enAveyron

GUÍA DE VIAJE

ACTUALIDAD / EXCEPCIÓN / DESTINOS / CULTURA, PATRIMONIO Y SABER HACER

OCIO Y ACTIVIDADES / SABORES Y GASTRONOMÍA

www.tourisme-aveyron.com

AVEYRON

¡ Bienvenidos al Aveyron !

Con la Agence Départementale de l'Attractivité et du Tourisme, llevamos una ambiciosa visión para nuestro territorio. Nuestro departamento, más allá de sus paisajes espectaculares, encarna una tierra de oportunidades y experimentación, donde nuestros valores de autenticidad se mezclan con la innovación. El Aveyron no se contenta con ser solamente un simple destino turístico, es una fuente de inspiración y un modelo de excelencia para todos los recién llegados.

El turismo es una puerta de entrada ineludible, un potente motor económico, generador de empleo, conformando infraestructuras modernas, preservando nuestro patrimonio cultural y natural, diversificando nuestra economía, reforzando nuestra reputación internacional. Es un escaparate que refleja la riqueza de nuestro saber hacer y de nuestra capacidad de vivir bien, como una invitación a descubrir un territorio fuertemente identitario que ofrece perspectivas de crecimiento, tanto a nivel personal como profesional. Es con este punto de vista que nos comprometemos a propulsar el Aveyron hacia nuevos horizontes.

Estamos convencidos de que cada municipio tiene un papel que desempeñar en el cumplimiento del potencial del Aveyron para asegurar su posición en el auge de nuestro país.

Esta ambición es la base de una colaboración con nuestros socios locales, una sinergia que permite aprovechar sus competencias al servicio de su territorio. Juntos construimos una marca AVEYRON fuerte y compartida, propicia a la innovación, a la modernización y al desarrollo dinámico de un territorio del que estamos orgullosos.

Así pues, el departamento responde a los desafíos de nuestra época: ambientales, económicos, solidarios y para la juventud. Aspiramos atraer a una población residente y a actores económicos que contribuyan directamente a la prosperidad de nuestras empresas. Escribimos el futuro del Aveyron acogiendo nuevos talentos que reforzarán nuestra búsqueda de la excelencia.

Arnaud VIALA
Presidente del Departamento del Aveyron

El destino de Aveyron ofrece en estos tiempos agitados una respuesta ideal a las nuevas aspiraciones sociales que la crisis sanitaria ha provocado. Recuperar la serenidad, reconectar con la naturaleza, maravillarse ante tanta riqueza, conocer a sus habitantes y disfrutar de su incomparable calidad de vida, esa es nuestra promesa. Además, su estancia en Aveyron le seducirá al ofrecerle una multitud de descubrimientos inéditos y experiencias inolvidables.

Dejaros sorprender por la variedad de sitios y paisajes, por la calidad de las animaciones, del patrimonio, de la historia, de la gastronomía.

Probad nuestro arte de vivir aveyronés. Consigue un rico equilibrio entre modernidad y autenticidad.

Nuestra campiña es vasta, viva, activa, por su economía y por la riqueza de las animaciones turísticas, culturales y deportivas que son el fruto de un fuerte compromiso de los aveyroneses. Cargos electos, anfitriones, socio-profesionales, distribuidores, todos están movilizados colectivamente para ofreceros la mejor acogida posible y aseguraros una estancia inolvidable, convirtiéndoos en embajadores del Aveyron.

Este folleto guiará vuestros pasos a lo largo de todo vuestro descubrimiento. ¡Dejaros sorprender!

Jean-Luc CALMELLY
Presidente de la Agencia Departamental de Desarrollo y del Turismo del Aveyron

www.tourisme-aveyron.com

Sumario

EL AVEYRON EXCEPTIONAL

6-7 / Los momentos destacados
8-9 / Viaducto de Millau
10-11 / Museo Soulages

DESTINOS DEL AVEYRON

12-13 / El Aubrac
14 / Carladez y Gargantas del Truyère
15 / Conques y el pequeño valle de Marcillac
16-17 / Valle del Lot
18-19 / País de las bastidas y gargantas del Aveyron
20-21 / Rodez y el valle del Aveyron
22-23 / Montes y lagos del Lévézou
24-25 / Millau, gargantas y valle del Tarn
26-27 / Larzac y País de Roquefort

CULTURA, PATRIMONIO Y SABER HACER

28-29 / Los pueblos más bonitos de Francia
30-31 / Las fortificaciones del Rouergue
32-33 / Sitios templarios y hospitalarios
34 / Conques
35 / Sylvanès
36-37 / Museos
38-39 / Castillos
40-41 / Arte y saber hacer
42-43 / La marca "Fabriqué en Aveyron"

OCIO Y ACTIVIDADES

44-45 / Senderismo
46-47 / Deportes al aire libre
48-49 / Actividades infantiles
50-51 / Pesca
52 / Deportes de invierno
53 / Bienestar

SABORES Y GASTRONOMÍA

54-55 / País de gastronomía
56 / Productos
57 / Top 10 y recetas
58-59 / Chefs galardonados
60-61 / Mercados

Los códigos QR presentes en esta revista están pensados para ofreceros más información. ¡No dudéis en escanearlos con vuestro teléfono a través de una aplicación específica o la función de cámara de fotos!

Más información

Capturadme

Los momentos Destacados

El rastro del queso de Laguiole AOP y del aligot de Aubrac

¿Qué mejor que un paseo para descubrir los paisajes mágicos del Aubrac bajo la nieve?
Durante esta actividad, los caminantes se pasean de buron en buron (cabañas de piedra y pizarra típicas de la zona) a través de tres rutas circulares (de 12, 18 o 21 km) y disfrutan de una comida bien merecida… ¡Aligot y Laguiole AOP incluidos!

Trashumancia

En mayo, los rebaños de vacas raza Aubrac llegan a las mesetas para pasar el verano en grandes espacios verdes. Los senderistas pueden ir al encuentro de los ganaderos y aprovechar para celebrar con su familia y amigos: desfiles de rebaños, mercado de productores y de artesanos, comidas, música…

Marzo **Abril** **Mayo** **Junio** **Julio**

Roc Laissagais

Carrera indispensable para los fans del BTT, la Roc Laissagais se celebra en junio y propone más de una decena de recorridos renovados continuamente. ¡Algunas pruebas incluso cuentan para el campeonato de Europa de BTT Maratón!

Natural Games

Cita final de la élite mundial de los deportes al aire libre (kayac, slackline (cinta tensa), BTT…) y de la música, los Natural Games reúnen a deportistas, amantes de la música y curiosos. A lo largo de un largo fin de semana, los participantes podrán asistir a competiciones, iniciaciones deportivas y conciertos.

F'Estivada

La ciudad de Rodez, junto a un socio nacional, propone un festival de música popular con un alcance nacional: F'ESTIVADA. Este evento festivo y popular refuerza el atractivo de la ciudad de Rodez.

Cap'Mômes en Espalion

Dedicado a los más jóvenes, Cap Mômes es un festival de teatro callejero que propone espectáculos que combinan el circo, (malabarismo, acrobacias, magia, payasos...), la música y los cuentos a la sombra de los plataneros a orillas del Lot.

Festival de Música Sacra, Música del Mundo

Durante dos meses, la abadía de Sylvanès se convierte en el lugar privilegiado para el descubrimiento de cantos y danzas de aquí y de otros lugares, profanos y sagrados. Las representaciones permiten también que el público descubra la abadía, clasificada monumento histórico y Grand Site d'Occitanie (Gran Sitio de Occitania).

La carrera Eiffage del viaducto de Millau

Esta carrera en Aveyron cita a todos los aficionados de la carrera a pie, profesionales o simple apasionados. Una carrera popular y accesible con 2 distancias: 12,8 km o 23,7 km en un ambiente acogedor y festivo... ¡En el puente de autopista más alto del mundo!

Julio | **Julio - Agosto** | **Septiembre** | **Octubre**

Hier un Village

Ineludible evento del Aveyron, Hier un village (Ayer un pueblo) describe la historia del pueblo de Flagnac en un espectáculo notable de luz y sonido de 1,45 horas de duración.

Festival en Bastides

Teatro callejero con acróbatas, magos, payasos y saltimbanquis que proponen espectáculos de calle en el corazón de las 5 bastidas de Rouergue (Villefranche, Najac, Villeneuve, Sauveterre, La Bastide l'Évêque).

Festival de los templarios

¡Una de las carreras de trail más importantes y populares tiene lugar todos los años, en octubre, en Millau! El Festival de los Templarios ofrece 16 carreras que van desde los 9 a los 106 kilómetros y reúne cerca de 45.000 personas en torno al salón del trail, que se organiza durante el festival.

¡Encontrad la agenda de vuestras salidas en la aplicación **sortir-aveyron.com**

En un clic, descubrid todos los eventos del Aveyron: visitas, conciertos, exposiciones, ocio… Una fecha, un lugar, un centro de interés… ¡y encontrado!

Capturadme

EL VIADUCTO DE MILLAU, EL GRANDE DE LOS GRANDES

Un gigante de acero y hormigón

Diseñado por el ingeniero francés Michel Virlogeux y perfilado por el arquitecto inglés Sir Norman Foster, el Viaducto de Millau entró en funcionamiento en 2004, después de catorce años de estudios técnicos y tres años más de obras.

Como parte de la autopista A-75, enlaza el Causse Rouge y el de Larzac atravesando el valle del Tarn. Siguiendo las indicaciones del arquitecto y de los colectivos del Aveyron, el viaducto se eleva discretamente en medio de un paraje imponente. Su fino piso por tablero, sostenido por tirantes de un blanco inmaculado, dibuja una curva ligera y descansa sobre siete pilares esbeltos que le confieren cierto aire de velero.

Es emocionante contemplar esta obra excepcional, de extraordinaria gracia y equilibrio. Tanto si la admiramos desde uno de los puntos de vista panorámico habilitados, como si pasamos por debajo en canoa por el Tarn, como si lo sobrevolamos en parapente o lo cruzamos dentro del coche, este puente nos asegura una experiencia única...

El viaducto en cifras

El Viaducto de Millau es una obra atirantada con **2460** metros de longitud, con un pilón P2 que da al valle con sus **242** metros de altura. La cima del vano termina a **343** metros, es decir, **13** metros más alto que la Torre Eiffel.

El piso de acero, que termina a **270** metros por encima del Tarn, pesa **36 000** toneladas, es decir, cinco veces la Torre Eiffel o el equivalente a **70** trenes de alta velocidad.

300 hombres y mujeres trabajaron en la construcción de esta obra de arte que costó **400** millones de euros.

El Viaduc Expo

¡Para una inmersión más real que natural en el universo del gigante de hormigón y acero, visitad el Viaduc Expo! Maqueta de la obra, imágenes de la construcción y de la explotación revelan la otra cara de la moneda de la obra de todos los récords.

En el corazón de un antiguo aprisco donde se combinan la autenticidad y la modernidad, también encontraréis la tienda oficial del viaducto de Millau, para llevaros un recuerdo de vuestro paso…

❶ Área del viaducto de Millau

❷ Sendero de los exploradores

Una parada indispensable

Acondicionada en una antigua granja de los causses (mesetas calcáreas de la zona), el área del viaducto de Millau invita a descubrir esta proeza arquitectónica, pero también el patrimonio natural, cultural y gastronómico del Aveyron.

Pasead hasta el mirador y disfrutad de una vista impresionante del viaducto. ¡Un lugar imprescindible para una foto de recuerdo!

Área del Viaducto de Millau
www.tourisme-aveyron.com - Tel. : +33-565 754 012

Carrera Eiffage del viaducto de Millau en el Aveyron

Nacida en 2007, esta carrera bianual se ha convertido en un evento significativo en el mundo de las carreras atléticas. En cada edición reúne a miles de participantes que se lanzan al asalto de este viaducto flotando por encima de Millau y del bonito valle del Tarn.

www.course-eiffage-viaducdemillau.org
#CourseViaducMillau

El Sendero de los Exploradores

¿Cómo ha crecido este gigante? ¿De qué está hecho? ¡Sigue la guía para verlo y saberlo todo! Pedagogía y sociabilidad están en el programa de esta visita accesible para todos, pequeños y mayores, técnicos y aficionados.

Punto culminante del espectáculo: acceder al mirador privado situado bajo el denominado tablero, (la plataforma sobre la que se desplazan los vehículos) y disfrutar de una magnífica vista de la obra.

¡Venid a vivir la experiencia en familia, solo o con amigos!

Más información

-
www.leviaducdemillau.com

Para saberlo todo del viaducto

Capturadme

Una nave en el centro de la ciudad

Instalado en el corazón de un jardín público de tres hectáreas, el museo Soulages es un puente entre los nuevos barrios y el centro histórico de Rodez. Diseñado por el estudio catalán RCR Arquitectes, asociados al estudio de arquitectos Passelac et Roques, el edificio, decididamente moderno y depurado, se compone de volúmenes de paralelepípedos comparables a cajas sabiamente ensambladas. El conjunto está revestido de acero Corten, un material que, al oxidarse, crea una pátina que va del rojo al marrón y que recuerda el trabajo del pintor aveyronés mundialmente conocido Pierre Soulages. En el interior, a las salas altas y claras le suceden espacios más bajos y oscurecidos, produciendo ambientes luminosos muy diferentes y deliberadamente alternados. El artista, no queriendo un museo monográfico de más de 1.700 m2 destinados a presentar solo su obra, dejó una sala de 500 m2 que permite acoger exposiciones temporales.

10 ANS
musée soulages RODEZ

Una donación única para un fondo notable

El museo alberga la colección más importante del mundo de obras del pintor y grabador Pierre Soulages (1919-2022), nacido en Rodez. Obras de juventud, pinturas sobre lienzo, pinturas sobre papel, incluyendo los preciosos Brous de noix (nogalinas), el conjunto de obra impresa, los bronces, el jarrón de Sèvres y los trabajos preparatorios de los vitrales de Conques.

La particularidad del museo es mostrar el vínculo existente entre las obras de Pierre Soulages y el proceso de la creación artística, a lo largo de la carrera del artista.

Desde 2020, el museo se ha enriquecido con donaciones importantes: ofrece ahora una panorámica desde 1934, primeras obras figurativas, hasta 2019, con el gran Outrenoir (ultranegro), pintado el año en que el pintor cumplía los 100.

En 2024, le musée présente dans une salle des collections permanentes la quatrième donation consentie par Colette Soulages en juin 2023. Cette présentation des sept Outrenoirs (œuvres majeures de 1999 à 2022, dont la dernière Peinture 102 X 130 cm 15 mai 2022) s'inscrit au cœur d'une présentation plus générale d'un nouvel accrochage des collections.

