



Le Cœur d'Hérault à vélo

www.cœur-herault.fr



La route médiévale

Cet itinéraire «nature» vous conduira à la découverte des collines de la Vallée de l'Hérault, à travers de vastes espaces boisés. Les villages traversés sont anciens et portent les traces d'une occupation médiévale, identifiable à travers de nombreux éléments de patrimoine bâti.

Départ : **Maison du Grand Site - Aniane**
GPS: Longitude: 3°33'47"E / Latitude: 43°42'8"N

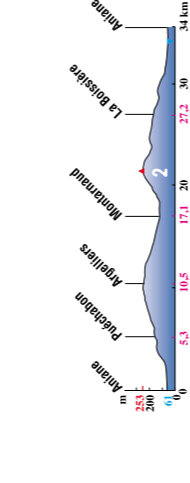
6,0	D27 E1	Sortir du parking et tourner à gauche. Après 200 m, tourner à droite.
4,1	D32	Au stop, tourner à gauche.
5,3	D27 E1	A la sortie de Puchabon, tourner à droite.
10,5	D27 E4	Traverser Argelliers et suivre Montarnaud.
17,1	D111	A Montarnaud : suivre centre-ville. En contournant le château, tourner à droite. Attention, trafic pendulaire!
23,3	D27	A la Boissière - au rond-point, tourner à droite. Attention, trafic pendulaire!
29,9	D27 D32	À Aniane: au rond-point, tourner à gauche. Arrivé à la Place de la Liberté, tourner à droite et suivre St-Guilhem jusqu'à la Maison du Grand Site.



Aniane, cité monastique fondée en 782, est bâtie autour de la chapelle des Penitents et de l'abbaye Saint-Sauveur.

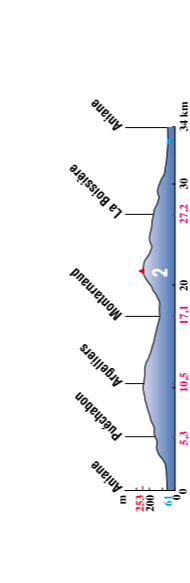
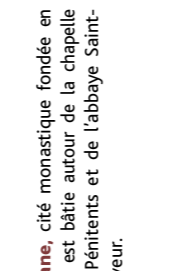


Puchabon est un village circulaire, organisé autour d'un fort du XII^{ème} siècle.



Boucle N°2

Distance : **34 km**
Dénivelé positif cumulé : **659 m**
Durée moyenne : **2h45**



Vignobles et capitelles en Clermontais

Au départ de Lieuran-Cabrières et de son volcan, vous partez à la découverte du vignoble de l'appellation AOC L'Herault. La diversité du paysage viticole, les capitelles ne vous laisseront pas indifférents, tout comme les vallées pittoresques.

Départ : **Parking Avenue de la Serre - Lieuran-Cabrières**
GPS: Longitude: 03°26'56"E / Latitude: 43°35'08"N

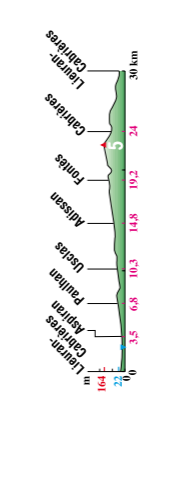
0	D128 E7	Descendez jusqu'à l'entrée du village, tourner à droite puis, après 200 m, à gauche.
3,5	D130	A Aspiran, tourner à droite.
6,8	D609 D10 D128 E2	À Paulhan, tourner à gauche vers Clermont-Hérault. Après 500 m, prendre deux fois à droite.
10,3	D128	À l'entrée d'Uscats, prendre à droite. 1 km plus loin, tourner à droite puis, après 200 m, à gauche.
14,8	D128 D174 D124	À Adissan, tourner à droite à l'église puis, après 200 m, à gauche et suivre Fontès.
19,2	D124 D15	À la cave coopérative de Fontès, tourner à droite.
24	D124 E2	À l'entrée de Cabrières, tourner à droite.
27,1	D128 E2 D128 E5 D128 E8	La cave coopérative de Péret, tourner à droite et revenir au village de départ.



