont mais prendre tout de suite à droite la D509 en direction de Pomayrols.
- 3 Faire un crochet par Pomayrols puis reprendre la D509 direction Saint-Geniez-d'Olt.
- 4 Traverser Saint-Geniez-d'Olt et se diriger vers la place du marché. Franchir le pont qui enjambe le Lot pour rejoindre la D19 sur la rive droite et continuer pendant 4 km pour atteindre Sainte-Eulalie-d'Olt.
- 5 A Sainte-Eulalie-d'Olt, traverser de nouveau le pont pour regagner la rive gauche du Lot et prendre à gauche la D988 pour revenir à Saint-Geniez-d'Olt.
- 6 A la sortie de Saint-Geniez-d'Olt, prendre à droite sur l'avenue de la Gare pour se diriger vers la D2 et grimper la montée « des Charlottes » pendant 5,5 kilomètres avant de revenir sur Saint-Saturnin-de-Lenne.
- 7 Dans le village de Saint-Saturnin-de-Lenne, prendre à gauche la D202 qui devient la D45 jusqu'au lieu-dit La Resse puis Saint-Laurent-d'Olt et retrouver les rives du Lot. Continuer jusqu'à La Canourgue.



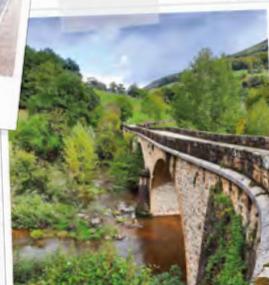
Pomayrols



Saint-Laurent-d'Olt



Saint-Geniez-d'Olt



Vallée du Lot

◀ INTÉRÊTS ▶ NATURELS ET PATRIMONIAUX SUR LE CIRCUIT



- Saint-Laurent-d'Olt
- Pomayrols
- Saint-Geniez-d'Olt
- Sainte-Eulalie-d'Olt, labellisé « Plus beau village de France »
- Saint-Saturnin-de-Lenne

4

au
départ
de
La Canourgue

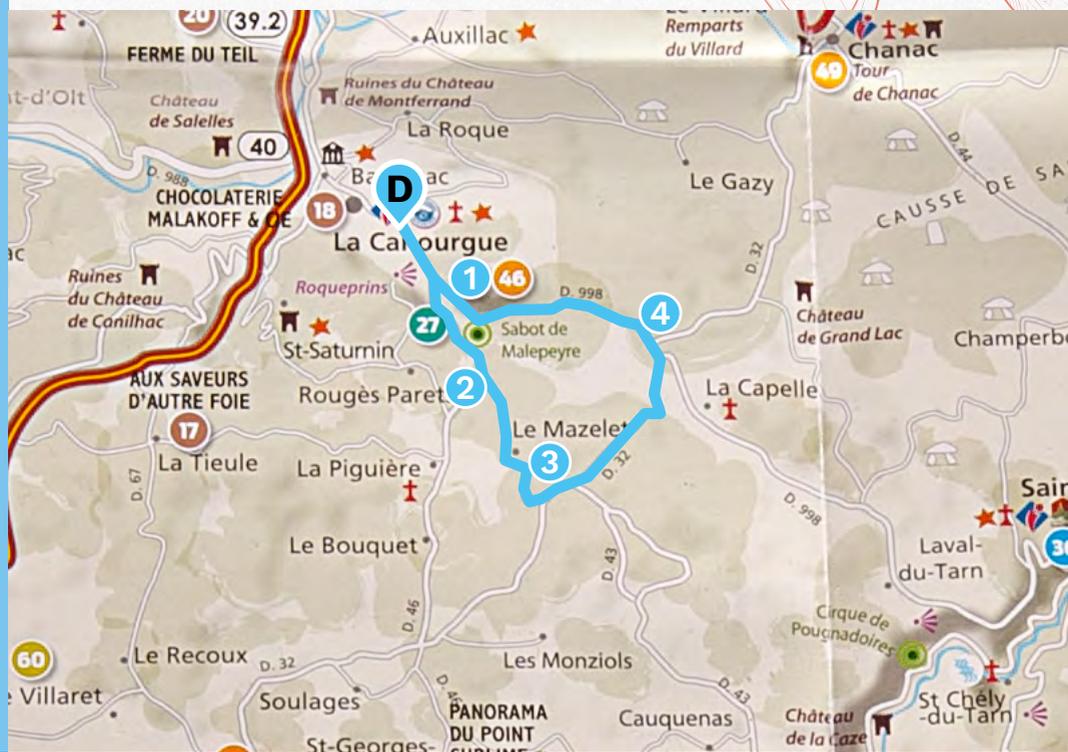
Le Sabot de Malepeyre

◀ 22 km ▶

• D+ 366 m •

Départ : La Canourgue, place du pré commun

Ce petit circuit permettra aux débutants de découvrir les alentours de La Canourgue et son célèbre Sabot de Malepeyre. Grimper le long des falaises du Sauveterre pour redescendre par le Malpas et son beau panorama n'aura jamais été aussi agréable...





le marché du mardi à la Canourgue



Chapelle de Saint Frézal



le sabot de Malepeyre



La Canourgue, la petite Venise Lozérienne

◀ VOTRE CIRCUIT ▶

- 1 Depuis la place du Pré commun, prendre la direction de Sainte-Enimie par la D998. Au lieu-dit Maleville, prendre à droite la D46 direction le Sabot de Malepeyre. Grimper jusqu'au croisement de la D43.
- 2 Au croisement de la D43, prendre à gauche direction la Malène, passer au Mazelet et prendre à gauche 2 km plus loin.
- 3 A l'intersection avec la D32, prendre à gauche et passer devant le Domal, puis continuer jusqu'à la Baraque de Lutran.
- 4 A la Baraque de Lutran, prendre à gauche la D998 jusqu'à La Canourgue.