Más información

-

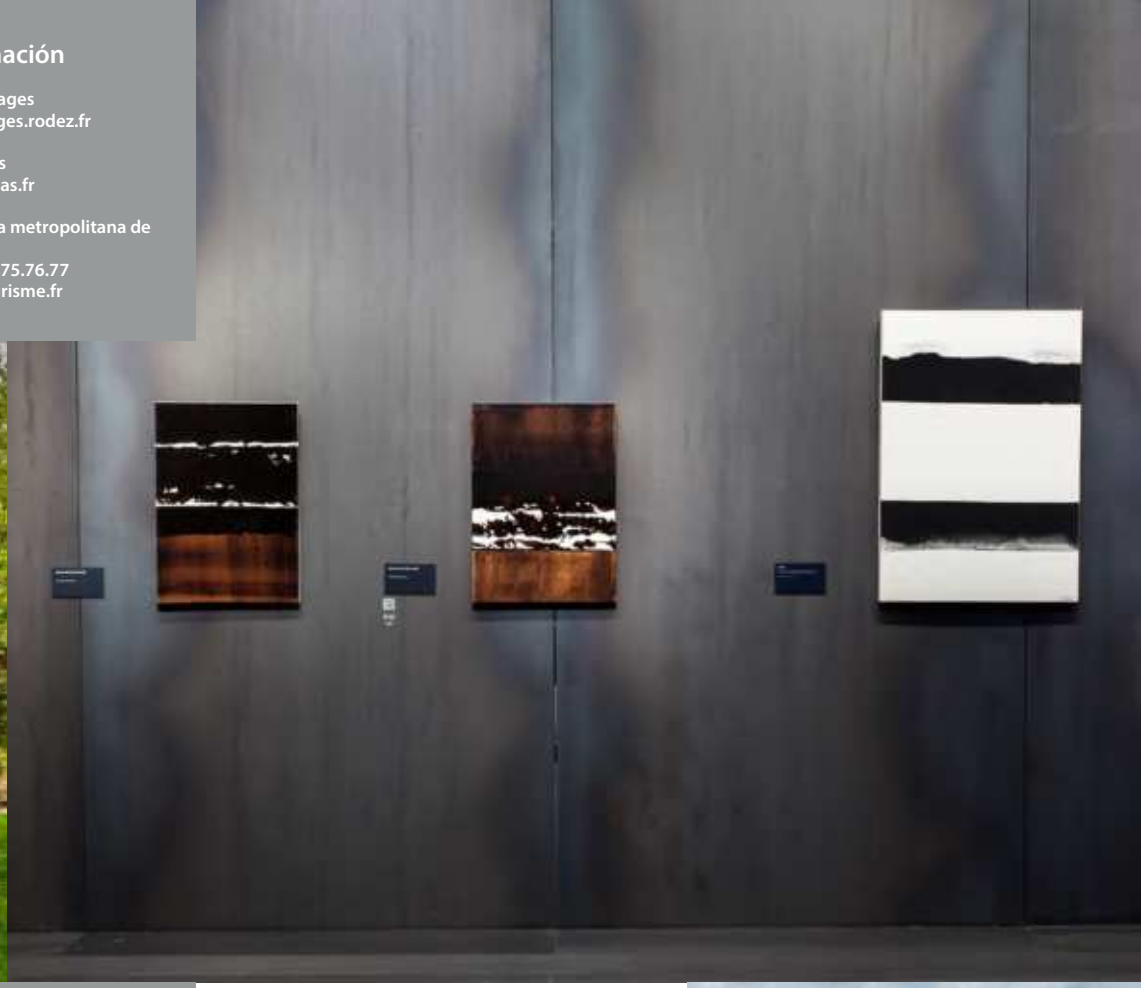
Museo Soulages
www.musee-soulages.rodez.fr

-

Café Bras
www.cafebras.fr

-

Oficina de Turismo del área metropolitana de Rodez
Tel. : +33(0)5.65.75.76.77
www.rodez-tourisme.fr



Lugar imprescindible dedicado a Pierre Soulages, el museo acoge también, a lo largo del año, notables exposiciones temporales. Los visitantes tienen así el placer de admirar obras inéditas de Pierre Soulages o bien composiciones de numerosos artistas y corrientes distintas: Fernand Léger, Gaston Chaissac y el grupo de los CoBrA (bajo el signo de la serpiente), Soto (una retrospectiva de este artista), Yves Klein (gritos azules), creaciones de Miguel Chevalier, Le Corbusier, Gutai (el espacio y el tiempo)…

Pierre Soulages, pintura 390 x 130 cm, 17 de marzo de 2019. Donación de Pierre y Colette Soulages, museo Soulages Rodez. ADAGP 2023

Un lugar de vida

Visitas guiadas, recorridos de descubrimiento, juegos interactivos, talleres prácticos y cuadernos de actividades se proponen a las familias para facilitar la comprensión y la apropiación de la obra de Pierre Soulages. Además de las salas expositivas, el museo cuenta con un auditorio, un centro de documentación con biblioteca, sala de lectura y de trabajo, una librería y una tienda. Como la alimentación del espíritu va a menudo acompañada de la del estómago, el museo Soulages también ofrece un espacio gourmet concebido por los chefs Michel y Sébastien Bras. En el mostrador se comen rápidamente platos identitarios del Aveyron adaptados a una carta creativa. En el restaurante, el menú único del día se basa en una cocina contemporánea renovada diariamente en función del mercado.

+ sobre las vidrieras de Conques realizadas por Pierre Soulages en página 34

Encontrad todas las exposiciones del museo Soulages en nuestra agenda "Sortir en Aveyron" (Salir en el Aveyron)

Capturadme

El Aubrac, el extremo del mundo

Espacio de libertad

En el norte del departamento, la alta meseta volcánica y granítica del Aubrac es una región aparte.
Entre estepa siberiana y highland escocés, su naturaleza intacta constituye un marco cautivador.
Hacer eslálom en la nieve entre los abetos, admirar los narcisos en los prados, pescar la trucha en aguas cristalinas... En este paisaje lunar que se extiende hasta donde alcanza la vista, cada día hay nuevas aventuras, tanto si se recorre a pie siguiendo los pasos de los peregrinos de Santiago-de-Compostela, como en BTT sobre los caminos de transhumancia trazados por los rebaños, o simplemente sentado alrededor de una buena mesa para saborear un aligot, un tipo de puré con queso tradicional.

Dos pueblos emblemáticos

El pueblo de Aubrac es indisociable de la vía Podiensis, una de las vías más frecuentadas que se inicia en Puy-en- Velay para llegar a Santiago-de-Compostela. Lo constatan la domerie, un monasterio-hospital construido en el siglo XII para que los pobres y los peregrinos se recuperaran y se protegieran del mal tiempo y los bandoleros. Laguiole designa un queso, pero también designa un cuchillo legendario conocido y reconocido en todo el mundo y asimismo es el nombre de un pueblo. De la plaza del ferial, donde reina orgullosamente un toro de bronce que dicen que trae suerte, la ascensión hasta la iglesia ofrece una vista panorámica de las casas de basalto y granito cubiertas de techos de losas de pizarra.

Para conocer mejor el Aubrac, degustar y oler, no os perdáis la Maison de l'Aubrac, en el pueblo de Aubrac.

El Parque Natural Regional del Aubrac

Provisto de un patrimonio de identidad preservado y un notable patrimonio medioambiental y cultural, el Aubrac tiene la intención de preservar y mejorar esta riqueza, a veces vulnerable, gracias a la clasificación del Parque Natural Regional.
El 2018 ha marcado la entrada del Aubrac en la familia de los Parques Naturales Regionales, lo cual permitirá su reconocimiento como un territorio excepcional por su identidad y por su patrimonio natural, cultural y paisajístico extraordinarios.

2

1. El pueblo de Aubrac
2. La Maison de l'Aubrac
3. Vaca de la raza Aubrac
4. Queso de Laguiole
5. Boralde
6. Fiesta de la trashumancia
7. Cuchillo Laguiole

La raza Aubrac

Con los ojos maquillados con khol, la vaca Aubrac se reconoce desde lejos. Criada para trabajar y producir leche y carne, seguramente habría sido reemplazada por razas más rentables si no fuera por un puñado de agricultores tenaces que alabaron sus notables cualidades (adaptabilidad, fecundidad, robustez) para evitar su desaparición a finales de los años setenta. Asociada con las cabañas, en las que se transformaba su leche en tome fraîche (queso cuajado poco fermentado típico de la región) y en fourme (queso conservado) durante el veranero, contribuye a la elaboración de productos tan buenos que va a resultar convertirse en animal de culto.

Todos los años, al terminar el mes de mayo, tiene lugar la gran fiesta popular de la transhumancia. Ornadas con flores, pompones, rosetones y otras cintas, las vacas salen del establo para ir a las vastas extensiones de hierba de la meseta, de donde volverán en octubre, para la davalada (el descenso o bajada de las vacas).

Más información

-

TOURISME EN AUBRAC
12210 Laguiole

Tel. +33(0)5.65.44.35.94
www.tourisme-en-aubrac.com

12470 Saint-Chély-d'Aubrac
Tel. +33(0)5.65.44.21.15

12420 Argences-en-Aubrac
Tel. +33(0)5.65.66.19.75

12460 Saint-Amans-des-Côts
Tel. +33(0)5.65.44.81.61

12600 Mur-de-Barrez
Tel. +33(0)5.65.66.10.16

-

OT DES CAUSSES A L'AUBRAC
12130 Saint-Geniez d'Olt et d'Aubrac
Tel. +33(0)5.65.70.43.42
www.causses-aubrac-tourisme.com

+ sobre el cuchillo páginas 40-41
+ sobre la transhumancia página 6-7
+ sobre los deportes de invierno página 52
+ sobre Michel Bras página 59

Capturadme

Descubre el Aubrac

Las gargantas del Truyère y el Carladez, tierra de príncipes

Tierra de fastuosidad

Seis meses después de que Alberto II de Mónaco visitase la torre fortificada que lleva su nombre en la ciudad medieval de Mur-de-Barrez en primavera de 2014, el príncipe Alberto concedió el título de condesa del Carladès a su hija Gabriella. Otorgado por Luis XIII a los príncipes de Mónaco a cambio de las tierras perdidas en Italia, el Carladez desprende la grandeza y la majestuosidad de sus monarcas.

Sus tesoros patrimoniales están rodeados por dos gigantes de la naturaleza: el Plomb del Cantal (el volcán más grande de Europa) y la meseta del Aubrac.

Es un marco magnífico que invita a ponerse las zapatillas para pasar por los seis recorridos temáticos de los Sentiers de l'Imaginaire.

Las gargantas del Truyère: un castillo de agua

El Truyère, afluente del Lot, ha creado con el paso del tiempo unas profundas y majestuosas gargantas. Un paisaje natural con una belleza grandiosa, sorprendente y contrastada: islas y penínsulas, circos a orillas lejanas, meandros misteriosos, valles arbolados... Las vistas desde el torreón del castillo de Valon cortan la respiración.

El caudal del agua ha permitido la construcción de una serie de presas hidroeléctricas cuyas retenciones artificiales forman lagos donde poder disfrutar de un picnic, bañarse, pescar o practicar deportes náuticos. En Sarrans hay un embalse de agua de 1000 hectáreas y desde la magnífica península de Laussac se puede contemplar un maravilloso amanecer o atardecer.

+ sobre los Sentiers de l'Imaginaire página 49

Más información

-

TOURISME EN AUBRAC
www.tourisme-en-aubrac.com

12420 Argences-en-Aubrac
Tel. : 05.65.6619.75

12600 Mur-de-Barrez
Tel. : 05.65.66.10.16

12460 Saint-Amans-des-Côts
Tel. : 05.65.44.81.61

-

OT TERRES D'AVEYRON
12140 Entraygues-sur-Truyère
Tel. +33(0)5.65.44.56.10
www.tourisme-entraygues.com

1 Gargantas del Truyère
2 Península de Laussac
3 Sentiers de l'imaginaire
4 Entraygues-sur-Truyère

+ sobre los castillos páginas 38-39
+ sobre la pesca páginas 50-51

Capturadme

Más sobre las gargantas del Truyère y el Cardelez

Conques
y el pequeño valle de Marcillac: un viaje fuera del tiempo

Dulzura de vida

A 20 km de Rodez, el pequeño valle de Marcillac es un enclave mediterráneo que emana tranquilidad. Tierra rojiza, pueblos con carácter, mansiones y casas señoriales, capillas colgantes...

Un cajón de sastre que nos acerca al Midi. Aquí, se ajusta el reloj a la hora española, se holgazanea los domingos por la mañana entre los puestos del mercado de Marcillac para catar los productos de la tierra antes de sentarse en la terraza de un bar. Por la tarde, se puede ir de excursión por Conques y pasear al lado de la cascada de Salles-la-Source. Aquí solo vale una cosa: carpe diem.

Conques, una ciudad pintoresca

Al norte del valle, esta ciudad, parada importante en el camino de Santiago, es un tesoro.

Casas de esquisto con fachadas entramadas y cubiertas de losas de pizarra escalonadas conforman un conjunto con mucho carácter.

Por sus calles adoquinadas se llega a dos maravillas del patrimonio universal: la abadía románica y el tesoro.

Explora la Ruta del Vino AOP Marcillac

y comparte el saber hacer de viticultores apasionados
www.tourisme-aveyron.com
rubriques « Que ver y hacer» et « Saborear»

vignobles & découvertes

Vive una experiencia en el corazón de los viñedos de Marcillac

Capturadme

Luz y poesía en el País de Conques

¿Conocéis las "lumigrafías" de Bastian Carré? Sus creaciones luminosas, de una extremada finura, tienen su espacio dedicado en un edificio de rara singularidad en Saint-Cyprien-sur-Dourdou. Mezclando patrimonio y poesía, Les Chambres de Lumière ofrecen un viaje desconcertante de ligereza en un laberinto de salas que parecen haber esperado siglos para servir de marco de las piezas expuestas. En una visita guiada (bajo reserva previa) podréis descubrir el taller del creador que os explicará su trabajo y os acompañará en el mundo que ha creado.

www.leschambresdelumiere.fr

Más información

OT CONQUES-MARCILLAC
12320 Conques
Tel. +33(0)5.65.72.85.00

12330 Marcillac
Tel. +33(0)5.65.71.13.18
www.tourisme-conques.fr

❶ El pequeño valle de Marcillac
❷ Conques

+ sobre Conques en página 42
+ sobre el vino de Marcillac página 68
+ sobre el chef galardonado Hervé Busset páginas 70-71

El valle del Lot

Por el medio pasa un río

El Lot atraviesa el norte del Aveyron de este a oeste. El primer tramo es un cinturón dorado donde se juntan varias ciudades suntuosas, tres de las cuales están clasificadas entre los **Pueblos más bonitos de Francia: Sainte-Eulalie-d'Olt, Saint-Côme-d'Olt y Estaing.** Tienen un patrimonio arquitectónico importante (al igual que Espalion, Saint-Geniez-d'Olt y Entraygues-sur-Truyère), testigo viviente de la rica historia del país de Olt.

Río abajo, el caminante ve sus esfuerzos recompensados al acceder a los pueblos colgantes de Fel y La Vinzelle al descubrir la impresionante panorámica sobre el valle. Más allá, el río se calma y se ensancha para dejar lugar a los cultivos hortícolas del sector de Livinhac-le-Haut, la última parada antes de la frontera con el departamento colindante del Lot, Capdenac.

El *estofinado*

Introducido en Francia por los soldados de Luis XIV después de las guerras de Holanda, el pescado seco llegó en al Aveyron por medio de los barqueros ruergatos. Con las redes cargadas de carbón, vino y cereales, bajaban por el Lot hasta el puerto de Burdeos, de donde traían sal, especias y bacalao seco. El famoso pescado se ha convertido en el ingrediente base del estofinado, un plato que se compone de patatas, huevos, aceite de nuez, ajo y perejil.

Dos formas de descubrir el Lot

CON diez salas lúdicas, el espacio escenográfico Terra Olt, en Saint-Parthem, nos adentra en la vida de los hombres del valle a principios del siglo pasado. Para una escapada cultural y gastronómica en armonía con la naturaleza, sube a bordo del barco eléctrico Olt, para un crucero de descubrimiento o de restauración con especialidades locales. La originalidad de una comida o de una cena sobre el agua para saborear, en familia o con amigos, y con total tranquilidad en el corazón del Vallée du Lot. Independientemente de tus gustos, ¡seguro que tenemos un crucero para ti!