Les capitelles sont des cabanes de pierres sèches, qui servaient d'abri pour les bergers, de remise à outils agricoles et viticoles.

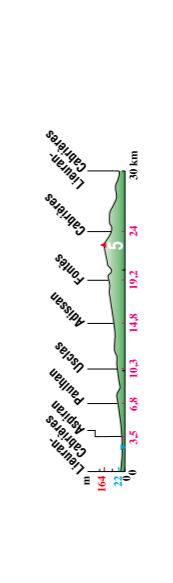
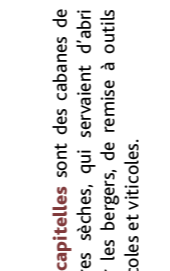


Ayant subi plusieurs déplacements considérables, le pic de Vissou a la particularité d'avoir les roches les plus anciens au-dessus des plus jeunes.



Boucle N°5

Distance : **30 km**
Dénivelé positif cumulé : **160 m**
Durée moyenne : **2h30**



Route sacrée par le balcon du Perthus

Ce circuit au départ de Lodève vous mènera sur la cause du Larzac en passant par le Prieuré St-Michel de Grandmont, puis à travers de vastes paysages dolomitiques et agricoles jusqu'au temple bouddhiste pour redescendre par un itinéraire aux vues imprenables.

Départ : **Parking du parc - Lodève**
GPS: Départ Lodève : Longitude 3°18'55"E / Latitude: 43°44'11"N

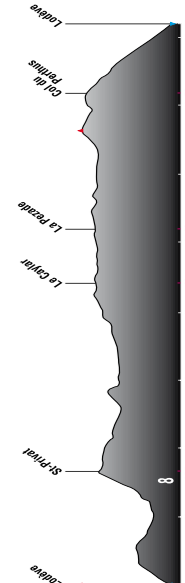
0	A75	À la sortie du parking tourner à droite vers l'autoroute, puis à nouveau à droite en suivant les flèches Directions.
1,3	D609 D153	Après le stop, prendre à droite direction La Roquefère.
20	D153 E1 D9	3 km après les Salces, tourner à gauche, puis la Voquerrie, au bout de la côte, à nouveau à gauche.
44	D609 D809	Au Caylar, raccourci possible par les Rives (D142), les Salces, Labail, Lodeve... Distance: 70 km - Dénivelé cumulé positif: 1980 m - Durée moyenne: 5h45
52	D140 D493	À la sortie du parking tourner à droite vers l'autoroute, puis à nouveau à droite en suivant les flèches Directions.
66	D142	Après le stop, prendre à droite direction La Roquefère.
73	D902	1 km après le temple bouddhiste, tourner à gauche.
82	D35	À Lodève, au bout de la descente et à l'arrivée en centre-ville, prendre à gauche pour arriver au parking du départ.



Le Prieuré St-Michel de Grandmont, datant du XII^{ème} siècle, offre dans son intégralité une église et un cloître extrêmement bien conservés.

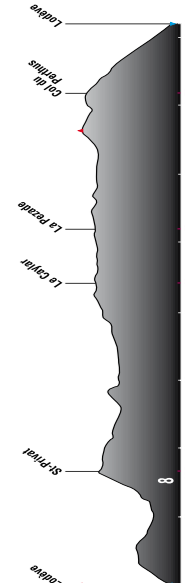
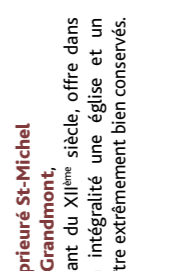


Le Temple Lérab Ling est un centre important pour la transmission des enseignements bouddhistes en Europe.