◀ INTÉRÊTS ▶ NATURELS ET PATRIMONIAUX SUR LE CIRCUIT



- La Chapelle Saint-Frézal
- Le Sabot de Malepeyre
- La descente du Malpas
- Les contreforts du Sauveterre



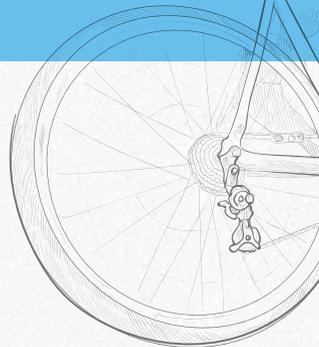


Le point sublime

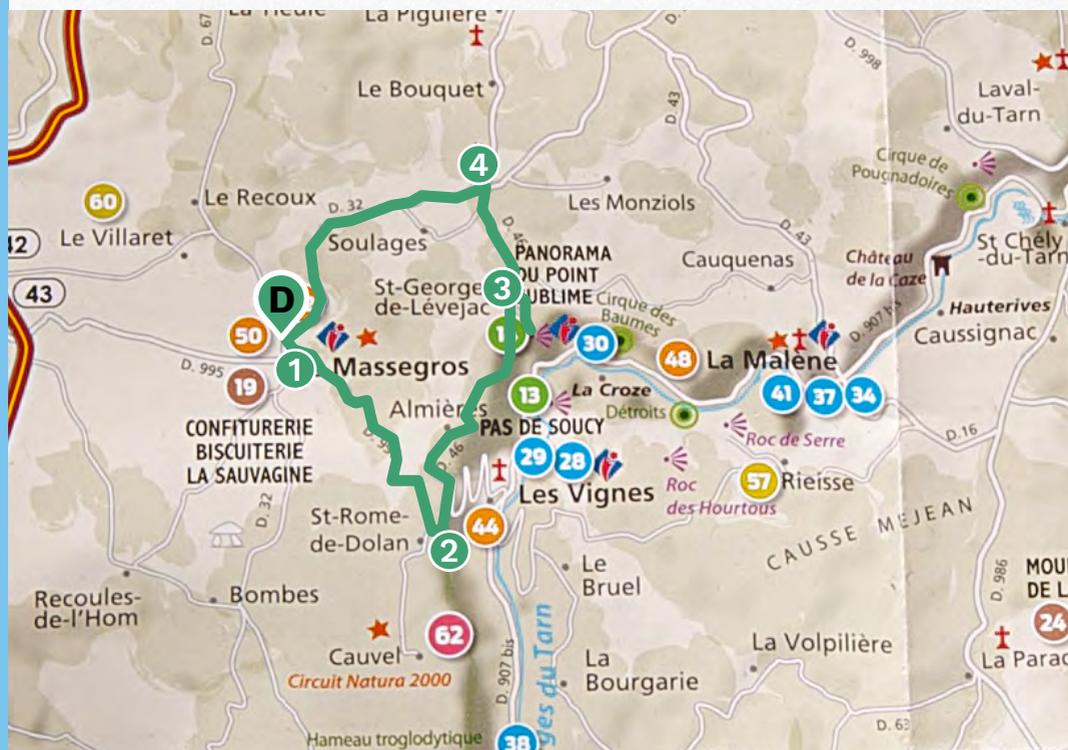
◀ 24 km ▶

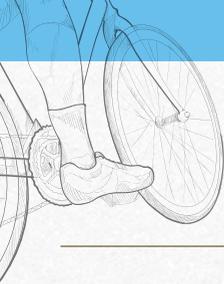
• D+ 354 m •

Départ : Le Massegros, place de la Mairie



Que diriez-vous d'une balade de santé jusqu'au Point Sublime ? Une vingtaine de kilomètres seulement pour partir à la rencontre du plus beau point de vue des Gorges du Tarn, et cela en traversant les jolis paysages du Sauveterre, comment refuser ?





◀ VOTRE CIRCUIT ▶



- 1 Au Massegros, de la place du village, prendre à droite puis à gauche devant l'église, direction Saint-Rome-de-Dolan. Continuer jusqu'à Saint-Rome-de-Dolan.
- 2 Après Saint-Rome, au premier lacet de la côte qui descend aux Vignes, prendre à gauche la D46 en direction de Saint-Georges-de-Lévéjac.
- 3 A Saint-Georges-de-Lévéjac, laisser le village en contre-haut et continuer en direction du Point-Sublime.
- 4 Revenir sur ses pas et au croisement, prendre à droite en direction de la Baraque de Trémolet puis à gauche sur la D32 en direction du Massegros.



