La vallée du Lot à vélo

Le projet **La vallée du Lot à vélo** ambitionne de relier le confluent de la Garonne - et donc le Canal des 2 mers - avec le mont Lozère remontant ainsi la rivière Lot jusqu'à sa source. Cet itinéraire traverse les départements du Lot-et-Garonne, du Lot, de l'Aveyron, du Cantal et de la Lozère. Un premier parcours de 160km existe déjà entre la confluence du Lot et de la Garonne à Aiguillon et Cahors.

Amateurs de balades à vélo nature en quête de challenges, laissez-vous tenter par ce nouvel itinéraire traversant le département de l'Aveyron et le sud du Cantal - de Capdenac à La Canourgue en Lozère.

Vous découvrirez au fil du Lot, dans une nature luxuriante préservée, de nombreux sites et villages de caractère aux toits de Lauze. Déambulez dans leurs ruelles pittoresques et admirez leur patrimoine bâti remarquable. Prenez le temps de vous arrêter sur les marchés pour rencontrer nos producteurs et déguster les nombreuses spécialités locales. N'hésitez pas à vous rafraichir en profitant d'une escapade en bateau ou en canoë, ou tout simplement en faisant une halte au bord de l'eau.

INFORMATIONS PRATIQUES SUR L'ITINÉRAIRE

L'itinéraire est composé d'une sélection de petites routes et de portions de voies vertes réalisées sur d'anciennes voies ferrées ou sur le chemin de halage de la rivière. Il est en constante amélioration avec de nouvelles sections de voies vertes réalisées progressivement.

Cette nouvelle partie est fléchée sur 160 km de Capdenac-Gare à Saint-Laurent d'Olt avec la possibilité de rejoindre La Canourgue en Lozère. S'y ajoutent les 70 km de la « voie de Conques ». Une échappée belle qui permet de réaliser une grande boucle de toute beauté. Une « voie de l'Aubrac » viendra prochainement compléter ce réseau. **Quelques sections s'adressent à un public plutôt sportif ou équipé d'un vélo à assistance électrique, les portions en voies vertes peuvent se faire avec des enfants en toute sécurité.**

Pour préparer votre parcours, lisez attentivement cette carte qui indique les cotes d'altitude et les secteurs à forte pente avec des chevrons. Vous trouverez aussi les services disponibles sous forme de pictogrammes décrits dans la légende.

Restez prudents sur les sections partagées avec le trafic automobile et respectez le code de la route.

PARLONS VÉLO

- **Voies vertes :** ce sont des voies réservées à la circulation non motorisée, destinées aux piétons, cyclistes, rollers et personnes à mobilité réduite. Elles sont généralement aménagées sur les chemins de halage des canaux et rivières, d'anciennes voies ferrées, des promenades littorales, des routes forestières ou dans les parcs urbains. On parle aussi de « voies en site propre ». Elles sont adaptées aux balades familiales faciles.
- **Voies partagées :** ce sont des voies existantes aménagées déjà empruntées par des véhicules motorisés. Elles sont à faible trafic et vitesses modérées.
- **Véloroute :** c'est un itinéraire cyclable touristique à moyenne ou longue distance, fléché et sécurisé, reliant villes et régions entre elles, sur des petites routes à faible circulation et, autant que possible, sur des pistes cyclables et autres voies vertes. Les véloroutes conviennent à des cyclistes expérimentés, car certains passages dans la circulation réclament de la vigilance.

REJOINDRE LA VALLÉE DU LOT À VÉLO EN TRAIN

L'itinéraire Capdenac-Gare – La Canourgue est desservi par train aux gares suivantes :
- **Capdenac-Gare :** TER Aurillac - Figeac – Toulouse et Rodez – Figeac – Brive
- **Banassac-La Canourgue :** TER et Intercités Clermont-Ferrand – Millau – Béziers

Et à proximité :
- **Cransac :** TER Rodez-Brive
- **Viviez -Decazeville :** TER Rodez-Figeac-Brive
- **Aubin :** TER Rodez-Figeac -Brive
- **Saint Christophe Vallon :** TER Rodez-Figeac-Brive
- **Rodez :** TER Rodez-Figeac -Brive
- **Campagnac – Saint Géniez d'Olt :** TER et Intercités Béziers-Saint Chély d'Apcher

La plupart des TER de Nouvelle Aquitaine et d'Occitanie permettent d'emporter gratuitement sans réservation votre vélo en fonction des places disponibles à bord – charge à vous d'assurer le chargement et le déchargement de votre vélo à quai. Avant de partir, vérifiez les offres TER sur les fiches horaires. Le pictogramme vélo signale la possibilité d'embarquer votre vélo à bord du train.
Sur les lignes Intercités les trains Corail sont équipés d'espaces vélo signalés par un pictogramme. Plusieurs dessertes par jour. Attention à l'embarquement sur ces voitures très hautes par rapport aux quais.
Sur les TGV Paris - Toulouse et Paris - Bordeaux : 2 places pour vélo par rame.