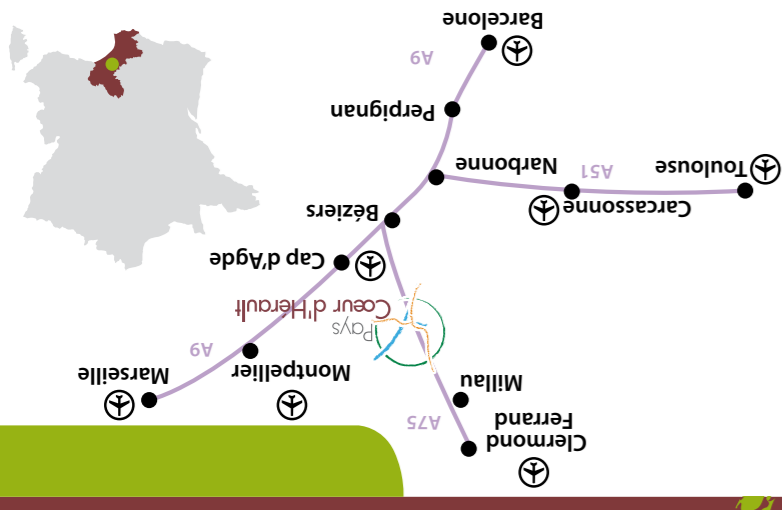


Boucle N°8

Distance : **82 km**
Dénivelé positif cumulé : **2450 m**
Durée moyenne : **6h45**



Le Cœur d'Hérault à Vélo



Office de Tourisme de Clermontais
Tél. : +33 (0)4 67 96 23 86
www.cc-clermontais.fr

Office de Tourisme de Lodévois et Larzac
Tél. : +33 (0)4 67 88 86 44
www.tourisme@lodovoislarzac.fr

Office de Tourisme de Montarnaud
Tél. : +33 (0)4 67 57 58 83
www.tourisme@montarnaud.fr

Vignobles de la vallée de l'Hérault

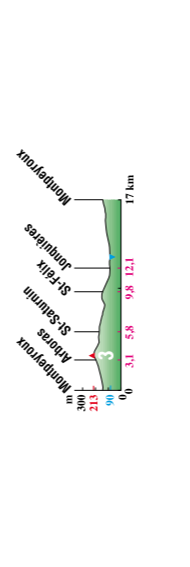
La vallée de l'Hérault, située entre les derniers contreforts du massif central et la plaine alluviale du fleuve Hérault, bénéficie d'un ensoleillement exceptionnel et d'un terroir de qualité, dont les viticulteurs de Montpeyrou, Saint Saturnin de Lucian et des Terrasses du Larzac ont su révéler toute la grandeur.

Départ : **Aire de départ du Barry - Montpeyrou**
GPS: Longitude: 3°30'26"E / Latitude: 43°42'4"N

0	D9	Aller vers le centre du village, puis sur la place de l'Horloge, tourner à droite.
3,1	D130	Après le pont sur le Rougnigou à Arboras, tourner à gauche.
5,9	D130 E4	À St-Saturin, aller tout droit jusqu'à St-Guilhem-de-Lucian.
9,8	D619	À St-André-Sangonis.
10,1	D141	À St-Félix: au stop, tourner à gauche.
12,1	D141	A Jonquières, traverser le rond-point.
16,7	Le Castellat	A Montpeyrou, sur la place de l'Horloge, prendre la 2 ^{ème} à gauche.

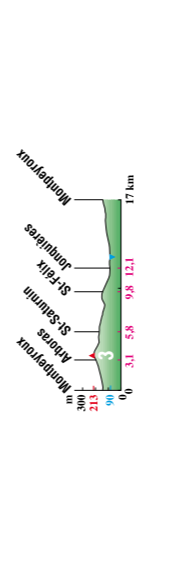
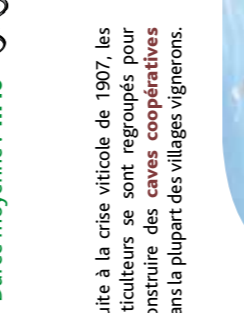


Site classé pour son intérêt pittoresque, l'éperon rocheux du Roc des Deux Vierges délimite les derniers escarpements du massif central.