1. Espalion
2. El espacio Terra Olt
3. Bateau l'Olt, paseo y restauración en el Lot
4. Claustro de Saint-Geniez-d'Olt

En las entrañas de Bozouls

Entre Rodez y Espalion, sobre el balcón panorámico de la plaza del ayuntamiento de Bozouls, la contemplación de las casas colgadas al borde del precipicio es vertiginosa. A 100 metros bajo sus cementos (y bajo nuestros pies) se encuentra una de las curiosidades naturales más bellas del Aveyron: el cañón de Bozouls.

Durante milenios y milenios, el río Dourdou ha excavado en la roca calcárea de esta tierra un barranco de 400 m de diámetro con forma de herradura.

Entre patrimonio minero y arte callejero

Hoy en día, los municipios urbanos de Pays Decazevillois reviven y se ilustran mediante dos circuitos de arte contemporáneo con recorridos de street art formados por una treintena de frescos murales monumentales. ¡No te los pierdas! Hay otras creaciones artísticas en curso en el Vallée du Lot.

Para saber más

-

OT DES CAUSSES A L'AUBRAC
12130 Saint-Geniez d'Olt et d'Aubrac
Tel. +33(0)5.65.70.43.42

12130 Sainte-Eulalie d'Olt
Tel. +33(0)5.65.47.82.68

www.causses-aubrac-tourisme.com

-

OT TERRES D'AVEYRON

12340 Bozouls

12140 Entraygues-sur-Truyère

12500 Espalion (et Saint-Côme-d'Olt)

(12580 Villecomtal)

Tel. +33(0)5.65.44.10.63
www.terresdaveyron.fr

-

OFICINA DE TURISMO Y TERMALISMO DE LA MANCOMUNIDAD DE DECAZEVILLE
12300 Flagnac
Tel. +33(0)5.65.63.27.96
12110 Cransac-Les-Thermes
Tel. 05.65.63.06.80
12300 Decazeville
Tel. 05.65.43.18.36
www.tourisme-paysdecazevillois.fr

-

OT DU PAYS DE FIGEAC - BUREAU DE CAPDENAC-GARE
12700 Capdenac-Gare
Tel. +33(0)5.65.64.74.87
www.tourisme-figeac.com

Capturadme

Revivid la epopeya industrial de Decazeville

+ sobre los Pueblos más bonitos de Francia páginas 28-29
+ sobre la pesca páginas 50-51
+ sobre el chef galardonado Guillaume Viala página 58

5 Excursionistas en Estaing
6 Cañón de Bozouls
7 Arte callejoro en Aubin, Wild Drawing

Bienvenido a la región de las bastidas: de las gargantas del Aveyron al Ségala

Seguid el río Aveyron en su parte más salvaje, en el corazón de las gargantas y descubrid las bastidas (pueblos medievales) del Rouergue.

Desde Najac, con su fortaleza encaramada sobre un espolón rocoso hasta Villeneuve, esta bastida-sauveté (zona de refugio alrededor de una iglesia en la Edad Media) sobre los causses, pasando por Villefranche de Rouergue y su majestuosa colegiata, sumergiros en la historia de la Edad Media.

Disfrutad de la naturaleza paseando a pie o en bicicleta, remad en el río Aveyron, tomad altura gracias a un ultraligero y admirad los mil y un matices de estos paisajes de verdes colinas.

¡Un soplo de aire puro al alcance de la mano!

Seis de las aproximadamente 300 ciudades fortificadas erigidas en el suroeste de Francia en el siglo XII se encuentran dentro de esta zona.
Vale la pena contemplar su planificación urbanística innovadora y su arquitectura (v. páginas 30-31).

Lugares excepcionales

En el corazón de Aveyron se encuentran tesoros como el castillo de Bournazel, el lugar medieval de Peyrusse-le-Roc y el pueblo de Belcastel. El castillo renacentista de Bournazel es un lugar imprescindible de Aveyron, además de ser una verdadera joya arquitectónica. El pueblo cuenta con varios testigos de su riqueza histórica, desde la Edad Media hasta la Revolución francesa. Visitar Bournazel es viajar en el tiempo y en las épocas. Por otra parte, el lugar medieval de Peyrusse-le-Roc que ofrece al público unas maravillosas vistas de los vestigios de una ciudad medieval formada por las torres del Roc del Thaluc, la iglesia Notre-Dame de Laval y sus doce capillas laterales. ¡Un descubrimiento para vivir emociones inolvidables!

Belcastel, clasificado como uno de los Pueblos más Bonitos de Francia, es una de las joyas del departamento. La calma de su río lo convierte en un lugar ideal para evadirse. El castillo medieval, que domina con orgullo el valle del Aveyron, propone increíbles exposiciones a lo largo de todo el año.

El Ségala, carácter salvaje

Una tierra de temperamento firme, orgullosa de su naturaleza, de su patrimonio y de su saber hacer. Recorred sus rutas de senderismo para descubrir sus tesoros escondidos: capillas milenarias, vestigios de castillos, proezas arquitectónicas… Dejaros embriagar por sus caminos sinuosos, desde el corazón de sus valles hasta sus miradores más altos, como el Roc de Miramont y la capilla de Rieupeyroux. Pasead por las callejuelas de sus bastidas y pueblos de innegables encantos. Conoced a sus habitantes, cuya generosidad iguala la belleza preservada de sus paisajes.

Viaducto del Viaur, un encaje aéreo

Un gigante de metal construido por el ingeniero Paul Bodin en 1902: 116 m de alto, 460 m de largo, 3734 toneladas de acero. Este gigante se apoya en un arco central de 220 m según la técnica de arcos equilibrados con una llave articulada en el centro, única en Francia. Es una de las tres obras metálicas del siglo XIX, catalogadas como monumento histórico desde 1984.
Dos rutas de senderismo son accesibles alrededor de las pilas del viaducto: ¡la oportunidad para descubrirlo en todas sus facetas!

Para descubrir el conocimiento :

+ sobre el arte y el saber hacer páginas 40-41
+ sobre los chefs galardonados páginas 58

1. Belcastel
2. Peyrusse-le-Roc
3. Villefranche-de-Rouergue
4. Cartuja de Saint-Sauveur en Villfranche-de-Rouergue
5. El Ségala
6. Valle y viaducto de Viaur
7. Valle y viaducto de Viaur
8. Castillo de Bournazel

Más información

OT BASTIDES ET GORGES DE L'AVEYRON
12200 Villefranche-de-Rouergue
12270 Najac
12260 Villeneuve d'Aveyron
Tél. +33(0)5.36.16.20.00
www.bastides-gorges-aveyron.fr

OT PAYS RIGNACOIS
12390 Rignac
Tél. +33(0)5.65.80.26.04
12390 Belcastel
Tél. +33(0)5.65.64.46.11
12390 Bournazel (julio-agosto)

OT DU PAYS SÉGALI
12800 Naucelle
Tél. +33(0)5.65.67.16.42
12160 Baraqueville
Tél. +33(0)6.15.30.29.21
12800 Sauveterre-de-Rouergue
Tél. +33(0)5.65.72.02.52
www.tourisme-aveyron-segala.fr

OT AVEYRON SÉGALA
12240 Rieupeyroux
+33(0)5 65 65 60 00
12200 Le Bas Ségala (estacional)
+33(0)5 65 81 13 94
12440 La Salvetat Peyralès (estacional)
+33(0)5 65 81 88 43
www.tourisme-aveyron-segala.fr

OT ET DU PLATEAU DE MONTBAZENS
12220 Montbazens
05 65 63 77 94
12220 Peyrusse-le-Roc
05 65 80 49 33
www.plateau-de-montbazens.com

Capturadme

Entrad en un castillo del Loira… ¡en el Aveyron!

Rodez
el arte de vivir

¿Y si nos «lanzamos al asalto» de Rodez?

Irremediablemente atraídos por el campanario, las calles de su ciudad nos dan ganas de «perdernos» por ellas. Mientras deambulamos por sus calles, aprendemos una auténtica lección de arquitectura.
Detrás de la catedral, las preciosas callejuelas pavimentadas nos conducen al descubrimiento de un rico patrimonio arquitectónico. A la vuelta de una esquina aparece una mansión o se erige una torre. Tras la prolongación de la torre se abre la ciudad contemporánea. ¡Los amantes de la arquitectura y de la historia estarán encantados!

Capturadme

Descubrid la ciudad de Rodez

+ sobre el Museo Soulages y el Café Bras páginas 10-11

GRANDS SITES Occitanie SUD DE FRANCE

¿Y si cambiamos aires en familia?

¿Y si cambiamos de aires en familia?
Los circuitos de BTT os invitan a mantener la cabeza en el manillar. ¡Respirad! Haced un paseo: ¿os apetece el recorrido de Layoule o el paseo por el Domaine de Vabre (un gran parque cercano a Rodez)? ¿Ganas de verde? El golf de 18 hoyos os aportará evasión y paisajes grandiosos. ¿Más bien ganas de aventura? Dirigíos al parque de aventuras de Combelles para jugar a Tarzán. ¿Un chapuzón? Acabaréis en Aquavallon.
¡Compartid vuestras experiencias! ¡Nos encanta! #RODEZTOURISME

¡Tres museos, una entrada y una experiencia única!

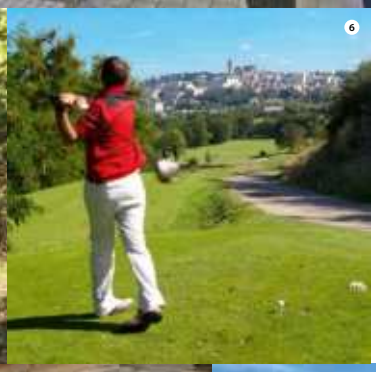
Seguimos la cronología de la historia comenzando por el Museo Fenaille, que alberga en el Hôtel de Jouéry la mayor colección de estatuas-menhires de Francia: 17 piezas originales talladas hace unos 5000 años. Seguimos hasta el siglo XIX traspasando la puerta del Museo Denys Puech, a la vez templo de las bellas artes y espacio de arte contemporáneo. Por último, regresamos al presente y miramos al futuro en el Museo Soulages, que alberga más de 500 obras del pintor «ruthénois», que es internacionalmente reconocida y donde se acoge regularmente exposiciones temporales.

Sévérac-le-Château

El país de Sévérac se encuentra en el cruce de caminos del valle del Aveyron, los grands causses y las gargantas del río Tarn que marcan su entrada. Ciudad auténticamente medieval, Sévérac-le-château conquista a sus visitantes con sus calles adoquinadas, sus puestos medievales y las casas con entramados de madera. No os perdáis la Maison de Jeanne, una de las casas más antiguas del Rouergue (Aveyron) y que data del siglo XIII. En la cima de la colina destaca el castillo, del siglo X. Además de las visitas, el castillo ofrece numerosas actividades: espectáculo para todo tipo de público, actividades históricas y lúdicas…

Un espectáculo de luz y sonido que no os podéis perder

Id a descubrir la historia de Sévérac-le-Château y sus alrededores en un vibrante espectáculo de luz y sonido. Mezcla de fantasía y realismo, los espectadores se dejarán llevar durante 1h45min a través de una veintena de escenarios. Varias fechas entre julio y agosto.
www.spectacle-son-lumiere-aveyron.fr



Laissac : un pueblo de tradiciones

Situado a 25 km al este de Rodez, entre el valle del Aveyron y el causse de Sévérac-le-Château, se encuentra Laissac-Sévérac L'Eglise. El pueblo es célebre por su mercado de ganado, el primero de Francia, que se puede visitar en familia, con amigos o en grupo, con un guía, durante algunas de las vacaciones escolares.

No lejos de aquí, el Domaine des Bourines, antigua dependencia de la domerie d'Aubrac (antiguo monasterio donde el abad tenía el título de dom), agrupa un castillo del siglo XIII e imponentes edificaciones agrícolas todavía en uso (pocilga, carretería, abrevaderos, zona de trilla y granero-torreón fortificado). Otras maravillas se descubren gracias a las visitas guiadas: pueblo fortificado de Vimenet, el torreón y el paraje de Galinières…

Más información

-

OT RODEZ METROPOLITANO
12000 Rodez
Tel. +33(0)5.65.75.76.77
www.rodez-tourisme.fr

-

OT DES CAUSSES A L'AUBRAC
12150 Sévérac d'Aveyron
Tel. +33(0)5.65.47.67.31
http://www.causses-aubrac-tourisme.com

12310 Laissac - Sévérac l'Eglise
Tel. +33(0)5.65.70.71.30

1. Catedral de Rodez
2. Mercado de Rodez
3. Museo Fenaille
4. Maison d'Armagnac à Rodez
5. Paseo en patinete eléctrico
6. Golf
7. Sévérac-le-Château
8. Mercado de ganado en Laissac
9. Domaine des Bourines
10. Espectáculo de luz y sonido de Sévérac-le-Château

Lago de Pareloup y Montes del Lévézou,

Baño, deportes náuticos, máxima energia

100% naturaleza

En el centro del departamento, los colores que predominan en la llanura de Lévézou son el azul y el verde. **En este espacio natural preservado, los campos bordean cinco lagos artificiales (Pareloup, Villefranche de Panat, Pont de Salars, la Gourde y Bages)** creados a raíz de la construcción de un complejo hidroeléctrico. Se han acondicionado con arena o hierba para crear playas con el fin de aprovechar al máximo los placeres del agua. No es nada banal desplazarse hasta aquí para recargar pilas. Satisfechos del baño y las actividades náuticas, podréis visitar los castillos cercanos, que os regalarán una vista panorámica de 360 grados desde la Virgen de los lagos, descubrir el ecosistema singular y frágil de la turbera de los Rauzes o subir hasta el Monseigne para admirar el paisaje y los centenares de mariquitas que anidan en las hendiduras de las piedras durante su período de verano o de hibernación.

1. Lago de Pareloup
2. Lago de Villefranche de Panat
3. Pesca en Pareloup
4. Aquapark - Lago de Pont-de-Salars
5. Camping

El mar en el monte

Pareloup: la quinta presa más grande de Francia, la segunda del sur, con 1.290 hectáreas de superficie, 130 km de orillas... El entorno invita a meterse en el agua. Muy apreciadas por los amantes de vela, jet-ski, remo o kite-surf, las ensenadas salvajes de este mar interior también son un lugar privilegiado para los amantes de la pesca de carnívoros que atrapan luciopercas y lucios de gran tamaño.

Y por supuesto, varias playas de ambiente familiar posibilitan el disfrute de los veraneantes.

+ sobre la pesca páginas 50-51

Sendero a lo largo del lago de Villefranche de Panat-Alrance

Andar, correr, pedalear, pasear, etc., esto es todo lo que ofrece el sendero a lo largo de más de 10 km a orillas del río. Los alrededores de estas orillas pueden recorrerse a pie, en bicicleta, en patinete o incluso en silla de paseo, es posible seguir su contorno muy cerca del agua.

Más información

-

OT PARELOUP-LÉVÉZOU
Tél. +33(0)5.65.46.89.90
12290 Pont-de-Salars
12410 Salles-Curan
12430 Villefranche-de-Panat
12120 Arvieu (juillet et août)

www.levezou-aveyron.com

Micropolis, la Ciudad de los Insectos

¡ Una opción excepcional para descubrir insectos, la naturaleza y la biodiversidad !

Micropolis, situado en el corazón de Aveyron, es el único lugar donde padres e hijos pueden maravillarse, jugar y vivir una experiencia inédita rodeados de animales muy pequeños, pero que nos reservan enormes sorpresas.

Encontrarás más de 40 especies vivas procedentes de todo el mundo, asistirás al baile de las mariposas de mil colores en su invernadero tropical, seguirás el desfile de las hormigas y asistirás a las idas y venidas de las abejas.

Prepárate para pasar a un cine 3D y déjate sorprender por el muro interactivo gigante.