ATTENTION : réservation obligatoire et payante sur TGV et Intercités.
Réservation en ligne sur voyages-sncf.com
Évitez les périodes rouges, notamment les débuts et fins de week-ends.

SERVICE DE TRANSPORT DE BAGAGES

BAGAFRANCE permet aux cyclistes de voyager légers en assurant le transport des bagages et des vélos (y compris tandems, remorques et tricycles) sur le canal des 2 mers et sur la vallée du Lot jusqu'à Cahors (bagages uniquement).
reservation@bagafrance.com / 06 11 24 14 73 / bagafrance.com

LA MALLE POSTALE propose des solutions de transport des personnes, des bagages et des vélos pour les randonneurs des chemins de Compostelle entre l'Aubrac, Espalion, Estaing et Cahors (et les gares les plus proches). Navettes quotidiennes en saison et transports spécifiques sur devis.
04 71 04 21 79 / lamallepostale.com

DES SEJOURS CLÉS EN MAIN

Pour encore plus de liberté, plusieurs tours opérateurs proposent des séjours clés en main sur la vallée du Lot. Renseignez-vous directement sur leurs sites internet : La Balaguère / Safran Tour / Evazio / La Bicyclette verte / MontNpass / Cap Vélo /…

OFFICES DE TOURISME DE LA VALLÉE DU LOT

… Entre Capdenac-Gare et La Canourgue

OFFICE DE TOURISME DE CAPDENAC-GARE
Place du 14 juillet - 12700 Capdenac-Gare • Tél. +33(0)5 65 64 74 87 • capdenac-gare@tourisme-figeac.com

OFFICE DE TOURISME ET DU THERMALISME DE DECAZEVILLE COMMUNAUTÉ
www.tourisme-paysdecazevillois.fr • tourisme@decazeville-communaute.fr
BUREAU DE CRANSAC-LES-THERMES • L'Envol - Place Jean Jaurès - 12110 CRANSAC LES THERMES • Tél. +33(0)5 65 63 06 80
BUREAU DE DECAZEVILLE • Square Jean Ségalat - 12300 DECAZEVILLE • Tél. +33(0)5 65 43 18 36
BUREAU DE FLAGNAC • La Planque - 12300 FLAGNAC • Tél. +33(0)5 65 63 27 96

OFFICE DE TOURISME CONQUES-MARCILLAC
www.tourisme-conques.fr • contact@tourisme-conques.fr
2 Rue Bénazech Conques - 12320 Conques-en-Rouergue • Tél. +33(0)5 65 72 85 00

OFFICE DE TOURISME TERRES D'AVEYRON
www.terresdaveyron.fr • accueil@terresdaveyron.fr
BUREAU D'ESPALION • 2, boulevard Joseph Poulenc - 12500 Espalion • Tél. +33(0)5 65 44 10 63
BUREAU DE BOZOULS • 2 bis, place de la Mairie - 12340 Bozouls • Tél. +33(0)5 65 44 10 63
BUREAU D'ESTAING • 24, rue François d'Estaing - 12190 Estaing • Tél. +33(0)5 65 44 10 63
BUREAU D'ENTRAYGUES-SUR-TRUYÈRE • Place de la République - 12140 Entraygues-sur-Truyère • Tél. +33(0)5 65 44 10 63
BUREAU DE SAINT-CÔME-D'OLT • Tél. +33(0)5 65 44 10 63
BUREAU DE VILLECOMTAL • Tél. +33(0)5 65 44 10 63