Anémones pulsatilles



Almires



le point sublime



Saint-Rome-de-Dolan



vautour Fauve

◀ INTÉRÊTS ▶ NATURELS ET PATRIMONIAUX SUR LE CIRCUIT



- Les villages caussenards de Saint-Georges-de-Lévéjac et de Saint-Rome-de-Dolan
- Le point sublime et les Gorges du Tarn
- Le causse de Sauveterre et son patrimoine, classé à l'UNESCO
- Les vautours

Le Causse Méjean et les Gorges de la Jonte

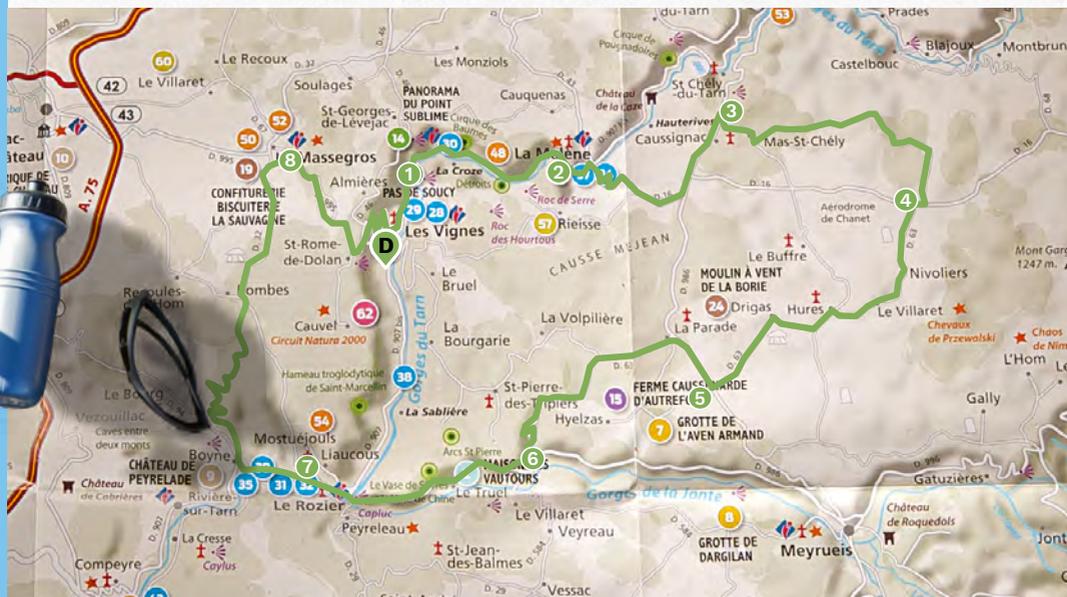


◀ 102 km ▶

• D+ 1741 m •

Départ : Les Vignes

Attention, un paysage merveilleux peut en cacher un autre! Ainsi, la traversée sportive des Gorges du Tarn sera compensée sans problème par la beauté du panorama puis vite oubliée avec le Causse Méjean et ses immenses étendues arides aux allures de steppes mongoles! A peine le temps de reprendre ses esprits que l'on s'émerveille de nouveau à la vue des sauvages Gorges de la Jonte...



◀ VOTRE CIRCUIT ▶



les vignes

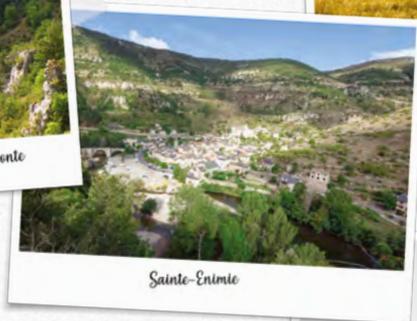


le causse Méjean

- 1 Aux Vignes, remonter les Gorges du Tarn en direction de la Malène.
- 2 A la Malène, traverser le pont pour monter sur le Causse Méjean. Arriver sur le Causse, continuer sur 400 mètres et prendre tout droit direction de Sainte-Enimie jusqu'au Col de Coperlac.
- 3 Au Col, prendre la direction du Mas Saint-Chély à droite et poursuivre vers Vallongue. Prendre à droite 3 km plus loin.
- 4 Après la descente de Vallongue, prendre deux fois à droite puis tourner à gauche en direction de Drigas sur la D63. Tourner à droite 1 km après Hures.
- 5 Prendre la D986 à droite jusqu'à La Parade, puis reprendre la D63 à gauche en direction du Rozier.
- 6 Descendre sur 11 km jusqu'aux Gorges de la Jonte, puis prendre à droite en direction du Rozier.
- 7 A la sortie du Rozier, traverser le Tarn pour rejoindre l'autre rive et prendre à gauche en direction de Boyne. Arriver à Boyne, bifurquer à droite en direction du Massegros.
- 8 Au Massegros, prendre la direction des Vignes.