Participa en nuestras animaciones diarias con nuestros animadores apasionados para entender todo mejor, amar y proteger a los animales desconocidos y, sin embargo, indispensables para nuestro planeta.

Para completar el día, el restaurante panorámico del parque deleita con productos locales.

Además de disponer de snack, zonas de pícnic acondicionadas, parques infantiles y tienda.

En savoir plus

-

MICROPOLIS, LA CIUDAD DE LOS INSECTOS
12780 Saint-Léons
Parque con la etiqueta «Divertissement Durable»
+33 (0)5 65 58 50 50
contact@micropolis-aveyron.com
www.micropolis-aveyron.com

Millau, capital de las gargantas y el valle del Tarn

Territorio de sensaciones

En Millau, el acento se vuelve meridional, las cigarras empiezan a cantar y, bajo el sol, uno se deja tentar por el farniente, una partida de petanca o un aperitivo improvisado… La calma antes de la tormenta, pues aquí enseguida nos atrapan las ganas de movernos, hacer algo nuevo e, incluso, de superarnos.

El agua, la tierra y el aire; en este inmenso terreno de juegos, todos los elementos se juntan para que uno se entusiasme. Mojarse la camiseta al bajar por las aguas vivas de las gargantas del Tarn, de la Jonte o de la Dourbie, estar en contacto con los acantilados durante una sesión de escalada o de via ferrata, planear en simbiosis con las rapaces durante un bautismo en parapente. En resumen: vivir el momento.

Capturadme

Descubre las gargantas del Tarn... ¡Como si estuvieras ahí!

Ciudad histórica y capital del guante

Millau se puede visitar como si hojeáramos las páginas de un libro de historia: grutas, dólmenes y menhires de la prehistoria, cerámica de los restos arqueológicos de la Gaufresenque de la Antigüedad, vestigios del Puente Viejo y Torre de los reyes de Aragón de la Edad Media, hoteles particulares del Siglo de las Luces, mercado de estilo Barltard de la era contemporánea y el viaducto de Millau, primera obra de arte del siglo XXI. Estas distintas épocas no están separadas por barreras, sino más bien unidas en una continuidad, tal como demuestra la industria más importante de la ciudad: la piel y la guantería. El saber hacer de excelencia, perpetuado desde hace siglos por fábricas y talleres, hoy está en el punto de mira de la alta costura y de un buen número de famosos.

Grandes parajes

Dentro de la zona de Millau se encuentran cinco mesetas -Méjean, Noir, Rouge, Larzac y de Sauveterre- profundamente hendidas por las gargantas del Tarn, el Jonte y el Dourbie, que dibujan un escenario de western entre landas sacudidas por el viento, un caos rocoso y de cañones vertiginosos. Aquí estamos rodeados de inmensidad.

GRANDS SITES Occitanie SUD DE FRANCE

1. Peyre y viaducto de Millau
2. Circo de Tournemire
3. Campanario de Millau
4. La Cité de Pierres (la ciudad de piedras)
5. Gargantas del Dourbie
6. Barranquismo en el Haute Dourbie

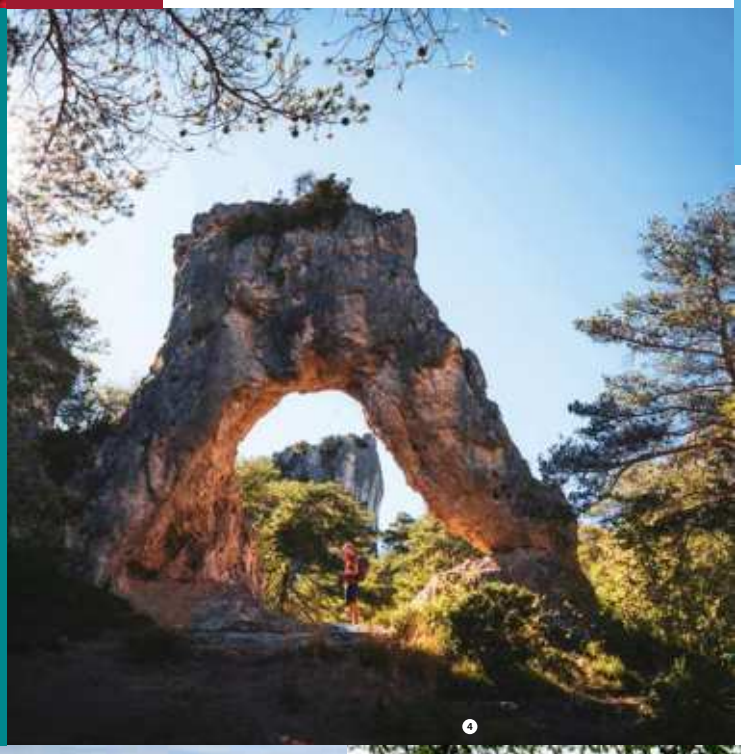
Más información

OT MILLAU GRANDS CAUSSES
12100 Millau
Tél. +33 (0)5 65 60 02 42
12640 Rivière-sur-Tarn
48150 Le Rozier (saisonnier)
www.millau-viaduc-tourisme.fr

OT DU RÉQUISTANAIS
12170 Réquista
Tél. +33 (0)5 65 46 11 79
www.requistanais.fr

La Cité de Pierres

El lugar de Montpellier-le-Vieux, hoy renombrado como "la Cité de Pierres" es una fantástica maraña de rocas, fallas y paredes que nos ofrecen unas magníficas vistas. Joya indispensable del Parque Natural Regional de los Grands Causses, los visitantes tendrán el placer de pasear por estos inmensos laberintos, viajar en el tren turístico, escalar por una via ferrata… y jugar a los aventureros gracias a Explor´Games®, juego de aventura y exploración que mezcla recorridos de orientación, desafíos y enigmas con la ayuda de una tableta.
www.lacitedepierres.com



El valle del Tarn rebosa pequeñas joyas. Emplazado en un paraje de verdor a orillas del Tarn, Lincou es un lugar tranquilo donde es agradable dejarse perder. También es ideal para los apasionados a la pesca.

+ sobre el viaducto de Millau páginas 8-9
+ sobre el arte y el saber hacer páginas 40-41
+ sobre los deportes y las actividades en la naturaleza páginas 44-45

El parque Natural Regional de las Grands Causses

Con una extensión de 327.000 hectáreas, comprende 97 comunas y 66.000 habitantes. Creado en 1995, busca proteger y poner en valor este vasto espacio rural habitado, sus tradiciones, su cultura y su vitalidad.
Desde los causses (mesetas) hasta las praderas del Lévézou y desde las tierras rojizas hasta los contrafuertes de las Cevenas y del Aubrac, el corazón de las Grands Causses late al ritmo de los pasos de las ovejas lecheras de roquefort y de los hombres que las guían.
www.parc-grands-causses.fr

Calma y encantos del Réquistanais

El Réquistanais, emblemático "Pays de la Brebis", cuenta entre sus joyas con el magnífico valle del Tarn. Inmerso en un entorno verde, a orillas del río "Le Tarn", que desde el Mont Lozère discurre hacia Albi y hacia horizontes lejanos, el pequeño pueblo de Lincou es un lugar tranquilo donde invitar a pasear. Un lugar ideal para disfrutar de momentos de relax en familia, practicar actividades acuáticas, disfrutar del placer de la pesca y explorar el GR736.

Capturadme

Adentrarse en el Vallée del Tarn

Una comarca con un destino excepcional

El Larzac es una meseta calcárea llena de rocas y gramíneas, la más grande y más meridional de todas.
En el corazón del Parque Natural Regional de los Grands Causses, sus paisajes, testigos de una tradición pastoril milenaria, se han sido inscritos en el patrimonio universal de la Unesco. En los puntos estratégicos de este territorio azotado por el viento, los templarios y, después, los hospitalarios, instalaron sus cuarteles entre los siglos XII y XIV

Larzac y país de Roquefort, tierras de leyendas

Entre Raspes y tierras rojizas

Al sur de los montes y lagos del Lévézou, se suceden una serie de fenómenos climáticos (fuertes crecidas, largas sequías y fríos cortantes) que han modelado las Raspes, que viene del occitano raspar y significa desfiladeros hendidos, salvajes, rasgados por la erosión. Siguiendo las aguas del Tarn y los abruptos acantilados de esquisto negro se vislumbran unas villas particulares como Brousse-le-Château, uno de los Pueblos Más Bonitos de Francia.
Más al sur, entre la meseta del Larzac, el río Tarn y los montes de Lacaune, el área rojiza de Camarès se parece a Colorado. Entre los numerosos circuitos señalizados, los fans de la BTT aquí rebosan de felicidad.

Capturadme

Descubrir la ruta de los templarios y de los hospitalarios

Causses y Cevenas: siguiendo los pasos de las ovejas

Además del GR-65, en el Aveyron existe un segundo tesoro patrimonio de la humanidad. Los Causses y Cevenas, un paisaje cultural del agropastoralismo mediterráneo, también fueron integrados en la prestigiosa lista de la Unesco en 2011. El lugar, que se extiende sobre más de 300.000 hectáreas al sur del Macizo Central, presenta un paisaje de montañas, inmensas mesetas y profundos valles esculpidos por los años con la acción del hombre y sus rebaños. Los apriscos, los caminos de trashumancia y los llamados lavognes, cavidades naturales convertidas en abrevaderos, son testigos de esta actividad agropastoral, mientras que los pueblos de piedra reflejan la organización de los monasterios y órdenes religiosas a partir del siglo XI. Anímate a descubrir a descubrir este territorio cargado de historia que tiene la firme voluntad de perpetuar las tradiciones que lo han modelado.

www.causses-et-cevennes.fr

Roquefort, un milagro de la naturaleza

Hace millones de años, la actividad sísmica y la alternancia de las glaciaciones y las templanzas propiciaron el hundimiento de la cornisa de la meseta del Combalou. Este accidente geológico dio lugar al nacimiento de las fleurines, unas fisuras naturales que ventilan una cavidad de 2 km de largo por 300 m de ancho, y mantienen una temperatura y una humedad constantes. Es dentro de estas cavas donde madura y se refina el rey de los quesos, para el mayor placer de nuestros paladares.

Un queso mítico

La anécdota cuenta que un pastor había dejado su rebaño, su pan y su queso de oveja dentro de la montaña de Combalou para seguir a una chica. Cuando volvió a buscarlos unos días más tarde, su tentempié estaba cubierto de moho.

Pero como tenia tanta hambre, se comió el queso igualmente... y lo encontró riquísimo.

Había nacido el Roquefort.

Más información

-

OT PAYS DU ROQUEFORT
ET DU SAINT-AFFRICAIN
12250 Roquefort-sur-Soulzon
Tel. + 33 (0)5 65 58 56 00
www.roquefort-tourisme.fr

-

OT LARZAC ET VALLÉES
12230 Nant
Tel. : + 33 (0)5 65 62 23 64
www.tourisme-larzac.com

-

OT ROUGIER D'AVEYRON SUD
12360 Camarès
Tel. + 33 (0)5 65 49 53 76
www.tourisme-rougier-aveyron.com

La abadía de Sylvanès

En medio de un marco natural y patrimonial de excepción, la antigua abadía de Sylvanès es la cumbre de la cultura, el arte y la espiritualidad de este territorio. Se caracteriza por su arquitectura, su festival de música sacra y por el sosiego que desprende el lugar.

+ sobre los sitios templarios y hospitalarios páginas 32-33

1. Causse de Larzac
2. El Rougier de Camarès
3. Rebaño de ovejas de Lacaune
4. Cavas del Roquefort
5. Abadía de Sylvanès

Capturadme

Nuestra sugerencia para una escapada en coche (road-trip) de fin de semana

1

5

1. Conques
2. Brousse-le-Château
3. Estaing
4. Saint-Côme d'Olt
5. Peyre
6. Belcastel
7. Sauveterre-de-Rouergue

6

Los Pueblos más bonitos del Aveyron

Con 10 lugares clasificados entre los Pueblos más bonitos de Francia, el Aveyron es el departamento francés que tiene más.

Famosos por la calidad excepcional de su patrimonio, estos pueblos han resistido el paso del tiempo sin que ello significara cerrarse al desarrollo ni dar la espalda al futuro.

Conservados y valorizados, no solo son famosos por su patrimonio arquitectónico excepcional, sino también por su historia, por la zona donde se encuentran, su cultura y sus habitantes, que se sienten identificados. **Belcastel, Brousse-le-Château, Conques, Estaing, La Couvertoirade, Najac, Peyre, Saint-Côme-d'Olt, Sainte-Eulalie-d'Olt y Sauveterre-de-Rouergue** llevan al visitante por los caminos de lo insólito y le reservan increíbles sorpresas.

1. Villefranche-de-Rouergue
2. Villeneuve-d'Aveyron
3. Najac
4. Sauveterre-de-Rouergue
5. La Bastide-l'Évêque
6. Rieupeyroux

Las fortificaciones del Rouergue

A principios del siglo XII,

el gran crecimiento demográfico y la necesidad de organizar la vida social y económica condujeron a las autoridades a desarrollar una política de distribución del territorio. Así, entre 1229 y1373, se levantaron más de 300 ciudades fortificadas en el suroeste de Francia. Seis de estas ciudades nuevas de la Edad Media con planificación urbanística innovadora se encuentran en la parte oeste del Aveyron: **La Bastide-l'Évêque, Najac, Rieupeyroux, Sauveterre-de-Rouergue, Villefranche-de-Rouergue y Villeneuve-d'Aveyron.**

Uno puede recorrer el dédalo de pequeñas calles sin temer a perderse, porque todas convergen en una plaza central rodeada de arcos donde antiguamente se concentraban las actividades económica, política y judicial de la ciudad y que en la actualidad vive al ritmo de los mercados, las visitas guiadas, las fiestas y los eventos culturales.

1

1 La Couvertoirade
2 La Cavalerie
3 Viala-du-Pas-de-Jaux
4 Sainte-Eulalie-de-Cernon
5 Saint-Jean-d'Alcas

2

Los sitios templarios y hospitalarios

A finales del siglo XII, las tierras del Larzac fueron concedidas a la Orden del Temple,

donde ésta organizó una red de encomiendas que permitieron contribuir al esfuerzo de la guerra de los caballeros que se habían marchado a Oriente a participar en el mantenimiento de las fortalezas construidas en Tierra Santa para proteger la tumba de Cristo. Los templarios hicieron prosperar **La Cavalerie, La Couvertoirade, Sainte-Eulalie-de-Cernon, Saint-Jean-d'Alcas y Viala-du-Pas-de-Jaux** durante doscientos años, antes de que el papa aboliera la orden y de que sus pertenencias pasaran a manos de los hospitalarios, que a su vez fortificaron las ciudades durante la Guerra de los Cien Años. Los paisajes moldeados por estos religiosos y militares hoy permanecen intactos.

Al pie de los muros milenarios, el tiempo parece que nunca se hubiera parado, y la tierra tiene un perfume de eternidad. Cierra los ojos y escucha.

¿No oyes el ruido de las espadas y de los escudos, el aliento agitado de los soldados dentro de la armadura, preparados para librar batalla?

Los 5 lugares templarios y hospitalarios reservan a las familias un recibimiento atento y una experiencia histórica.

Proponen visitas lúdicas y adaptadas como: escape bag, la caja de historia, visita teatralizada o incluso, un juego de pistas.