Boucle N°3

Distance : **17 km**
Dénivelé positif cumulé : **392 m**
Durée moyenne : **1h40**



La manufacture royale de Villeneuve et le cirque de Mourèze

Avec ses airs de Toscane, le paysage autour de Nébian offre un panorama inattendu. Vous traverserez des paysages vallonnés, plantés de vignes, d'oliviers, d'amandiers et de cyprès florentins et, en un coup de pédales, vous arriverez à la cité drapière de Villeneuve, non loin du cirque de Mourèze et de ses dolomites.

Départ : **Parking de la Mairie - Nébian**
GPS: Nébian : Longitude: 03°26'11"E / Latitude: 43°36'20"N

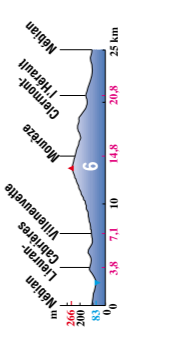
0	D128 E1 A	Descendez l'avenue Molière et, après 200 m, tourner à droite.
3,5	D128 E8	Tourner à droite vers Lieuran et après 200 m, prendre à nouveau à droite.
7,1	D908 D	Arrivé à Villeneuve, tourner à gauche. Attention, route fréquentée!
12	D908 E1 B	Tourner à droite puis, après 1 km, à nouveau à droite.
14,8	D8	Après le village de Mourèze, tourner à gauche en direction de la portion de route inondable.
18,6	D908	Au stop, tourner à gauche.
20,8	D908 D	À Clermont, aller tout droit.
22,7	D609	Au rond-point, tourner à droite.
24,2	D128 E	Tourner à droite et remonter l'Avenue Lieuran-Cabrières Molière de Nébian.



La manufacture royale de Villeneuve, citée ouvrière créée au début des années 1870, est devenue royale sous Colbert en 1677.



Le cirque de Mourèze déroule un vaste ensemble constitué de gigantesques colonnes calcaires aux formes étranges.



Le cirque de Navacelles et les grands causses

Au départ du Caylar en Larzac, vous traverserez la Cause du Larzac méridional puis le Grand Site du Cirque de Navacelles, merveille écologique et géologique où le fort dénivelé vous permettra d'admirer un panorama spectaculaire tout en réalisant un effort sportif moulinable!

Départ : **Aire de départ de Randonnée - Le Caylar en Larzac**
GPS: Départ Le Caylar : Longitude: 3°19'1"E / Latitude: 43°51'52"N

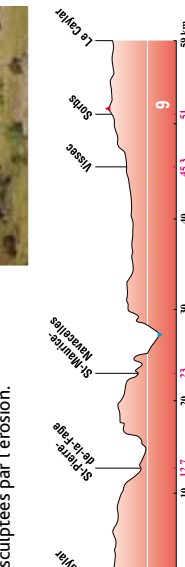
0	D9	Sortir du parking et tourner à droite.
12,7	D25	Au rond-point du Moulin, tourner à gauche puis à nouveau à droite.
23	D130	À Saint-Maurice, tourner à gauche.
31,2	D130 E2	À St-Maurice, raccourci possible par St-Michel (D152 E2, D152 et D9). Distance: 42 km - Dénivelé cumulé positif: 635 m - Durée moyenne: 3h15
45,3	D113 D1138	À Sorbs, le Caylar.
51	D142 E8 D142 E7 D142	Avant Navacelles, tourner à gauche et poursuivre jusqu'à Blandas et Vissec.
58,5	D9	Au croisement D142/D9, tourner à droite pour arriver au point de départ.