Gorges de la Jonte



Sainte-Enimie



le cheval de Przewalski



le Vautour Fauve

◀ INTÉRÊTS ▶ NATURELS ET PATRIMONIAUX SUR LE CIRCUIT



- Les Gorges du Tarn et leurs villages
- Le causse Méjean et son patrimoine classé à l'UNESCO
- Les chevaux de Przewalski
- Les Gorges de la Jonte

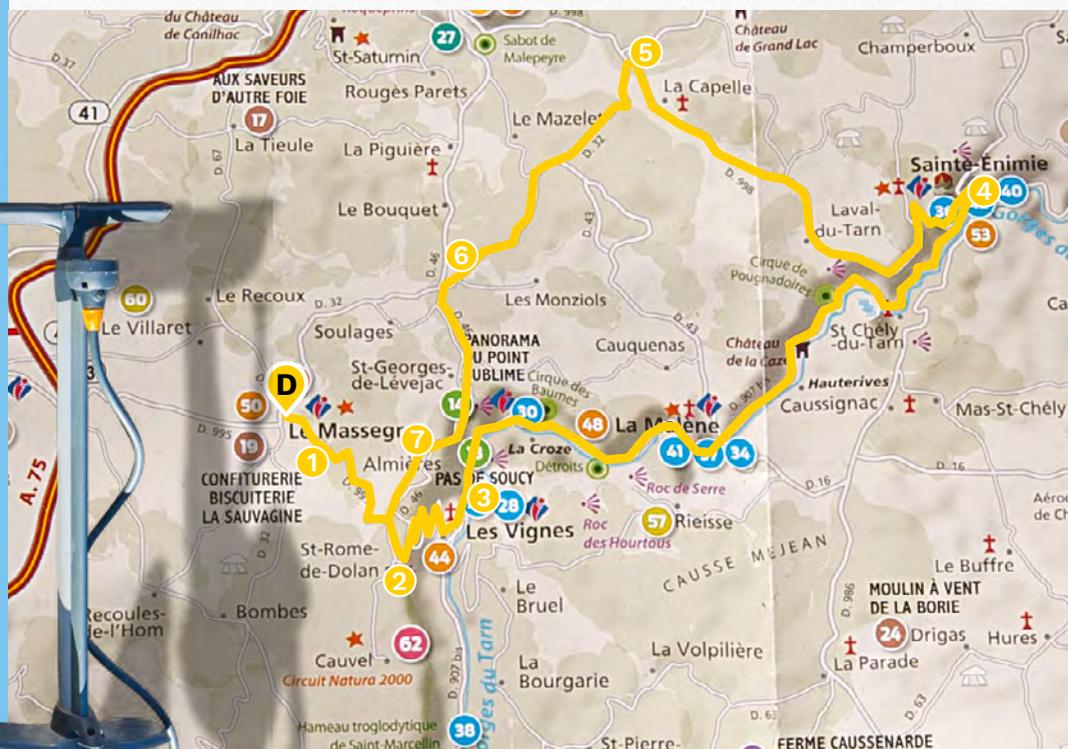
Les Gorges du Tarn

◀ 77 km ▶

• D+ 1085 m •

Départ : Le Massegros, place de la Mairie

Des Vignes à Sainte-Enimie, remontez le cours du Tarn au cœur de la partie la plus pittoresque des Gorges. Ne manquez pas d'observer les formes sculptées sur les rochers : elles peuvent être surprenantes comme l'étonnant visage du Christ. Un dernier conseil : prenez le temps de faire des pauses pour découvrir les jolis villages que vous traverserez...





le détroit des Gorges du Tarn



Sainte-Enimie



le causse de Sauveterre



route Gorges du Tarn



Église de la Capelle

◀ VOTRE CIRCUIT ▶

- 1 Au Massegros, de la place du village, prendre à droite puis à gauche devant l'église, direction Saint-Rome-de-Dolan. Continuer jusqu'à Saint-Rome-de-Dolan.
- 2 Après Saint-Rome, prendre la route qui descend aux Vignes.
- 3 Aux Vignes, prendre en direction de la Malène et longer le Tarn jusqu'à Sainte-Enimie.
- 4 A Sainte-Enimie, prendre à gauche la D998 en direction de La Canourgue. Traverser les villages de Cabrunas, Laval-du-Tarn et la Capelle.
- 5 A la Baraque de Lutran, prendre la D32 en direction du Massegros. Continuer tout droit jusqu'à la Baraque de Trémolet.
- 6 A la Baraque de Trémolet, prendre à gauche la D46 jusqu'à Saint-Georges-de-Lévêjac. Laisser le village et continuer tout droit.
- 7 A 500 m avant Almières, dans la première descente que vous trouverez après Saint-Georges-de-Lévêjac, prendre la petite route qui descend sur la droite, passer par Neuviale. Prendre ensuite à droite pour rentrer au Massegros.