Para saber más, visita www.templiers-larzac.com

GRANDS SITES Occitanie SUD DE FRANCE

Conques, tesoro y luz del románico

En el corazón de una zona verde, en la vertiente soleada, se encuentra Conques, que debe su nombre al circo en forma de concha (del occitano conca) donde se estableció. Pocos lugares hay que puedan enorgullecerse de una acumulación de riquezas como este. Conques es una etapa importante de uno de los cuatro grandes caminos franceses que llevan a Compostela. Asimismo, su abadía y el puente que franquea el río Dourdou forman parte del patrimonio universal de la Unesco desde 1998, bajo el título de Caminos de Santiago de Compostela, y forma parte de los Pueblos más bonitos de Francia. Tanto en materia de arquitectura románica, con su abadía, como de orfebrería medieval, con su tesoro, o de arte contemporáneo, con las vidrieras de Pierre Soulages, Conques es una referencia internacional, una obra maestra.

El tesoro

Compuesto por relicarios, el más destacado de los cuales es la célebre Majestad de Santa Fe, es uno de los cinco tesoros de orfebrería medieval más importantes de Europa y el único en Francia que junta tantos objetos de la Alta Edad Media. La palabra tesoro no evoca únicamente la riqueza material y artística de los recubrimientos de oro y plata ornados con piedras, perlas o esmaltes. También hace referencia al culto y a la devoción de las reliquias, sus preciados cuerpos santos que han atraído a innumerables peregrinos y han contribuido al enriquecimiento y a la notoriedad de Conques.

Vivid la experiencia de un viaje a través del tiempo en Conques

Capturadme

El tímpano

Situado en la portalada occidental de la abadía, esta representación del Juicio Final es una de las obras destacadas de la escultura románica de la primera mitad del siglo XII. A 3,60 metros del suelo, el frontón de 6,70 metros de ancho ha permanecido sorprendentemente leíble a pesar de la abundancia de personajes (hasta 124) y la diversidad de escenas. De un lado y de otro de la figura central de Cristo, unos veinte compartimentos ordenados separan los justos y los condenados.

De mayo a octubre, disfrutad de las noches de Conques y vivid una experiencia visual y artística única

Las vidrieras de Pierre Soulages

Pierre Soulages decidió dedicarse a este arte conmovido desde adolescente por la belleza de la arquitectura de la abadía de Conques.

Cuando le propusieron realizar las vidrieras de este tesoro del arte románico, no dudó en trabajar en el proyecto durante siete años, de 1987 a 1994, para producir 104 vidrieras translúcidas.

Más información

Oficina de turismo - Conques-Marcillac
Tel.: +33 (0)5 65 72 85 00
www.tourisme-conques.fr

+ sobre Pierre Soulages y su museo páginas 10-11

1. Vidrieras de Pierre Soulages
2. Majestad de Santa Foy
3. Tímpano de la abacial

Sylvanès, *la abadía encantada*

GRANDS SITES Occitanie SUD DE FRANCE

La abadía cisterciense fue construida en el siglo XII por un caballero que, llamado por la gracia, decidió abandonar el bandolerismo para consagrar su vida a la plegaria y a la penitencia en un lugar apartado.
El monasterio destacó en el ámbito religioso, el social, el económico y el cultural durante varios siglos hasta que la comunidad desapareció y fue abandonado durante la Revolución.
Clasificado como monumento histórico en 1854, el lugar fue comprado por la comuna de Sylvanès en 1970 y un grupo inversor inició su restauración en 1975. Este raro lugar de alquimia cultural experimentó desde entonces un renacimiento extraordinario y más recientemente se ha hecho un lugar entre los centros culturales más importantes en un entorno rural.

Uno de los más importantes lugares de la música clásica

«Los Encuentros Musicales de Conques»

El Centro Europeo de Arte y Civilización Medieval organiza la programación de verano que cuenta con prestigiosos conjuntos instrumentales y vocales que van desde la música medieval hasta las obras contemporáneas, dentro del prestigioso marco de la abadía románica.

Festival internacional de música sacra y músicas del mundo en Sylvanès

La arquitectura particular de la iglesia cisterciense ofrece una acústica extraordinaria. Todos los veranos se escuchan las voces de las tradiciones sagradas del mundo a través de la música, el canto, la poesía y la danza. Este evento de influencia internacional confirma la voluntad de la abadía de promover el encuentro de culturas, religiones y hombres.

Más información
Abadía de Sylvanès
www.sylvanes.com

Para saber más de Sylvanès

Capturadme

1 Abadía de Sylvanès

Museos

El Aveyron cuenta con más de 80 museos que conforman un amplio abanico de temáticas.

En Espalion, lugar donde se inventó, puedes descubrir la primera escafandra submarina autónoma. Los que quieran descubrir los personajes locales, pueden ir al molino de Roupeyrac, a la casa natal del escritor François Fabié en Durenque, al Espace Georges Rouquier en Goutrens y al Ostal Jean Boudou en Crespin.

Los amantes de la naturaleza se pueden sumergir en el mundo infinitamente pequeño de la ciudad de los insectos Micropolis en Saint-Léons, y los apasionados de la historia pueden visitar el Museo de la Mina en Aubin y el de la Memoria en Cransac. Los amantes del arte, después de recorrer las salas del Museo Denys-Puech en Rodez, no se pueden perder el Museo Soulages. Los nostálgicos pueden hacer un come-back y revivir los años sesenta en Villeneuve d'Aveyron y admirar las fotos de Jean-Marie Périer.

Museos del patrimonio aveyronés

No es un museo, sino tres, los gestionados por el departamento que hay que visitar para vivir una experiencia a través del tiempo al corazón de la historia, la identidad y las raíces del Aveyron. Dos de ellos tienen la consideración de "Museé de France", un sello estatal. Hay que abrir las puertas del vasto museo de las artes y oficios tradicionales de Salles-la-Source o las del museo de los usos y costumbres —instalado en la antigua prisión de Espalion— para retomar la historia del departamento y la cotidianeidad de antaño. Por su parte, el espacio arqueológico de Montrozier, presenta los objetos descubiertos en diferentes excavaciones del Aveyron. Los tres museos ofrecen exposiciones temporales, eventos y actividades para toda la familia, de abril a noviembre.

www.musees.aveyron.fr

En Millau, un museo y un sitio arqueológico: El MUMIG

Descubrir excepcionales esqueletos de reptiles marinos, huellas de dinosaurios, todo sobre las cerámicas sigiladas de Condatomagus dispersas por todo el Imperio romano, sentir el bullicio de una industria peletera que hizo de Millau la capital de la guantería a principios del siglo XX o vibrar con el sonido de la célebre voz de Emma Calvé... Hallaréis todo esto, y muchas otras maravillas, en el MUMIG, museo de Millau y de los Grands Causses y sitio arqueológico de la Graufesenque.

La Galerie Jean-Marie Périer

Vosotros, fan de los años sesenta, volved a conectaos con los años locos. En Villeneuve d'Aveyron, Jean Marie Périer, el fotógrafo estrella de las décadas de 1960 y 1970, instaló una exposición permanente en un magnífico edificio del siglo XIII.

Esta galería incluye siete salas de exposiciones con 185 copias enmarcadas de vedetes de la música francesa, inglesa y estadounidense de los años 60.

+ sobre et el museo Soulages páginas 10-11

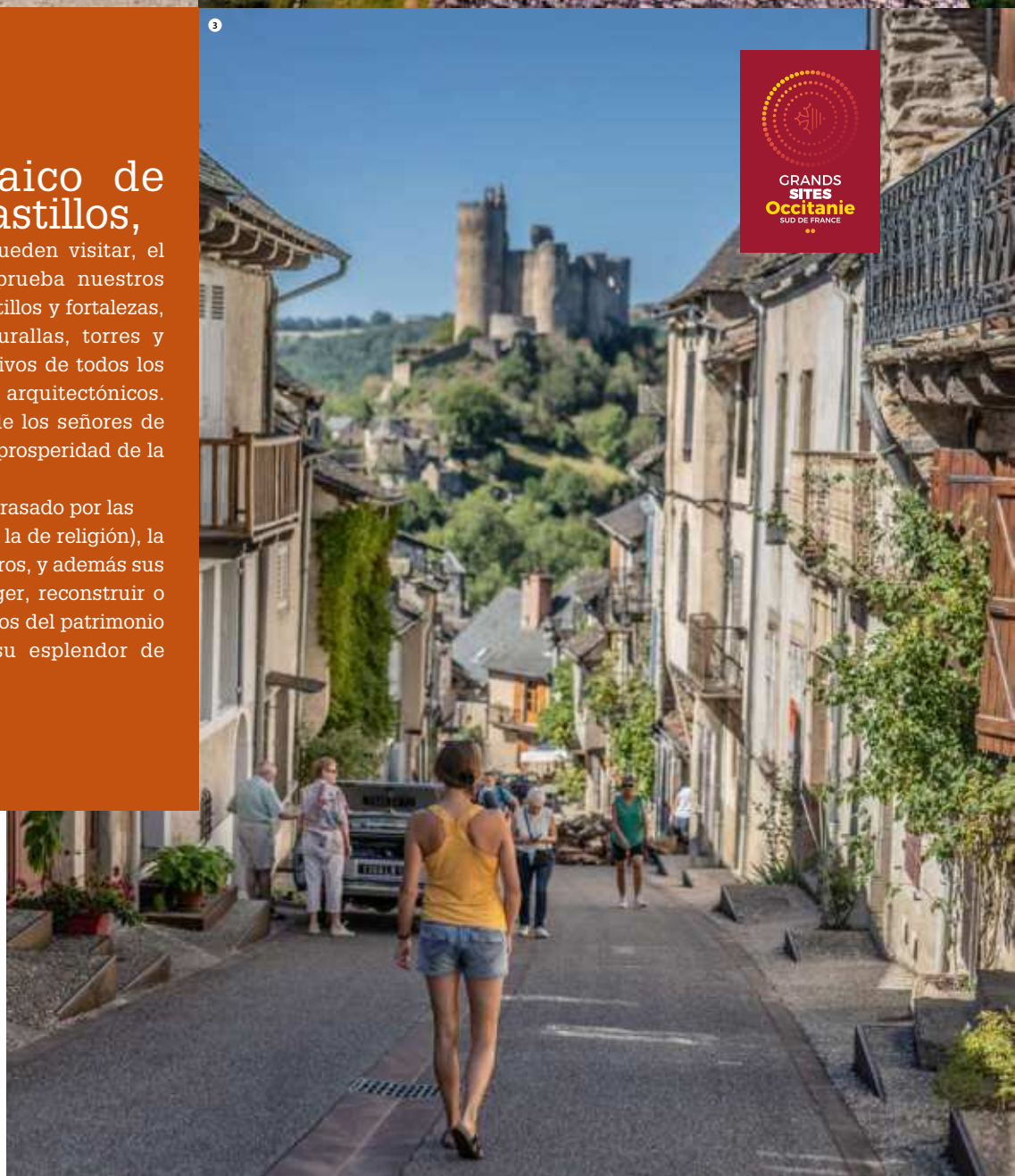
1. Museo de artes y oficios tradicionales de Salles-la-Source
2. Espacio arqueológico de Montrozier
3. Museo de usos y costumbres de Espalion
4. MUMIG, en Millau
5. Museo de Arts Buissonniers, Saint-Sever-du-Moustier
6. Museo de la escafandra en Espalion
7. Museo Fenaille en Rodez
8. Galería Jean-Marie Périer en Villeneuve d'Aveyron
9. Moulin de Roupeyrac

Castillos

Con un mosaico de más de cien castillos,

la mitad de los cuales se pueden visitar, el Aveyron permite poner a prueba nuestros conocimientos históricos. Castillos y fortalezas, ciudades protegidas con murallas, torres y otros fuertes son representativos de todos los periodos y todos los estilos arquitectónicos. Son una muestra del poder de los señores de Rouergue y, más tarde, de la prosperidad de la aristocracia local.

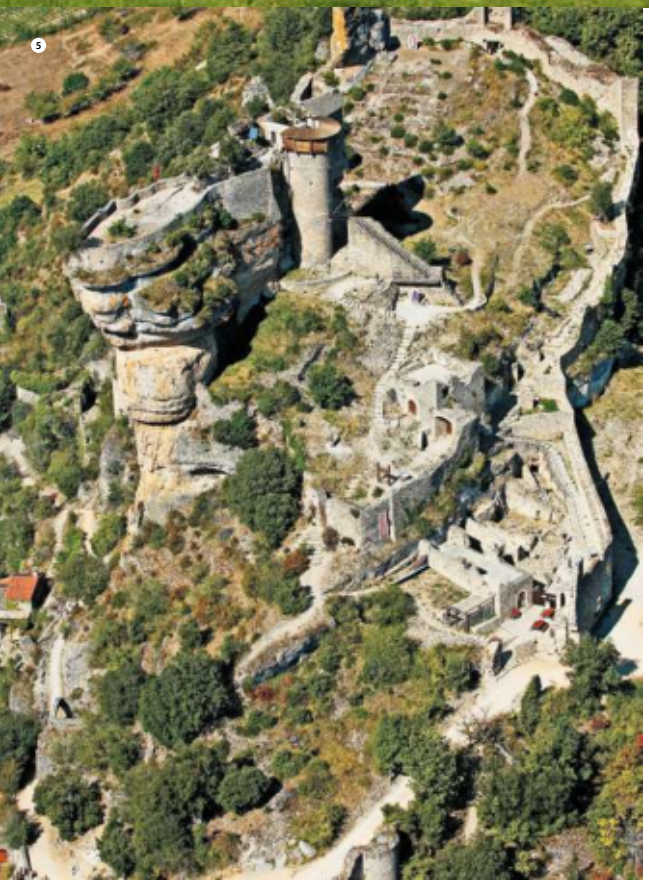
El departamento no ha sido arrasado por las guerras (la de los Cien Años o la de religión), la Revolución o los pillajes bárbaros, y además sus habitantes han sabido proteger, reconstruir o restaurar con talento los tesoros del patrimonio local para que conserven su esplendor de antaño.



Château du Bosc en la intimidad de Toulouse-Lautrec

Casa familiar de una rama de los condes de Toulouse desde las cruzadas, situada entre Rodez y Albi, el Bosc vio pasar a personajes muy ilustres. Sus retratos, realizados por las grandes escuelas de pintura (Rigaud, Versalles, etc.), adornan las diferentes salas del Château, convirtiéndolo en un lugar imprescincible para comprender la historia de nuestro país. Pero el representante más destacado de esta línea es, sin duda alguna, el artista de la familia, considerado en la actualidad uno de los pintores franceses más importantes: Henri de Toulouse-Lautrec. El Château de Camjac fue el lugar de su infancia, de sus vacaciones felices y un lugar de retiro muy anclado en las tierras del Aveyron... Aquí, el artista bosquejaba con malicia a los miembros de su familia dentro de los muros de la propiedad. De la biblioteca al comedor, del gran salón al dormitorio, del museo al invernadero: el espíritu de esta familia te envolverá, transportándote a través de los siglos hasta la época del artista.

www.chateaudubosc.com



Los castillos de la Route des Seigneurs

"La Route des Seigneurs du Rouergue" (Ruta de los Señores del Rouergue) la componen veinte castillos, de los cuales dieciséis están en el Aveyron, reunidos en asociación y signatarios de una carta de calidad que garantiza la calidad de la bienvenida, la fiabilidad de los horarios y la riqueza de la información.

Si bien dicha "ruta" no existió en la época medieval, se creó en 1996 para invitaros a descubrir la diversidad de nuestros castillos. Si os apasiona la Edad Media, amáis el Renacimiento o simplemente os interesa el patrimonio, entonces en esta red encontraréis los edificios a a vuestro gusto y podréis disfrutar de una experiencia única y excepcional.

www.seigneurs-du-rouergue.fr

Para salir con niños, se puede visitar,
páginas 48-49.