Le Grand Site du Cirque de Navacelles est une merveille écologique et géologique, considérée comme l'un des paysages les plus spectaculaires de France.



La Cause du Larzac propose de surprenants paysages minéraux à l'allure de ruines étrangement sculptées par l'érosion.

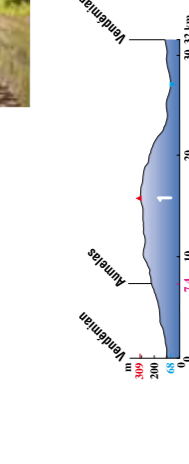


Boucle N°1

Distance : **32 km**
Dénivelé positif cumulé : **632 m**
Durée moyenne : **2h30**



De tradition vigneronne, le village de Vendémian s'est spécialisé dès le XIX^{ème} siècle dans la production de raisins de table tels que les chasselas et le servant.



Départ : **Aire de départ de Randonnée (VTT) - Vendémian**
GPS: Vendémian: Longitude: 3°53'36"E / Latitude: 43°35'10"N

0	D131	Sortir du parking et tourner à droite.
0,7	D139	Au stop, tourner à droite. Attention, trafic pendulaire!
7,4	D114	Tourner à droite.
14,4	D114 E2	Tourner à droite puis rouler jusqu'à Cabrials et la fin de la D114 E2.
26,8	D2 D131	À la fin de la D114 E2, tourner à droite (attention, route fréquentée) et après 300 m, prendre à nouveau à droite.
30,8	D131	À Vendémian, aller tout droit jusqu'à atteindre l'aire de départ de randonnée.

Le village de Vendémian, le village de Vendémian s'est spécialisé dès le XIX^{ème} siècle dans la production de raisins de table tels que les chasselas et le servant.

Le village de Vendémian, le village de Vendémian s'est spécialisé dès le XIX^{ème} siècle dans la production de raisins de table tels que les chasselas et le servant.

Les gorges de l'Hérault et la vallée de la Buèges

Cet itinéraire sportif vous plonge au cœur des Cévennes méridionales, à la découverte des contreforts de la Sérème. Des villages pittoresques, et plusieurs éléments de patrimoine remarquable jalonnent cet itinéraire, qui vous fera découvrir un versant plus intime du Grand Site de France® Saint-Guilhem-le-Désert - Gorges de l'Hérault.

Départ : **Maison du Grand Site - Aniane**
GPS: Longitude: 3°33'47"E / Latitude: 43°42'8"N

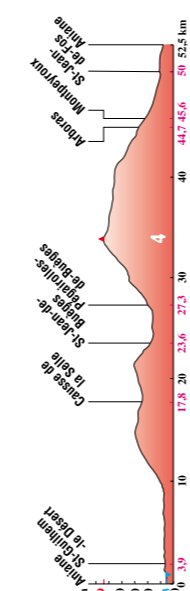
0	D27 D4	Sortir du parking et tourner à gauche. Au stop après le pont, tourner à droite.
3,9	D4	Traverser Saint-Guilhem-le-Désert
17,8	D122	Au rond-point de sortie de Gausse de la Selle, tourner à gauche.
23,6	D122	Au stop, tourner à gauche.
27,3	D122	À proximité de Pégarolles, aller vers Arboras. Ascension de 6 km sur un défilé surplombant la Vallée de la Buèges.
44,7	D9	Au stop, tourner à gauche.
45,6	D141 E3 D141	Traverser Montpeyrou. Sur la place de l'Horloge, tourner à gauche, puis à nouveau à gauche à la sortie du village.
50	D4 D27	Traverser Saint-Jean-de-Fos puis le fleuve Aniane. Disposer de la Maison du Grand Site.



Dans le Grand Site de France® Le Pont du Diable et l'abbaye de Clunac ont été classés au patrimoine mondial de l'humanité par l'UNESCO, au titre des chemins de Saint Jacques de Compostelle.