◀ INTÉRÊTS ▶ NATURELS ET PATRIMONIAUX SUR LE CIRCUIT



- Les Gorges du Tarn
- Les villages des Gorges du Tarn
- Les hameaux rive gauche des Gorges
- De nombreux vautours
- Le causse de Sauveterre et son patrimoine classé à l'UNESCO

Massegros

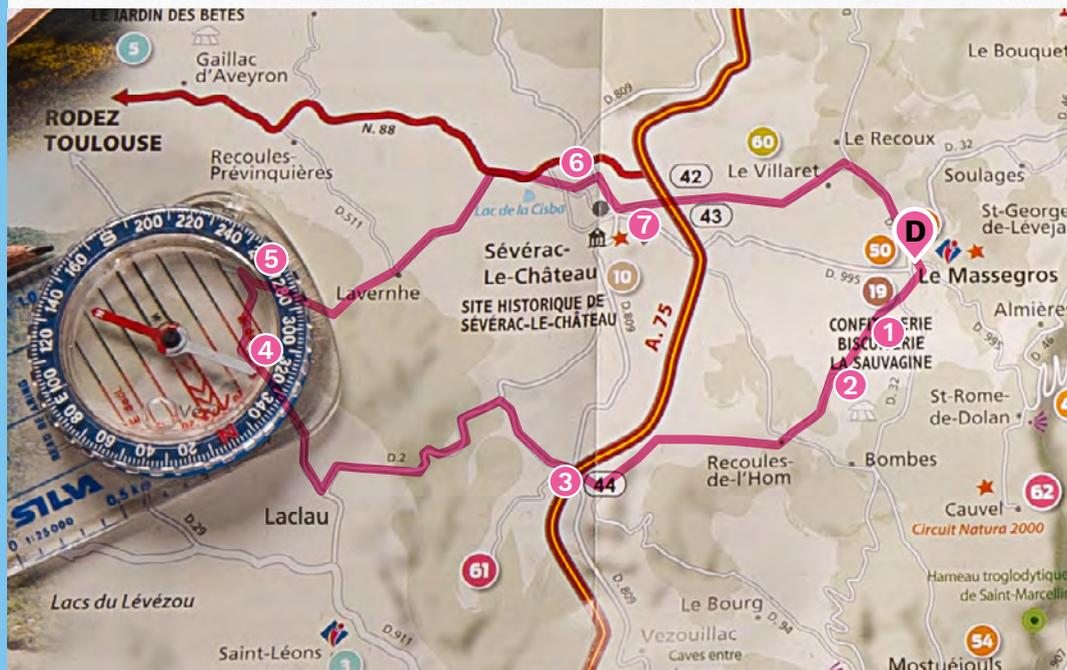
Un tour à Sévérac d'Aveyron

◀ 57 km ▶

• D+ 817 m •

Départ : Le Massegros, place de la Mairie

Entre le Sauveterre et le Sévéragais, découvrez les fertiles terres aveyronnaises et ses paysages verdoyants, à deux pas du Massegros. Entre villages pittoresques et patrimoine exceptionnel – en témoigne le château de Sévérac – cette escapade en Aveyron aura tout pour plaire...



◀ VOTRE CIRCUIT ▶



- 1 **Au Massegros, de la place du village, prendre à droite.** 200 mètres après le départ, au niveau du rond-point (à côté des terrains de tennis), prendre la direction de Boyne par la D32.
- 2 **A la sortie du village, laisser la D32 et prendre à droite** en direction de Recoules-de-l'Hom, puis de Novis.
- 3 **Passer sous l'A75 et prendre la D2** en direction de Vézins – La Clau. Traverser la Clau et tourner à droite sur la D28 en direction de Vaysse-Rodier.
- 4 **Quitter la direction de Vaysse-Rodier pour prendre la D96** sur 2 km en direction de La Vayssière et de Lavernhe.
- 5 **Prendre la direction de Lapanouse** puis prendre la D888 à droite.
- 6 **Contourner Sévérac d'Aveyron par la gauche sur 3 km** environ, jusqu'à Sévérac-le-château, suivre la direction du Massegros par la D995.
- 7 **A la sortie de Sévérac, prendre à gauche la D235** en direction du Recoux-Tensonnieu. Traverser le Tensonnieu pour retourner au Massegros.



Eglise Saint-Grégoire



Le Tensonnieu



la vallée de l'Olip



le château de Sévérac d'Aveyron



le château de Sévérac d'Aveyron

◀ INTÉRÊTS ▶ NATURELS ET PATRIMONIAUX SUR LE CIRCUIT



- Sévérac et son château
- Le Lac de la Cisba
- Le Causse de Sévérac
- Lavernhe
- Le Tensonnieu