OFFICE DE TOURISME DES CAUSSES À L'AUBRAC
www.causses-aubrac-tourisme.com • contact@causses-aubrac-tourisme.com
BUREAU DE SAINT-GENIEZ-D'OLT
www.tourisme-aveyron.com/fr/decouvrir/villes-et-villages/saint-geniez-d-olt
Le cloître • Tél. +33(0)5 65 70 43 42 • stgeniezdolt@causses-aubrac-tourisme.com
BUREAU DE SAINTE-EULALIE-D'OLT
www.tourisme-aveyron.com/fr/voir-faire/decouvrir-aveyron/villes-et-villages/sainte-eulalie-d-olt/decouvrir-sainte-eulalie-d-olt
Espace Louis Marcilhac • Tél. +33(0)5 65 47 82 68 • steeulaliedolt@causses-aubrac-tourisme.com

OFFICE DE TOURISME DE L'AUBRAC GORGES DU TARN
www.aubrac-gorgesdutarn.com • contact@aubrac-gorgesdutarn.com
BUREAU DE LA CANOURGUE • 18 rue de la ville 48500 La Canourgue • Tél. +33(0)4 66 32 83 67

LOUEURS ET RÉPARATEURS DE VÉLO

SAINT-PARTHEM
Épicerie de Port d'Agrès / +33(0)5 65 64 08 04 / johnny.magali@gmail.com

FLAGNAC
Office de tourisme et du thermalisme de Decazeville Communauté / +33(0)5 65 63 27 96
www.tourisme-paysdecazevillois.fr

SAINT CYPRIEN SUR DOURDOU
(COMMUNE DE CONQUES-EN-ROUERGUE)
Station bee's / +33(0)6 14 28 73 46 / www.stationsbees.com/stations/stations-bee-s-conques-aveyron-12

BOZOULS
Steph moto / +33(0)5 65 48 82 73
Mairie de Bozouls / +33(0)6 33 19 52 29 / www.bozouls.fr/fr/tourisme-decouvertes/les-randonnees/en-vtt-electrique

ENTRAYGUES-SUR-TRUYÈRE
Pymsport / +33(0)6 11 92 24 38 / www.facebook.com/pymsports

ESPALION
Rc réparations / +33(0)5 65 48 02 36
Espa e-bike / +33(0)6 88 32 88 41 / www.espa-ebike.com

ST GENIEZ D'OLT
Rando nature et Aubrac bike / +33(0)6 26 12 67 27 / +33 (0)6 61 89 30 54 / http://randonature.alwaysdata.net/

LA CANOURGUE
Olivier Merle / +33(0)4 66 32 82 16

Tracé à l'étude
Laguiole Aubrac
Le Florentin-la-Capelle
Voie de l'Aubrac
Le Nayrac
Aubrac
Gorges du Lot
Montégut
Estaing
Château
Coubisou
Espalion
Bessuéjouls
Château de Calmont d'Olt
Église de Perse
St-Côme-d'Olt
Clocher tors de l'église St-Côme et St-Damien
Route de L'énergie
Castelnau-de-Mandailles
Prades-d'Aubrac
Sébrazac
Rocher de Rodelle
Rodelle
Ledenac
Canyon de Bozouls
Bozouls
Voie de Cahors
Barriac
Gabriac
Lassouts
La Vernhette
Barrage et Belvédère
Lac de Mandailles
Le Lot
St-Geniez-d'Olt-et-d'Aubrac
Cloître et Chapelle des Pénitents Noirs
Reliquaire de la Ste-Épine
Ste-Eulalie-d'Olt
Pierrefiche
St-Martin-de-Lenne
Pomayrols
Château
Falguières
Vierge Noire
Estables
St-Laurent-d'Olt
Le Pont de Doulou
Pratnau
Banassac-Canilhac
La Canourgue
La petite Venise lozérienne
Sabot de Malepeyre
Campagnac
St-Saturnin
La Tieule
St-Germain-du-Teil
St-Pierre-de-Nogaret
Les Salelles
Chanac
Mont Lozère
Marvejols
Montrodat
La Margeride
Palhers
Bourg-sur-Colagne
St-Bonnet-de-Chirac
Grèzes
Marchastel
St-Laurent-de-Muret
Les Truques d'Aubrac 1439
Monts d'Aubrac
Aveyron
Causse de Sauveterre
Vimenet
Berthola
Gaillac-d'Aveyron
Laval-du-Tarn
Ancienne voie ferrée - chemin nouvelle
Tracé à l'étude
La Loubière
Le Maynial
Le Boulesq
Le Lot
Lozère
Aveyron
Le Doulou
Le Mendal
Le Bouscat d'Olt
Louis
Coussane
La Luzanne
Verrières
Combes
Mandailles
Le Meridan
Le Lot
Le Lot
Le Lot