Prenant sa source dans les Cévennes, l'Hérault a creusé des gorges au cœur des Garrigues, atteignant 300 m de profondeur.



Le tour du lac du Salagou

Cette grande boucle vous donnera l'occasion d'embrasser à maintes reprises des paysages méditerranéens secs et lumineux qui contrastent avec les paysages aquatiques du lac du Salagou. Villages typiques, mégalithes et panoramas se succéderont tout au long de votre parcours.

Départ : **Base de plein air - Clermont-Hérault**
GPS: Clermont: Hi: Longitude: 03°23'11"E / Latitude: 43°58'58"N

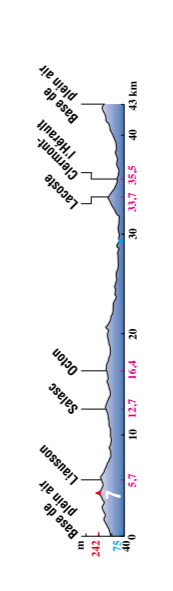
0	D156 E4	Au parking, tourner à gauche.
2	D156 D148	Traverser Lieuran Salzac.
12,7	D148 E1 D8 E3	À l'entrée de Salzac, tourner à droite.
16,4	D148 D148 E4	À Octon, tourner à droite puis, après 200 m, à gauche.
24	D609	Au rond-point, tourner à droite.
28,2	D140	Au rond-point, tourner à droite, puis après 400 m, à gauche.
33,7	D140	À Lacoste, tourner à gauche.
35,5	D908 D156 E4	Toutes directions Centre-ville.
37	D908	Après 1 km, au stop, tourner à droite et suivre la direction du Lac jusqu'au Campotel.



L'ascension (à pied) du Mont Liassou s'effectue à plus de 300 m au-dessus du village de Liassou.



La ruffe est une roche contenant des oxydes de fer qui lui donnent sa couleur.



Route des terroirs

Cette boucle au départ de Soubès, accès sur la cause du Larzac à St-Pierre-de-la-Fage où vous apprécierez un vin de pays du Sud-Ouest. Après la descente par le col du Vent et la traversée d'Arboras vous sillonnerez la plaine ou vignobles et oliveraies jalonnent cet itinéraire.

Départ : **Près de la salle des fêtes sur D25 - Soubès**
GPS: Départ Soubès: Longitude: 3°20'51"E / Latitude: 43°57'37"N

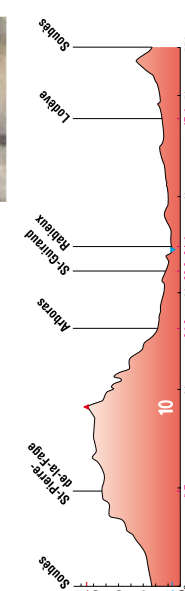
0	D25	Prendre la direction de St-Etienne-de-Gourgas.
9,7	D25	Au rond-point du moulin, tourner à droite puis au 2 ^{ème} rond-point dans St-Pierre, tourner à nouveau à droite.
11,5	D9	Après St-Pierre, au hameau du Mas Arbors, tourner à droite. Passage par le col du vent.
26,3	D130 D130 E4	À la sortie d'Arboras, après le pont sur le Rougnigou, tourner à droite et poursuivre jusqu'à Saint-Gouraud.
32,1	D130 E5 D619	Après Saint-Gouraud, tourner à droite.
34,6	D609	Traverser Rabieux puis poursuivre jusqu'à Carlets et Lodève.
47,6	A75 Millau	Au rond-point, prendre la 3 ^{ème} sortie et traverser Lodève le long de la D609.
51,7	D25	Au rond-point après Lodève et une brève course de la D25 à la D9 en carrefour, tourner à droite pour retourner au point de départ.



La forêt domaniale de Parlagès, 2470 ha, est située entre 300 et 800 m d'altitude.