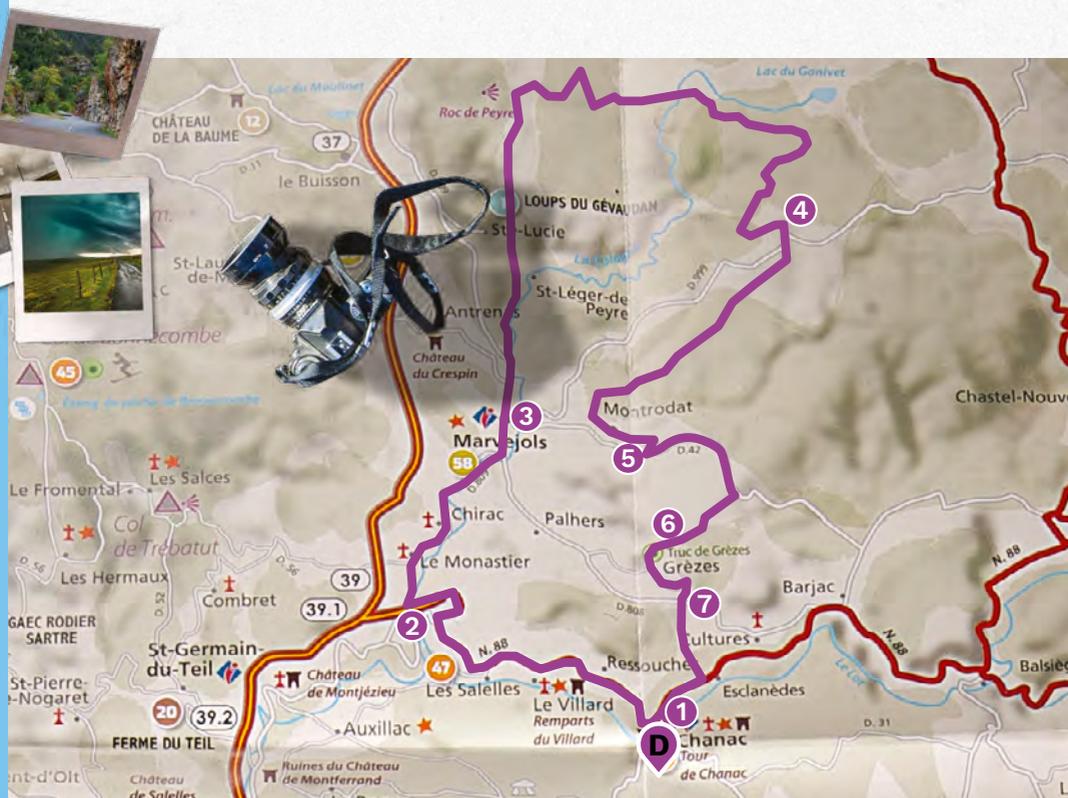
La Vallée de l'Enfer

◀ 60 km ▶

• D+ 1162 m •

Départ : Chanac, place de la Vignogue


Faites-vous partie des courageux qui auront l'audace de visiter la Vallée de l'Enfer ? Rassurez-vous, ce coin de Margeride traversé par une route étroite et sinueuse porte mal son nom, puisqu'il est en réalité une succession de vallées et des gorges pittoresques qu'il est bien agréable de traverser...





◀ VOTRE CIRCUIT ▶

- 1 Au départ de Chanac, prendre la RN88 qui longe le Lot jusqu'aux Ajustons.
- 2 Aux Ajustons, prendre à droite en direction de Marvejols.
- 3 Traverser Marvejols et prendre à droite à la sortie en direction de Saint-Léger-de-Peyre par la Vallée de l'Enfer (D2).
- 4 Après la baraque de Guinet, tourner à droite sur la D30. Quitter la D30 et prendre la route sur la gauche vers le Mazel (D999).
- 5 A la sortie de Montrodat, prendre la direction de Berlière et du village de Chasserans.
- 6 A l'entrée du village de Grèzes prendre à gauche la descente pentue en direction de la D809 et du Col de Vieilbougue.
- 7 Au Col de Vieilbougue prendre à droite direction Rocherousse et Le village du Bruel, puis retourner à Chanac.

◀ INTÉRÊTS NATURELS ET PATRIMONIAUX SUR LE CIRCUIT



- La Vallée de l'Enfer
- Le Truc de Grèzes
- La Vallée du Lot
- Marvejols



À la découverte de Sainte-Enimie

◀ 60 km ▶

• D+ 1162 m •

Départ : Chanac, place de la Vignogue



Cheminer à travers les étendues de l'Est du Sauveterre et partir à la rencontre du patrimoine caussenard, c'est super... Mais, pourquoi ne pas se faire plaisir et descendre jusqu'aux Gorges du Tarn pour découvrir aussi les villages pittoresques lovés au creux des falaises ?





Sainte-Enimie

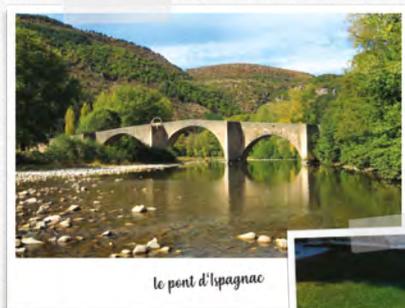


le causse de Sauveterre



◀ VOTRE CIRCUIT ▶

- 1 Au départ de Chanac, prendre la direction d'Ispagnac.
- 2 Passer devant la ferme fortifiée du Choizal et continuer en direction d'Ispagnac.
- 3 A l'entrée du village des Molines, prendre à droite et suivre les Gorges du Tarn jusqu'à Sainte-Enimie.
- 4 A Sainte-Enimie, prendre la direction de Mende et débuter la longue ascension.
- 5 Avant le village de Sauveterre, tourner à gauche en direction de Champerboux et revenir vers Chanac.