1. Castillo de Calmont d'Olt
2. Castillo de Montaigut
3. Castillo de Najac
4. Exteriores del Château (Castillo) du Bosc
5. Castillo de Peyrelade
6. Castel of Coupiac

Vivir la vida del castillo

Capturadme

El arte y el saber hacer heredado

Motivados por la pasión del trabajo bien hecho, los artesanos y los emprendedores del Aveyron combinan cada día la tradición de la zona y la modernidad de sus técnicas.

Las EPV, testigos de la riqueza del patrimonio manufacturero

la distinción Empresa del Patrimonio Viviente (EPV) es una marca de distinción del Estado, que se puso en marcha para distinguir a las empresas francesas con saber hacer artesanal e industrial de excelencia y que ofrecen alta calidad en sus realizaciones, oficios y productos. Todas las empresas con esta distinción ostentan un saber hacer único, famoso o ancestral que se basa en el dominio de técnicas tradicionales o que requiere una técnica profesional excepcional. En el Aveyron, 26 empresas ostentan esta distinción, que es un referente y una prueba de calidad. ¡Visita sus talleres!

3 ciudades con la etiqueta «Ville et Métiers d'art» en Aveyron: Millau, Sauveterre y Conques

El Laguiole, el florón de la cuchillería del Aveyron

Nacido en 1829 fruto del encuentro del Capuchadou de los campesinos de Aubrac y de la navaja de los cazadores españoles, el cuchillo Laguiole ha superado la fase de la herramienta funcional simple para convertirse en un elemento imprescindible del arte de la mesa, incluso una obra de arte para coleccionistas. Los cuchilleros de Laguiole os recibirán siempre con pasión para ofreceros una visita por sus talleres.

1. Trabajo del cuero
2. Cuchillería
3. Trabajo del vidrio
4. La piedra trabajada
5. Estructuras

El vidrio

En Aveyron, los artesanos trabajan con el vidrio, ya sea en el arte de las vidrieras como en el de la espejería o la cristalería. Descubre su trabajo mediante la restauración o bien, con creaciones más contemporáneas. Algunos también abren las puertas de su taller para transmitir su pasión mediante cursos de iniciación y clases.

El cuero

La piel. Gracias al saber hacer del hombre, al dominio de cada gesto y a las técnicas virtuosas, se transforma en un magnífico cuero.

El "Pôle Cuir" Aveyron incluye curtidores, peleteros, guanteros, talabarteros, marroquineros y zapateros relacionados entre sí por la pasión del oficio y el cariño a los materiales.

El metal

El rigor del clima de Aubrac, una amplia llanura de lava y granito con épocas difíciles, contrasta con el calor de las fraguas en las que se fabrica, de manera ancestral, el famoso cuchillo de Laguiole. Las manos del maestro también trabajan el hierro y el acero para realizar el cuchillo de Larzac, de Najac, de Sauveterre de Rouergue, o bien un Liadou du Vallon.

La piedra

Con el paso del tiempo, la piedra bruta, tallada o cincelada, ha permitido levantar los monumentos más bonitos de nuestro patrimonio rural e histórico como la catedral de arenisca roja que domina Rodez, capital de Rouergue.

Los artesanos, con un antiguo saber hacer, restauran, innovan y esculpen la piedra arenisca de los pueblos, las losas de los tejados y también la tierra para revestir y decorar los suelos del mundo entero o realizar piezas únicas de cerámica.

La madera

Estructuras monumentales, majestuosas escaleras, puertas con decoración esculpida... La madera permite a nuestros artesanos expresarse de diferentes maneras.

Construcciones del Aveyron, ya sean antiguas o más recientes, como las Termas de Cransac, lo demuestran.

Los artesanos, que saben adaptarse a nuevos procedimientos y técnicas antiguas, innovan y renuevan más allá de las fronteras de nuestra región.

Capturadme

Descubre artesanos y empresas de Aveyron

Le Don du Fel: alfarería y cerámica

Taller alfarero, galería, taller de iniciación y de formación, Le Don du Fel es un escaparate permanente de la creación cerámica contemporánea.

En las alturas del pueblo del mismo nombre, cerca de Entraygues-sur-Truyère y en un edificio con una arquitectura depurada y contemporánea, la fundadora Suzy Atkins presenta sus obras esmaltadas con vapores de sal. Este polo europeo también acoge cada año siete exposiciones temporales de gran nivel.

Oficios de arte: un polo de excelencia

Con una tradición artesanal multisecular, la antigua bastida real de Sauveterre-de-Rouergue continúa escribiendo la historia en el presente. 17 creadores (vidriero, forjador de veletas, luthier, pintor, ceramista, cestero, lumígrafo, etc.) instalados en el territorio se reúnen en el seno de un polo de los oficios artísticos.

En el espacio boutique-exposición llamado l'Ancre, talleres y salas de exposición permiten al público ir al encuentro de estos apasionados que combinan conocimientos ancestrales con innovaciones de vanguardia.

« Fabriqué en Aveyron », una marca, un territorio

Una intuición ganadora

En 2010, bajo el impulso del departamento y en asociación con los representantes del mundo económico, el Aveyron lanzó el sello "Fabriqué en Aveyron" (Hecho en el Aveyron).

Esta intuición del Aveyron, que deseaba valorar su territorio y apoyarse en su identidad, ha dado lugar actualmente a la marca «Fabriqué en Aveyron», una gran ventaja y valor añadido que se inscribe perfectamente en las tendencias actuales.

La tendencia del "consumo local" se ha amplificado desde entonces. Hoy en día son cada vez más numerosos los franceses que buscan productos de alimentación del territorio, naturales, frescos, de temporada, cultivados o elaborados artesanalmente cerca de donde residen, o sea, de proximidad. La toma de conciencia por parte del consumidor del impacto de su elección sobre la economía local o nacional confirma la necesidad de preservar estos savoir-faire locales.

CHOISISSEZ LES PRODUITS MARQUÉS — FABRIQUÉ EN AVEYRON

Así el sello «Fabriqué en Aveyron», quiere ser un proceso amplio que ponga en valor los savoir-faire (saber hacer, conocimiento) de un territorio de excepción. La marca encarna valores e identidad, factores de atracción para las personas que hoy buscan sentido en su estilo de vida.

La marca «Fabriqué en Aveyron», es el fundamento de una verdadera comunidad de proyectos al servicio del atractivo y del desarrollo económico del departamento, ya que es llevada por múltiples actores y empresarios del Aveyron. Por ello, tiene todo el sentido que el departamento haya confiado la dinamización de la marca a la Agencia Departamental de la Atractividad y del Turismo del Aveyron.

La elección de un enfoque de certificación

La mención "fabriqué en" indica una voluntad de valorizar en primer lugar el saber hacer de los productores y de las empresas. Es también la promesa para el consumidor de que el producto etiquetado por el sello se fabrica en el territorio del Aveyron y toma sus principales características (al menos el 50% del coste de producción final del producto debe proceder del territorio). Se anima a las empresas que participan en este proceso a que busquen, en la medida de lo posible, un suministro o proveedor local, lo que crea un círculo virtuoso que beneficia al territorio y ofrece confianza al consumidor.

Mediante la elección de un modelo de marca colectiva de certificación, el departamento se implicó en un dispositivo exigente enmarcado por un Reglamento de Uso depositado en el INPI (Instituto Nacional de la Propiedad Industrial).

Las empresas, abanderadas del territorio aveyronés y de su identidad

Desde la creación de la marca, ya son 565 las empresas que se han adherido a la iniciativa, con más de 4.000 productos de referencia. Numerosos sectores están involucrados, aunque el agroalimentario se lleva la mayor parte, con algo más del 50% de las empresas que pertenecen a este sector.

Pero también las empresas que se dedican a la artesanía de arte, a la madera (construcción y mobiliario), a la mecánica, al textil y la ropa, al cuero y la guantería o incluso a la edición, que representan tantos sectores de actividad y de savoir-faire heredados de un territorio que cultiva el espíritu emprendedor.

1 Naturellement simples, campesinos-herbolarios
2 Savonnerie du Larzac
3 La Ferme du Levez
4 Singal Idustrie

Por descubrir
Agricultores innovadores

La agricultura del Aveyron es sinónimo de producciones tradicionales y de alta calidad alrededor de la carne y la leche, con numerosos productos bajo el sello oficial de calidad.
Pero también se han desarrollado producciones innovadoras bajo el impulso de jóvenes agricultores emprendedores: azafrán (varios azafranales en todo el territorio del Aveyron), aguas florales, aceites (colza, girasol, cáñamo, camelina, nueces, avellanas...), lentejas rubias o verdes, mostaza campesina o pastas alimenticias.

LA VALORIZACIÓN DE LOS RECURSOS LOCALES PARA UN SANO TRATAMIENTO DE BELLEZA

La materia prima local disponible es fuente de inspiración para la producción de cosméticos: leche de oveja, leche de burra, leche de yegua o leche de cabra, a las que se pueden añadir los perfumes del territorio: tomillo de Larzac, té de Aubrac…
¡De como encontrar vuestro bienestar!

UN TERRITORIO QUE INSPIRA

El Aveyron es una tierra de tradiciones y de historias que inspira a los creadores y emprendedores de hoy en día. Un buen ejemplo es la lámpara imaginada a partir del uso de los buronniers (artesanos queseros) del Aubrac que se alumbraban con velas protegidas por cilindros de cristal. Otro ejemplo es el brazalete del pastor, digno heredero de la tradición de valorización del cuerno, que vio nacer, a finales del siglo XVIII, el famoso cuchillo de Laguiole. Y también el zurrón de pastor, proveniente de una herencia secular, el del pastoreo meridional y de los pastores trashumantes de los grands causses...

UNA SEGUNDA VIDA PARA UN DESARROLLO SOSTENIBLE

Porque nuestros recursos no son ilimitados, la marca "Fabriqué en Aveyron" se esfuerza en apoyar las iniciativas de emprendedores comprometidos con el desarrollo sostenible, ofreciendo una segunda vida a productos como las frutas y verduras no vendidas, que se usan en una serie de recetas originales, tanto saladas como dulces; la explotación de las cualidades de la lana de oveja para el aislamiento de edificios o la paja para el armazón de las casas de madera. Son numerosas las empresas comprometidas en un proceso de economía circular, transformando muebles antiguos destinados a convertirse en residuos en mobiliario de diseño, o ropa usada destinada a pequeños objetos indispensables en nuestra vida cotidiana.

Mil y una maneras de hacer senderismo

A PIE

Ya sea en una excursión de un día o de varios días, el senderismo en el Aveyron es siempre una invitación a la relajación y al descubrimiento cultural. Las gargantas, los valles, los montes y las mesetas serán el lugar de representación de una fauna, una flora y un patrimonio tan variados como seductores, en los que tú serás tanto actor como espectador privilegiado.

Los grandes espacios abiertos del Aveyron te ofrecen una gran variedad de circuitos (6 500 km). El GR®65, que parte de Puy-en-Velay y que conduce hasta Santiago de Compostela, el enlace jacobino de Conques con Toulouse (GR® 62B/36 y 46), el circuito de «Tour du Larzac Templier» (GR®71 C y D) o «Los montes de Cantal en el valle del Lot» (GR®465).

También hablamos de la GR62 que une Conques con Rodez, y de la GR736 que puede realizarse con una ruta de senderismo, en bicicleta o en canoa.

Otras grandes rutas en bucle y de varios días (GR®de Pays) invitan al descubrimiento de una región a escala humana «La ruta de los montes del Aubrac», «La región de Entraygues», «Ruta de los montes y lagos de Lévézou» o la del «País de Roquefort».

El Aveyron es un inmenso terreno de juegos y de descubrimientos naturales: el senderista encontrará el sabor de las cosas simples en una naturaleza viva y protegida.

FOCO EN...

GR62® : De Rodez a Conques-en-Rouergue: Siguiendo los pasos de Pierre Soulages

El GR62 es un camino único que permite a los excursionistas seguir los pasos del pintor Pierre Soulages. El itinerario te llevará desde su ciudad natal, Rodez, donde se encuentra el museo dedicado a él, hasta Conques-en-Rouergue, donde es posible admirar los 104 vitrales que el artista diseñó y dibujó.

GR65® : Camino de Santiago de Compostela

A lo largo de 102 km, atravesarás Aveyron de este a oeste. Desde las extensas estepas de Aubrac hasta los encantadores pueblos del Valle del Lot, desde la suavidad del Vallon de Marcillac hasta los altiplanos dominantes, ¡disfrutarás de paisajes magníficos y un patrimonio preservado! Puedes recorrer este camino en itinerancia durante 5 días.

GR736® : Gargantas y Valle del Tarn

Recorre el río Tarn y vive la aventura del GR®736 siguiendo su curso de agua. Esta nueva itinerancia, en su tramo aveyronés de 123 km, te llevará a través de las Gargantas del Tarn, el Valle del Tarn, pasando por Millau y su Viaducto, las Raspes del Tarn y Brousse-le-Château. Camina por las tierras del Parque Natural Regional de los Grandes Causses descubriendo sus maravillas. Es practicable a pie, a caballo e incluso en canoa-kayak.

V86 : El Valle del Lot en bicicleta

Este itinerario en bicicleta de más de 160 km permite a los ciclistas atravesar los pueblos que bordean el Lot, incluidos algunos pueblos clasificados como "Los Pueblos Más Bellos de Francia" como Estaing, con sus calles medievales y su castillo; Saint-Côme-d'Olt y su campanario torcido; Saint-Eulalie-d'Olt, ciudad medieval; o Conques, la joya del arte románico. El itinerario te llevará por vías verdes, antiguas vías férreas reacondicionadas y carreteras poco transitadas.

TRAIL

El Aveyron se impone hoy como el terreno ideal para los aficionados del trail con numerosos circuitos acondicionados para todos los niveles. Gracias a estos senderos, los corredores descubriréis toda la diversidad de los paisajes del Aveyron y accederéis a fantásticas vistas. Varias carreras de renombre nacional, como el Festival de los Templarios, tienen lugar cada año en el departamento.

EN BICICLETA

Más de 15.000 kilómetros de carreteras departamentales y vías municipales y 52 cols (puertos de montaña) registrados, avalan que el Aveyron sea un paraíso para los cicloturistas. Una ruta de 700 kilómetros que conecta los 10 Plus Beaux Villages de France (los 10 Pueblos más Bellos de Francia) del Aveyron permite incluso combinar bicicleta y patrimonio excepcional.
Tampoco te pierdas la V86, Vallée du Lot en bicicleta, con más de 160 km que atraviesan pueblos y paisajes emblemáticos del departamento.

EN BTT

Sean cuales sean las motivaciones, la variedad de terrenos y paisajes deleita a todos los aficionados: pistas forestales, senderos estrechos, terrenos pedregosos, pasos rocosos...

EN BICICLETA GRAVEL

¡Gracias a su diversidad de paisajes y a su gran número de rutas, senderos, pistas o caminos, los amantes del gravel os sentiréis seducidos por el territorio del Aveyron!
La práctica se desarrolla en el departamento con la creación de recorridos específicos y carreras.

Capturadme

Todos nuestros circuitos deportivos aquí

A CABALLO

Recordando el itinerario comercial de la ruta de la sal, entre el Mediterráneo y Rouergue, todos los años los jinetes apasionados recorren una parte del recorrido en el Aveyron.
Esta aventura ecuestre itinerante da fe de la infinidad de excursiones que se pueden hacer.

Para los no iniciados, se puede hacer con un guía y los experimentados lo pueden hacer con total libertad. Deja que surja la complicidad con el animal y embárcate a la conquista de los grandes espacios.
Al paso, al trote o al galope, hay 1.000 kilómetros de pistas ecuestres para recorrer.