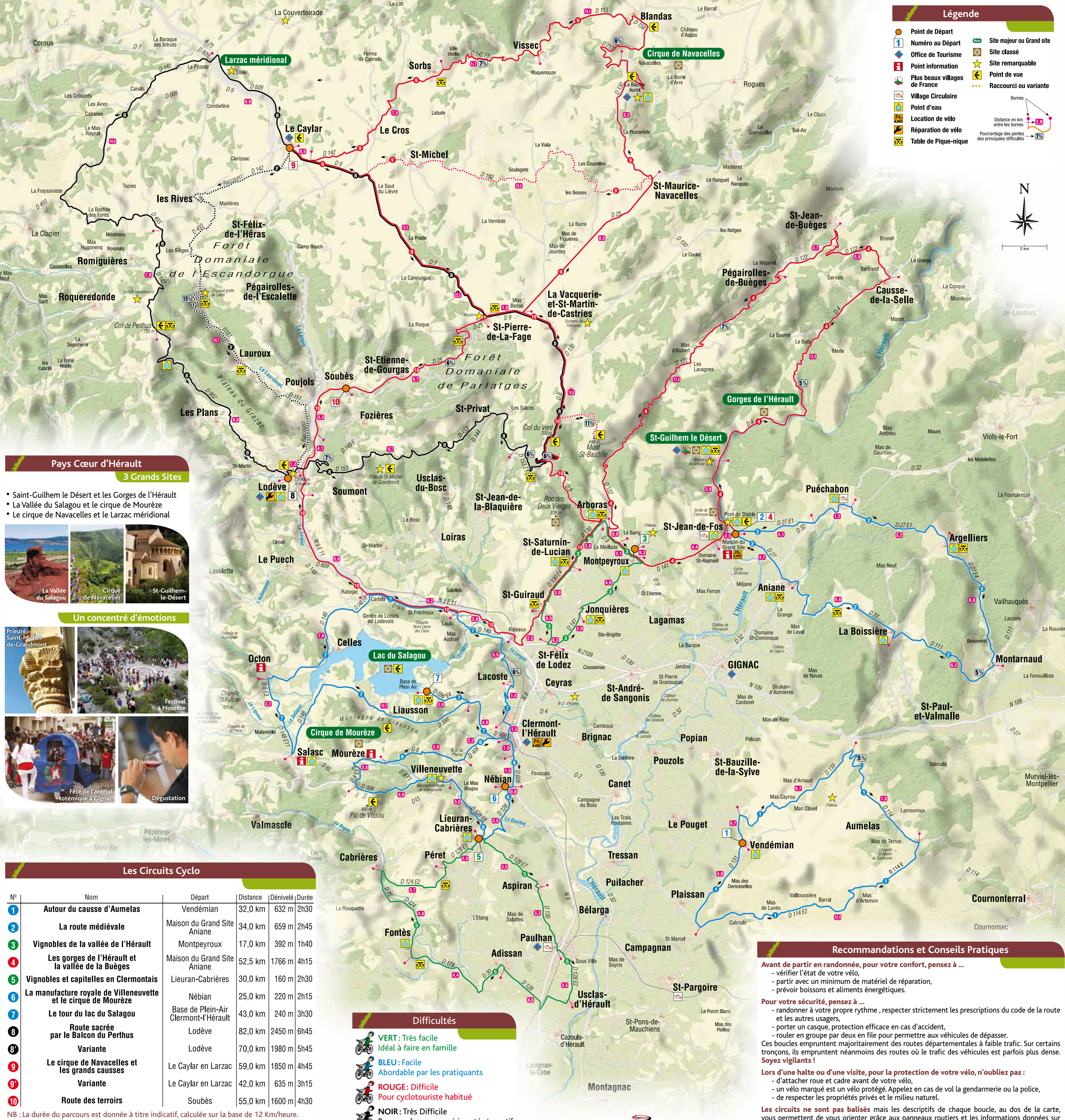
Lodève, cité deux fois millénaire est, labellisée Ville d'Art et d'Histoire.