le pont d'Ispagnac

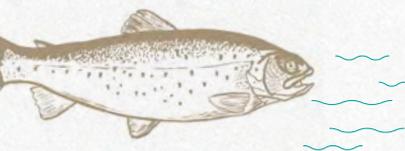


les Gorges du Tarn

◀ INTÉRÊTS ▶ NATURELS ET PATRIMONIAUX SUR LE CIRCUIT



- Les Gorges du Tarn
- Sainte-Enimie
- Champerboux
- La ferme fortifiée du Choizal



Le Causse de Sauveterre

◀ 36 km ▶

• D+ 662 m •

Départ : Chanac, place de la Vignogue



Cette petite balade facile autour du Sauveterre n'est pas exempte d'intérêt : entre les villages et hameaux caussenards à l'architecture typique, les points de vue plongeants sur les Gorges du Tarn et les paysages exceptionnels, cet itinéraire a tout pour plaire !



◀ **INTÉRÊTS** ▶
**NATURELS ET
 PATRIMONIAUX
 SUR LE CIRCUIT**



- **Le causse de Sauveterre et son patrimoine, classés à l'UNESCO**
- **Utopix**
- **Les Gorges du Tarn**
- **Laval-du-Tarn**
- **Le domaine de Grandlac**



le causse de Sauveterre



Utopix



Grandlac

◀ **VOTRE CIRCUIT** ▶

- ① De la place de la Vignogue, se diriger vers Champerboux.
- ② A l'entrée de Champerboux, prendre à droite direction La Périgouse et plonger vers les Gorges du Tarn.
- ③ Remonter les Gorges du Tarn en direction de Laval-du-Tarn.
- ④ Prendre la direction de Lueysse en passant devant la ferme fortifiée de Grandlac.
- ⑤ Au croisement de la RD32, prendre la direction de Chanac.



Laval-du-Tarn



Panorama de Cabrunas

Escapade en Cévennes et Mont Lozère

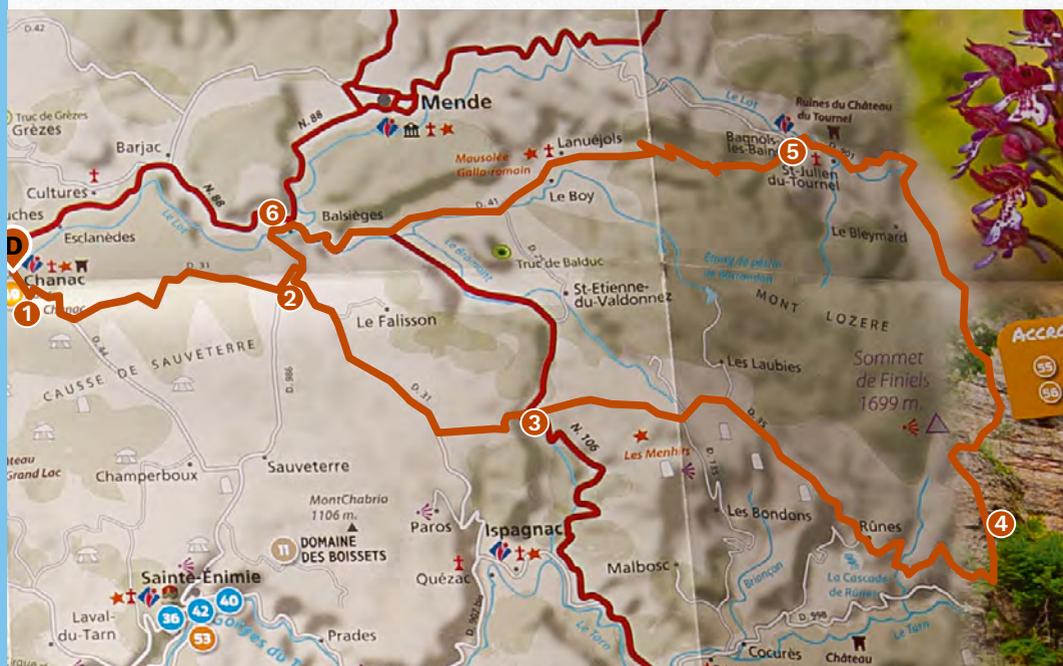
◀ 115 km ▶

• D+ 2248 m •

Départ : Chanac, place de la Vignogue



Un circuit sportif à l'assaut du Parc Régional des Cévennes et du Col de Finiels, le Col routier le plus haut de Lozère. La longue ascension sera très vite compensée par la beauté des paysages rudes et sauvages que l'on traverse. Alors préparez vos mollets, parez-vous de votre moral d'acier et venez avec nous franchir des sommets !