Deportes al aire libre entre los elementos

AGUA

La geografía del Aveyron ofrece numerosas posibilidades de actividades relacionadas con el agua. ¡Qué placer explorar las ensenadas del lago de Pareloup en barco de orza, bote a remo, paddlesurf , en kitesurf o propulsado por el aire sobre el agua en flyboard! Los amantes de las aguas vivas pueden practicar el canoa-kayak, el rafting y el barranquismo en las gargantas del Tarn y del Dourbie, los valles del Lot o del Aveyron. No importa el lugar ni el deporte, porque las risas y los baños están asegurados.

TIERRA

La naturaleza del Aveyron ha dado lugar a sitios espectaculares, ideales para practicar la espeleología y la escalada. Las gargantas del Tarn, del Jonte y del Dourbie se encuentran entre los 10 sitios de escalada más bellos del mundo, pero en todo el territorio hay numerosos puntos adaptados a la iniciación (Salles-la-Source, Gages, gargantas del Truyère). Nos podemos elevar sobre los recorridos verticales en los árboles o sentir escalofríos en las vías ferratas del Boffi, Liaucous y Baltuergues, que están entre las 20 más bonitas de Francia.

AIRE

Gracias a los acantilados que rodean la meseta del Larzac y dominan el valle del Tarn, Millau se beneficia de corrientes aéreas excepcionales que la convierten en la capital del vuelo libre. Todos los amantes del parapente y del ala delta se encuentran aquí para tirarse desde los lugares de Brunas, de la Pouncho d'Agast y del pico de Andan.
Sobrevolar la ciudad del guante, con su majestuoso viaducto y la inmensidad de las Grands Causses como telón de fondo, es simplemente mágico.

1. Baño en las gargantas del Tarn
2. Flyboard
3. Piragüismo
4. Escalada
5. Via Ferrata
6. Parapente

El rincón de los niños

En el Aveyron, al igual que en todas partes, todas las generaciones, desde el mayor hasta el más pequeño, pasando por el primo lejano, disfrutan de la compañía y de la convivencia. Naturaleza, actividades deportivas, visitas culturales... aquí siempre hay aventuras para vivir en familia.
Espacio y libertad, alegría y buen humor, equipamientos adaptados y seguros, todo para que los niños aprendan mientras se divierten.

El parque du Ségala y sus animales estrella

A pie o acompañado por un burro de carga, caminará por el parque de animales para descubrir la fauna europea: osos, linces, marmotas, lobos, cabras, etc. Ven a conocer nuestros animales estrella: el oso pardo Shadow, el lobo Wolf y el águila Eagle. Es probable que ya los hayas visto en anuncios publicitarios o en películas, junto a estrellas como Guillaume Canet o incluso Jean Dujardin. El espectáculo de cetrería, la minigranja y la actividad de adiestramiento harán las delicias de grandes y pequeños.
www.parcanimalierdepradinas.com

Los parques de animales

Desde las reses medievales hasta las especies exóticas, desde los animales de granja a los de la fauna salvaje, desde los avestruces hasta los reptiles, desde los osos hasta las rapaces, a los niños les va a encantar acariciarlos, alimentarlos o simplemente observar las numerosas especies presentes en los seis parques de animales o zoológicos del Aveyron.

Micropolis, la Cité des Insectes (page 23)

Saint-Hubert: la naturaleza os llama

Con más de veinte hectáreas de bosques y praderas, que se pueden visitar en caravana, el parque de animales Saint-Hubert, cerca de Gages, alberga en torno a 200 animales de la fauna salvaje y de la granja en semilibertad. Podréis descubrir estos lugares y animales mediante una visita guiada. También es posible participar en la alimentación de varios animales. Para vivir una experiencia única en otoño, venid a estremeceos al ritmo de la berrea del ciervo.
www.parc-animalier-auberge.fr

Le Jardin des Bêtes, dos parques en uno: parque zoológico y parque de atracciones

A tan solo unos pocos minutos de Rodez y en un entorno botánico, podréis codearos con animales insólitos, tales como monos tití, fénecs, zorros árticos, perritos de la pradera, guacamayos... Pueblo infantil, con animales, poblado del oeste, descubrimiento de luz y sonido de los pueblos del Aveyron,... seducirán a toda la familia. Diversión asegurada para niños y adultos, ya que la entrada al parque zoológico también proporciona acceso al parque temático, con atracciones libres para toda la familia!
www.jardindesbetes.fr

Cicloraíl

En pareja, en familia o con los amigos, disfrutad de un viaje original por la antigua vía férrea de Larzac. En vehículo a pedal o en el tren turístico "Larzac Express", el periplo, salpicado de túneles y viaductos, ofrece un panorama excepcional sobre el valle del Cernon, la ciudad templaria de Sainte-Eulalie de Cernon, y el pueblo encaramado de La Bastide-Pradines.

-

www.surlesrailsdularzac.com

Senderos de lo imaginario

En el territorio de Carladez, seis paseos fáciles, gratuitos y de libre acceso durante todo el año muestran una temática (agua, piedra, fuego, viento, madera). Se descubren en plena naturaleza una serie de esculturas y dispositivos ingeniosos diseñados por los propios habitantes.

www.tourisme-en-aubrac.com

En la granja

¿Ganas de lo auténtico, de volver a las raíces, de (re)descubrir las joyas del campo? Para acariciar los animales de la granja, entender cómo funciona una explotación agrícola, conocer a los ganaderos y productores, y catar sus productos durante una merienda afable, visitad las granjas del Aveyron.

www.bienvenue-a-la-ferme.com

Entretenimiento en el castillo

¿Y por qué no una búsqueda del tesoro en Montaigut, en el castillo de Valon, o convertirse en caballero en Calmont d'Olt? O bien, realizar una búsqueda histórica o resolver los enigmas para escapar del castillo de Latour sur Sorgue.

Diversos castillos del Aveyron organizan animaciones para los niños y sus familias, en particular durante los períodos de vacaciones escolares.

Pescar en Aveyron,
una corriente de emociones

El Aveyron

Ríos de aguas abundantes, claras, frescas y oxigenadas.
Lagos profundos y tranquilos con márgenes segados.
Una gestión cuidadosa y poco impacto humano.
¡Un auténtico paraíso para los pescadores!

1. Pesca en el Aveyron
2. Facilitadores de la federación
3. Pareloup, sitio excepcional
4. Estancias de pesca para jóvenes
5. Pescar no tiene género
6. Lugar acondicionado (Le Nayrac)
7. Pesca de cangrejo de río
8. Pesca de la trucha común
9. Viaducto de Millau
10. Pesca en float tube

¿Dónde pescar en el Aveyron?

Capturadme

Lugares adaptados

Lugares excepcionales

Descubrid la pesca en el Aveyron

¡Disfrutad de los hermosos paisajes de nuestro departamento y de los numerosos lugares habilitados para los pescadores! La extraordinaria diversidad de cursos de agua y masas de agua presentes en el Aveyron facilita que cada uno encuentre el lugar que mejor se adapte a sus expectativas y deseos. Para casi todas las especies (truchas, carnívoros, carpas, peces blancos...), el departamento del Aveyron ofrece magníficos recorridos, que figuran entre las joyas nacionales.

Pesca recreativa: el cangrejo de río

Permiso de pesca obligatorio

Hágase pescador en Aveyron

Encuentre pesca en vídeo
vimeo.com/tourismeaveyron

Para obtener una licencia de pesca:
www.cartedepeche.fr

Conviértete en pescador en Aveyron:
encuéntranos en vídeo en Youtube @ Pecheaveyron12 /
Facebook e Instagram
@pecheaveyron /
sitio web: www.pecheaveyron.fr

En el corazón del invierno, la meseta del Aubrac, situada entre 1.200 y 1.400 metros, se cubre de una suntuosa manta blanca. Sus espacios abiertos adquieren un nuevo aspecto con sus hayedos helados, sus cabañas aisladas en un mar de plata.
Una sensación de libertad nos invade, y disfrutamos de un paseo por el aire fresco deslizándonos por la nieve.

Deportes de invierno

El esquí sin estrés

Dos estaciones familiares, a medida humana, ofrecen un área adaptada para dar los primeros pasos sobre esquíes o tablas, además de satisfacer a los más experimentados. Laguiole se reparte entre dos vertientes (La Source y Le Bouyssou) y cuenta con 15 pistas de esquí alpino, de verde a negro, 10 arrastres mecánicos, 50 kilómetros de pistas de fondo, cinco circuitos de raquetas, dos rutas de paseo nórdico, una pista de trineo y un jardín para niños. La estación de Brameloup, más pequeña, es un remanso de paz íntimo y cálido con ocho pistas de esquí alpino, tres de fondo, una de border cross, una de trineo y tres rutas de raquetas. ¡Vamos! ¡Posición de schuss!

+ sobre el Aubrac páginas 12-13

Actividades originales

Para apreciar la inmensidad de la meseta del Aubrac y (re) descubrir sus paisajes inmaculados, uno puede probar nuevas actividades.
La escuela de tiro del Aubrac propone, con sus caballos de tiro, paseos en carruaje sobre la nieve. Nord Aveyron Mushing invita a bautismos en trineo tirado por perros e iniciaciones en la conducción de enganches con sus grupos de perros.
También se puede probar la cani-raqueta, una actividad en la que, calzados de raquetas y armados con un cinturón unido por una cuerda al arnés de un husky, nos dejamos arrastrar en la nieve polvo. ¡Emociones garantizadas!

Sensaciones de bienestar

Si bien el Aveyron tiene numerosos puntos fuertes relacionados con los deportes, **uno de sus valores intrínsecos es también poder tomarse su tiempo.**
Además del sosiego que da la propia naturaleza, aquí se encuentran todo tipo de instalaciones adaptadas para poder relajarse, descansar y cuidar de uno mismo.

❷ Las termas de Cransac

En esta ciudad del oeste del Aveyron, la montaña arde desde hace siglos y deja escapar gases naturales calientes, potentes para el tratamiento del reumatismo.
Cransac-les-Thermes es el único balneario de Europa que practica este tipo de termalismo de reconocidos beneficios. El edificio, de arquitectura contemporánea de madera y vidrio, domina el valle del Enne y es un verdadero remanso de paz. Cuenta con una zona de spa, un instituto de belleza y una sala multiactividades donde se pueden seguir talleres de kinesioterapia y de cocina dietética, practicar sofrología, qigong, pilates y gimnasia suave. ¡Un verdadero placer!
Muy cerca de las termas, un casino hace las delicias de los jugadores con máquinas de juego, una ruleta electrónica y una mesa de blackjack.

Para saber más

OFICINA DE TURISMO Y TERMALISMO DE LA MANCOMUNIDAD DE DECAZEVILLE
www.tourisme-paysdecazevillois.fr

12110 Cransac-les-Thermes
Tél. : 05 65 63 06 80

❶ Natura Bien-Être
❷ Cransac-les-Thermes

Natura Bien-être, espacio de bienestar y ocio

Situado al norte de Aveyron, este centro de fitness ofrece a los visitantes de todas las edades bienestar y salud en el corazón de una naturaleza privilegiada. Solo, en pareja, en familia o entre amigos, podréis descubrir el espacio balneario equipado con jacuzzis, chorros de hidromasajes, sauna y hammam. El centro está equipado con dos pistas de squash, una sala de musculación y una sala de clases colectivas para practicar actividades zen (yoga, pilates, postural ball...) y tonificantes (zumba, circuito de training...). ¡Bienestar garantizado!

www.naturabienetreencarladez.fr

Para saber más

TOURISME EN AUBRAC
www.tourisme-en-aubrac.com

12600 Mur-de-Barrez
Tél. : 05 65 66 10 16

Abierto de lunes a viernes y el domingo

Espacios acualúdicos

Para momentos de relajación en familia, varios centros acuáticos os esperan en el departamento con espacios balnearios, chorros de masaje o baños de burbujas para adultos. Y para los niños piscinas de juegos con toboganes.

Capturadme

Todos los establecimientos wellness y acuáticos

Háblale de la cocina aveyronesa a un gourmet, y verás como se le iluminan los ojos. Productos de calidad con sabores inigualables han dado una cocina simple, auténtica y equilibrada que combina la belleza con el sabor. «Alimentos que emocionan, que se asemejan más al amor que a la ciencia», como dice acertadamente Michel Bras. Antes que nada, el Aveyron se saborea.

PAÍS de gastronomía

Desayunos

En verano, en el Aveyron, todos los fines de semana se celebra la fiesta de algún pueblo. Y todas hacen honor a la tradición: todas organizan sin falta un desayuno.

En la mesa no faltan el café, las tostadas con mermelada ni los croissants. Desde las 8 de la mañana hasta el mediodía, se pueden comer tripous (rollitos de tripa de ternero), cabeza de ternero con salsa gribiche, cabrito con acedera o caracoles, según la localidad. Estos desayunos no son simples refrigerios, sino verdaderos banquetes rouergats (del Rouergue) de pura convivencia, donde las personas mayores de la ciudad se entablan con los jóvenes juerguistas que se acercan para reponer fuerzas. ¡Uniros a ellos!

Cofradías

El Aveyron, país de buenas viandas, rebosa de productos identitarios. el aligot, el queso de Laguiole, el estofinado, los tripous (llamados trénels en el sur del departamento) o el vino de Marcillac dan lugar a comilonas copiosas y casi siempre festivas. Pero estas especialidades tan conocidas, todavía están más valoradas por los epicúreos convencidos de las cofradías locales. Al estilo de Rabelais, estas congregaciones dan a conocer estas especialidades y las valorizan en las celebraciones, donde se visten con disfraces, o en asambleas donde las personalidades locales son entronizadas. Gracias a estas entidades, el territorio, sus costumbres y su folklore todavía siguen vivos.

Inspiraos en nuestro blog "Dégustez l'Aveyron"

Aperitivos

Para saberlo todo sobre los ciclos, el cultivo, la recolección y transformación de las castañas, las cerezas o las trufas, hay que visitar las casas que se consagran a ellas en Ayssènes, Paulhe y Comprégnac. Además, una agrupación de criadores de patos y productores de foie-gras ha creado un museo en Villefranche-de-Rouergue para mostrar cómo han evolucionado los métodos con el tiempo y para sensibilizar al público en el arte de comer bien.

1. Échaudés
2. Charcutería tradicional
3. Buey de grnaja del Aubrac con etiqueta Label Rouge
4. Queso de Roquefort
5. Degustación de vino AOC

Territorio único, productos de excepción

Charcutería

Del cerdo se aprovecha todo, ¡especialmente si es del Aveyron! Las partes más nobles se transforman en jamones, salchichas, salchichones en sal y las carnes más grasas, la corteza del tocino y los menudos se transforman en patés, patés de campaña llamados fricandeaux, morcilla, o chicharrones enteros o prensados. Las aves no son menos importantes, porque los patos y ocas permiten producir confits, magrets, foie-gras, mollejas, cuellos rellenos, rillettes y patés. La despensa está siempre repleta de productos tan buenos que nos dan ganas de comer.

Carnes

Las carnes del Aveyron, famosas por su calidad, siempre están presentes en las mejores cocinas. Buey de granja del Aubrac, ternera del Aveyron y del Ségala, cordero del País d'Oc, lechón del Aveyron, cordero del patrimonio Lacaune, cerdo del Aveyron, conejo Galapin... En todos los sectores, los animales son criados por profesionales apasionados antes de ser cuidadosamente seleccionados. ¡Encuentra los productos con sello!

Quesos

La hierba espesa que crece abundantemente en los grandes espacios convierte el Aveyron en una región productora de leche y, por lo tanto, de quesos. En el sur, tomes, pérails (más blandos) y por supuesto el famoso Roquefort, se elaboran con leche de oveja, mientras que el Bleu des causses (queso azul de la meseta) se elabora con leche de vaca.