Légende

- Point de Départ
- Numéro au Départ
- Office de Tourisme
- Point information
- Plus beaux villages de France
- Village Circulaire
- Point d'eau
- Location de vélo
- Réparation de vélo
- Table de Pique-nique
- Site majeur ou Grand site
- Site classé
- Site remarquable
- Point de vue
- Raccourci ou variante

Bornes
Distance en km entre les bornes
Pourcentage des pentes des principales difficultés



Pays Cœur d'Hérault 3 Grands Sites

- Saint-Guilhem le Désert et les Gorges de l'Hérault
- La Vallée du Salagou et le cirque de Mourèze
- Le cirque de Navacelles et le Larzac méridional



Un concentré d'émotions



Les Circuits Cyclo

N°	Nom	Départ	Distance	Dénivelé	Durée
1	Atour du causse d'Aumelas	Vendémian	32,0 km	632 m	2h30
2	La route médiévale	Maison du Grand Site Aniane	34,0 km	659 m	2h45
3	Vignobles de la vallée de l'Hérault	Montpeyroux	17,0 km	392 m	1h40
4	Les gorges de l'Hérault et la vallée de la Buèges	Maison du Grand Site Aniane	52,5 km	1766 m	4h15
5	Vignobles et capitelles en Clermontais	Lieurancabrières	30,0 km	160 m	2h30
6	La manufacture royale de Villeneuvevette et le cirque de Mourèze	Nébian	25,0 km	220 m	2h15
7	Le tour du lac du Salagou	Base de Plein-Air Clermont-l'Hérault	43,0 km	240 m	3h30
8	Route sacrée par le Balcon du Perthus	Lodève	82,0 km	2450 m	6h45
8'	Variante	Lodève	70,0 km	1980 m	5h45
9	Le cirque de Navacelles et les grands causses	Le Caylar en Larzac	59,0 km	1850 m	4h45
9'	Variante	Le Caylar en Larzac	42,0 km	635 m	3h15
10	Route des terroirs	Soubès	55,0 km	1600 m	4h30

Difficultés

- VERT**: Très facile
Idéal à faire en famille
- BLEU**: Facile
Abordable par les pratiquants
- ROUGE**: Difficile
Pour cyclotouriste habitué
- NOIR**: Très Difficile
Pour randonneur expérimenté et sportif

Recommandations et Conseils Pratiques

Avant de partir en randonnée, pour votre confort, pensez à ...

- vérifier l'état de votre vélo,
- partir avec un minimum de matériel de réparation,
- prévoir boissons et aliments énergétiques.

Pour votre sécurité, pensez à ...

- randonner à votre propre rythme, respecter strictement les prescriptions du code de la route et les autres usagers,
- porter un casque, protection efficace en cas d'accident,
- rouler en groupe par deux en file pour permettre aux véhicules de dépasser.

Ces boucles empruntent majoritairement des routes départementales à faible trafic. Sur certains tronçons, ils empruntent néanmoins des routes où le trafic des véhicules est parfois plus dense. **Soyez vigilants !**

Lors d'une halte ou d'une visite, pour la protection de votre vélo, n'oubliez pas :

- d'attacher roue et cadre avant de votre vélo,
- un vélo marqué est un vélo protégé. Appelez en cas de vol la gendarmerie ou la police,
- de respecter les propriétés privées et le milieu naturel.

Les circuits ne sont pas balisés mais les descriptifs de chaque boucle, au dos de la carte, vous permettent de vous orienter grâce aux panneaux routiers et les informations données sur les embranchements principaux.

NB : La durée du parcours est donnée à titre indicatif, calculée sur la base de 12 Km/heure. Mais elle ne tient pas compte des arrêts pour visites, pauses ou repas.