◀ **INTÉRÊTS** ▶
NATURELS ET
PATRIMONIAUX
SUR LE CIRCUIT



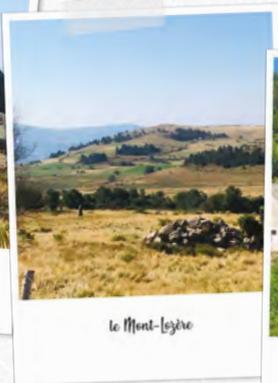
- Menhirs au Puech des Bondons
- Cascade de Runes
- Le Pont-de-Montvert
- Le Col de Finiels



Cascade de Runes



le Mont-lozère



le Mont-lozère



le pont de Montvert



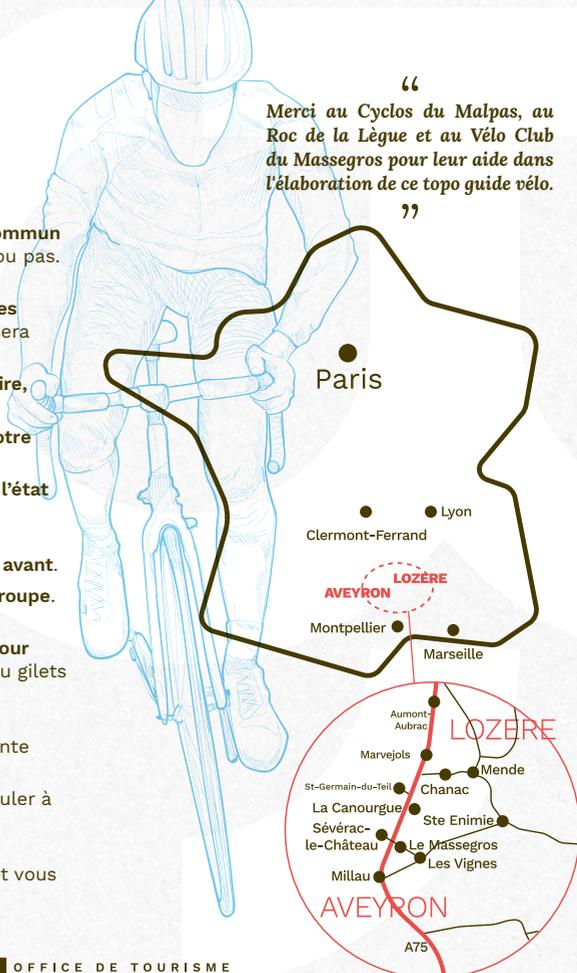
◀ **VOTRE CIRCUIT** ▶

- ① Prendre le départ de la place de la Vignogue à Chanac en direction d'Ispagnac.
- ② Passer devant la ferme fortifiée du Choizal et continuer vers le Col de Montmirat.
- ③ Au Col de Montmirat, prendre la direction du Pont de Montvert. Passer devant les Bondons.
- ④ Traverser le Pont-de-Montvert en direction du Col de Finiels puis de Bagnols-les-Bains.
- ⑤ A Bagnols-les-bains, prendre la direction de Lanuéjols par le Col de la Loubière.
- ⑥ Arriver à Balsiège puis prendre à gauche en direction de Chanac.

Recommandations particulières

- ⊕ Les routes du département sont un bien commun de tous les usagers, qu'ils soient cyclistes ou pas. Le code de la route doit y être respecté
- ⊕ Le respect de l'autre et la prudence sont des attitudes qui doivent être partagées, ainsi sera garantie la sécurité de tous.
- ⊕ À vélo, le port du casque n'est pas obligatoire, mais il est fortement recommandé.
- ⊕ Choisissez un itinéraire qui correspond à votre niveau.
- ⊕ Avant de s'engager sur une boucle, vérifiez l'état de votre vélo, freins, pneus, éclairage...
- ⊕ Il est recommandé d'équiper son vélo d'un rétroviseur et d'un feu clignotant arrière et avant.
- ⊕ Si vous êtes nombreux, fractionnez votre groupe. Pas plus de 10 et jamais plus de 2 de front.
- ⊕ Il vaut mieux porter des vêtements clairs pour être plus visible, ou mieux, des brassards ou gilets fluorescents.
- ⊕ Consultez la météo avant de partir. Rouler sous la pluie ou sur une route glissante n'est pas recommandé.
- ⊕ Ne partez pas trop tard dans la journée. Rouler à la tombée de la nuit n'est pas toujours très agréable.
- ⊕ Pensez à prendre une gourde d'eau, boire et vous alimenter régulièrement.

“
 Merci au Cyclos du Malpas, au Roc de la Lègue et au Vélo Club du Massegros pour leur aide dans l'élaboration de ce topo guide vélo.
 ”



OUVERT À L'ANNÉE

<p>Le Massegros Place de la Mairie 48500 Massegros Causses Gorges 04 66 48 88 08</p>	<p>La Canourgue 18 Rue de la Ville 48500 La Canourgue 04 66 32 83 67</p>	<p>Chanac Place de la Fontaine du Curé 48230 Chanac 04 66 48 29 28</p>	<p>Saint-Germain-du-Teil Rue du gendarme Merle 48340 Saint-Germain-du-Teil 04 66 65 08 82</p>
--	--	--	---

OUVERT JUILLET - AOÛT

<p>Les Vignes 04 66 48 80 90</p>	<p>Le Point Sublime 04 66 48 88 08</p>
--	--

Siège social : Office de Tourisme de l'Aubrac aux Gorges du Tarn – Place de la Mairie – 48500 MASSEGROS CAUSSES GORGES



contact@aubrac-gorgesdutarn.com
www.aubrac-gorgesdutarn.com