En el norte, el Laguiole, el Ecir y el Thérondels también se elaboran con leche de vaca. En el oeste, las cabras dan fabulosos quesos de cabra llamados cabécous que se pueden comer tiernos, secos o semisecos.

Dulces

Una comida no es una comida sin los postres. En este punto, hay una enorme variedad de productos. la fouace (hogaza) y el pastel à la broche (de asador) son los más clásicos, pero también están el soleil de Marcillac (un tipo de roscón en forma de sol), la flaune (a base de requesón hecho con suero de leche de oveja), el pastel de tome (con este queso de vaca), régal du Régalou (bizcocho a base de mantequilla de oveja y confitura de frambuesa) y, en porciones individuales, el echaudé (un bizcochito doblado de forma triangular), la rissole con ciruelas (empanadilla), chocolate de la abadía de Bonneval y muchos otros deliciosos dulces.

Vinos

Dionisio y Baco, los dioses de la viña y del vino, han bendecido el Aveyron con su bondad. Han ayudado a los hombres a dominar la tierra, han dado cepas únicas como el mansois (o fer servadou), y han propiciado las condiciones ideales para su expansión. Todo ello ha dado como resultado cuatro néctares con carácter que gozan de una Denominación de Origen Controlada (DOC): los vinos de Marcillac, de Entraygues le Fel, de Estaing y de los costeros de Millau.

LAS 10

mejores especialidades del Aveyron

1. El *aligot*, famoso puré de patatas con queso de Laguiole que forma hilillos al vaciar la cuchara / **2. El Roquefort,** el rey de los quesos, con una masa moteada elaborada con leche cruda de oveja / **3. Los *tripous*,** rollitos de tripa de ternera o de cordero rellenos de jamón, ajo y perejil / **4. Los *farçous*,** un tipo de comida entre la croqueta y el buñuelo, hechos con carne y verduras / **5. El estofinado,** un plato que se prepara con bacalao seco, patatas y huevos / **6. El pastel *à la broche*,** que se cuece al lado del fuego en las ocasiones especiales / **7. La *fouace*,** una hogaza tipo brioche o compactada, al aroma de flor de naranja / **8. La sopa de queso,** un plato contundente hecho con pan, cebolla y queso rallado / **9. La *flaune*,** una tarta dulce confeccionada con requesón / **10. Los échaudés,** pastelitos secos de forma triangular con granos de anís

Los farçous

El inconfundible aroma de estos pequeños buñuelos salados llega a nuestro olfato nada más pisar el mercado. Tanto si son de carne como de verduras, tanto si los comemos calientes como fríos, siempre son una delicia. Cada región tiene sus variantes, cada abuela, su receta; esta es una de tantas.

Ingredientes / 5 hojas de acelga, 1 ramito de perejil, algunas ramitas de cebollino, 1 cebolla, 1 diente de ajo, 100 g de carne de salchicha, 1 loncha de tocino ahumado o 75 g de trocitos de bacon, 4 huevos, 2 cucharadas soperas de harina, 10 cl de leche, sal y pimienta.

Preparación / Picar el perejil, el cebollino, la cebolla, el ajo, la carne y el tocino. Mezclarlo todo. Cocer las acelgas, quitar la parte verde, picarla finamente y añadirla a la preparación. Reservar. En un bol, mezclar los huevos, la harina y añadir la leche. La pasta debe tener la misma consistencia que una pasta para buñuelos. Incorporar el resto de ingredientes y condimentar. Coger una cucharada grande de la preparación y formar una galleta en una sartén con abundante aceite caliente. Freír entre 1 y 2 minutos por cada lado.

3
Especialidades para descubrir o para hacer uno mismo

El aligot

Receta para 4 personas

Esta es la gran especialidad del Aubrac, una mezcla de patatas y del queso tome fraîche. Este plato de subsistencia se ha convertido en un plato de fiesta. El ceremonial que lo acompaña promueve la convivencia y, por esto, se le llama «el lazo de la amistad».

Ingredientes / 1 kg de patatas, 400 g de tome fraîche del Aubrac, 250 g de crema de leche, 2 dientes de ajo (optativo), sal y pimienta..

Preparación / Preparar un puré con las patatas, incorporar la crema de leche, el ajo pelado y salpimentar. Añadir el queso cortado en lonchas y remover enérgicamente a fuego lento con una espátula de madera hasta que el queso se haya fundido. Remover, airear, estirar, y cuando el aligot hace hilillos, ya está listo. Acompañarlo con tripous, salchicha a la parrilla o costilla de buey..

La fouace

Esta hogaza de sabor dulce con aroma a flor de naranja y con azúcar por encima siempre ha estado presente en las comidas festivas: la llegada de los Reyes Magos, la llegada del buen tiempo en Pascua, un bautizo, una boda...

Ingredientes / 750 g de harina, 125 g de mantequilla, 250 g de azúcar, 200 ml de leche, 3 huevos, 2 cucharadas soperas de agua de flor de naranjo, ½ cucharadita de café de sal, 20 g de levadura de panadero.

Preparación / Preparación En un cuenco, mezclar la harina, la levadura, el azúcar, la sal y la leche tibia. Amasar y añadir los huevos batidos, amasar y añadir la mantequilla blanda cortada a daditos y el agua de flor de naranjo. Seguir amasando hasta que la pasta ya no se pegue. Cubrir el cuenco con un trapo húmedo y dejar que suba por lo menos durante dos horas a temperatura ambiente. Amasar de nuevo, y luego dar forma de corona a la pasta y disponerla en una bandeja protegida con un papel para el horno. Dejar reposar durante una hora y meter al horno 30 minutos a 180 ºC. Cuando la corteza se haya dorado y agrietado, pintarla por encima con una mezcla de yema de huevo y leche, y espolvorear azúcar.

Capturadme

Más recetas

Una constelación de grandes chefs

Color, textura, olor, sabor son los sentidos desarrollados durante la niñez.
El respeto por la naturaleza y sus ciclos, por los productos y los productores son valores adquiridos mientras se va creciendo.
Habiendo heredado estos valores de sus familias, los chefs del Aveyron trabajan con lo esencial, sin artificios, y convierten cada plato en un poema de recuerdos y sensaciones.

Nicole Fagegaltier
Le Vieux Pont / Hôtel***

12390 Belcastel
www.restaurant-belcastel.com

«Nos gustan los productos buenos, los platos con sabor, los maridajes,inesperados pero coherentes, los contrastes entre rústico y refinado para una cocina de instinto e intuición, sincera, muy elegante, sin manierismos.»

Guillaume Viala
Le Belvédère / Hôtel**

11, route du maquis Jean-Pierre
12340 Bozouls
www.belvedere-bozouls.com

« Militante de la defensa del verdadero producto, oriundo de un policultivo campesino natural, que escucha su entorno, mi cocina se inspira en la naturaleza, dinámica, emocionante y frágil.»

En noviembre de 2018, la Academia del Vino de Francia concedió el premio Alain Senderens a Christine y Guillaume Viala.
Este premio se otorga a los establecimientos gastronómicos por su compromiso con el maridaje de platos y vinos.

Michel Truchon
Le Sénéchal / Hôtel****

12800 Sauveterre-de-Rouergue
www.hotel-senechal.fr

«En noviembre de 2018, la Academia del Vino de Francia concedió el premio Alain Senderens a Christine y Guillaume Viala.
Este premio se otorga a los establecimientos gastronómicos por su compromiso con el maridaje de platos y vinos.

Tables du monde: Bras Laguiole Michel et Sébastien Bras

Le Suquet / **Hôtel**** Relais et Châteaux**

Route de l'Aubrac - 12210 Laguiole
www.bras.fr

« Al ritmo de la naturaleza, hacemos una cocina de movimiento, intuitiva y precisa, que transfiere las emociones que sentimos al estar en contacto con ella y se convierte en una experiencia para el otro. »

1 Gargouillou (crudo) de verano. Plato emblemático de Michel Bras a base de verduras, hierbas y flores comestibles.

2 Declinación de coulants.

Las granjas del Aveyron
en tus platos

¡El mercado es sagrado!

Una o dos veces por semana, todos los pueblos o aldeas organizan un mercado de productos.. La gente de aquí no ha renunciado a este arte de vida. Por nada del mundo faltarían a esta cita animada, a todo color y perfumada.

Tanto si se realiza a cubierto como al aire libre, el mercado es ideal para el intercambio y la convivencia y reúne todas las generaciones. En los puestos, las verduras a veces todavía tienen tierra, a veces son irregulares, las manzanas no tienen un rojo escarlata reluciente para atraer a Blancanieves, pero todos son frescos, sanos y con sabor.

Tu próximo mercado

Capturadme

Del campo al paladar

El Aveyron, rico en producción agrícola, ha hecho de ella su verdadera fuerza. Numerosos criadores y productores se han asociado para valorizar el fruto de su trabajo y reducir los intermediarios de las grandes distribuidoras. Estas redes de venta alternativas dan importancia a los productos locales y de temporada, garantizan la trazabilidad y la frescura, promueven una relación directa de proximidad y sustentan la economía local. Se puede adquirir una cesta del campo sorpresa, se puede llenar a petición, con reparto del propio granjero, en venta directa o recolectando en las explotaciones... cada cual encuentra su fórmula.

Los mercados de los productores de la tierra

Estos mercados, durante el verano, a menudo se organizan por la tarde y favorecen el contacto directo entre productores ,granjeros y artesanos y consumidores. En cada estand, resplandecen los productos auténticos que huelen a tierra, presentados por hombres y mujeres orgullosos de compartir su pasión y darlos a probar. Se pueden llevar a casa o se pueden saborear allí mismo, alrededor de unas grandes mesas donde a la vez se disfrutará de la música y se hablará con los vecinos, con simplicidad.
Informaros sobre el mercado de los productores de la tierra más próximo a vuestro lugar de veraneo en

Tous les marchés de producteurs de l'Aveyron

Flashez-moi

¡Bienvenidos al Aveyron!

INFOS TOURISME

OFICINAS DE TURISMO

OT TOURISME EN AUBRAC

12210 Laguiole
05 65 44 35 94
12470 Saint-Chély-d'Aubrac
05 65 44 21 15
12420 Argences en Aubrac
05 65 66 19 75
12460 Saint-Amans-des-Côts
05 65 44 81 61
12600 Mur-de-Barrez
05 65 66 10 16
www.tourisme-en-aubrac.com
-
OT AVEYRON SÉGALA
12240 Rieupeyroux
05 65 65 60 00
12200 Le Bas Ségala (saisonnier)
05 65 81 13 94
12440 La Salvetat Peyralès (saisonnier)
05 65 81 88 43
12350 Prévinquières (saisonnier)
www.tourisme-aveyron-segala.fr
-
OT DES CAUSSES A L'AUBRAC
12150 Sévérac d'Aveyron
05 65 47 67 31
12310 Laissac - Sévérac l'Église
05 65 70 71 30
12130 Saint-Geniez d'Olt et d'Aubrac
05 65 70 43 42
12130 Sainte Eulalie d'Olt
05 65 47 82 68
www.causses-aubrac-tourisme.com

OT CONQUES - MARCILLAC
12320 Conques
05 65 72 85 00
12330 Marcillac
05 65 71 13 18
www.tourisme-conques.fr
-
OT TERRES D'AVEYRON
05 65 44 10 63
12340 Bozouls
12140 Entraygues-sur-Truyère
12500 Espalion (et Saint-Côme-d'Olt)
(12580 Villecomtal)
www.terresdaveyron.fr
-
OT LARZAC ET VALLÉES
12230 Nant
12230 Saint-Jean du Bruel (juillet-août)
05 65 62 23 64
www.visit-larzac.com
-
OT MILLAU GRANDS CAUSSES
12100 Millau
05 65 60 02 42
12640 Rivière-sur-Tarn (saisonnier)
48150 Le Rozier (saisonnier)
www.millau-viaduc-tourisme.fr

OT PARELOUP-LÉVÉZOU
12120 Arvieu (juillet-août)
12410 Salles-Curan
05 65 46 31 73
12430 Villefranche-de-Panat
05 65 46 46 53
12290 Pont-de-Salars
05 65 46 89 90
www.levezou-aveyron.com
-
OT DU PAYS DE FIGEAC - BUREAU DE CAPDENAC-GARE
12700 Capdenac-Gare
05 65 64 74 87
www.tourisme-figeac.com
-
OT DU PAYS DE LA MUSE ET DES RASPES DU TARN
12490 Saint-Rome-de-Tarn
05 65 62 50 89
www.tourisme-muse-raspes.com
-
OT DU PAYS RIGNACOIS
12390 Rignac
05 65 80 26 04
12390 Belcastel
05 65 64 46 11
12390 Bournazel (juillet-août)
www.tourisme-pays-rignacois.com
-
OT DU PAYS DU ROQUEFORT
12250 Roquefort-sur-Soulzon
05 65 58 56 00
www.roquefort-tourisme.fr
-
OT DU PAYS SÉGALI
12800 Naucelle
05 65 67 16 42
12160 Baraqueville
06 15 30 29 21
12800 Sauveterre-de-Rouergue
05 65 72 02 52
www.tourisme-aveyron-segala.fr

OT DU PLATEAU DE MONTBAZENS
12220 Montbazens
05 65 63 77 94
12220 Peyrusse-le-Roc
05 65 80 49 33
www.plateau-de-montbazens.com
-
OT DU RÉQUISTANAIS
12170 Réquista
05 65 46 11 79
www.ot-requistanais.com
-
OT RODEZ METROPOLITANO
12000 Rodez
05 65 75 76 77
www.rodez-tourisme.fr
-
OT ROUGIER D'AVEYRON SUD
12370 Belmont-sur-Rance
05 65 99 93 66
12360 Camarès
05 65 49 53 76
12380 Saint-Sernin-sur-Rance
05 65 99 29 13
www.tourisme-rougier-aveyron.com
-
OFICINA DE TURISMO Y TERMALISMO DE LA MANCOMUNIDAD DE DECAZEVILLE
12110 Cransac-les-Thermes
05 65 63 06 80
12300 Decazeville
05 65 43 18 36
12300 Flagnac
05 65 63 27 96
www.tourisme-paysdecazevillois.fr
-
OT OUEST AVEYRON
05 36 16 20 00
12200 Villefranche-de-Rouergue
12270 Najac
12260 Villeneuve d'Aveyron
www.bastides-gorges-aveyron.fr

LA GUÍA 2024. Publicación: Agence de Développement Touristique de l'Aveyron. Iconografía: Anaïs Arnal, Christian Sabathier. Redacción: Anaïs Arnal, Bruno Astoul, Christian Sabathier. Grafismo: Gilles Garrigues. Foto de portada: ©French Wanderers. Corrección: Grapho12, Marie Fages, Alexandra Poivet - Impresión: Imprimerie Grapho12 - 02/23. - Tirada: 7 000 ejemplares. Crédits photos : Abahia - Abbaye de Sylvanès - Agence Les Conteurs – Greg Alric, Shoot'in Factory – H. Andrieu-Malviel –ARTepp –Agence Départementale du Tourisme : E.Maury, M.Hennessy, B.Astoul, A.Carles, M.Fabre, C.Sabathier, V.Prudhomme, J.Tomaselli –Anaïs Arnal – A Baschenis –Associations les Bourines en Rouergue - Association Art et Savoir Faire - Bateliers du Viaduc –LucBeziat/heliage - Gilles Bertrand – Christian Bousquet –Florian Calas - Casino de Cransac –Anthony Causse – Causse Gantier : Christophe Roué - CG12 -Théo Carlier CNAOL –CEVM CAMARA MILLAU – Chaîne Thermale du Soleil Thermes de Cransac– Château de Belcastel - Château du Bosc - Château de la Falque - Château Labro, F. Tourneret - Claude Chose – PE Clergue –Conseil Départemental de l'Aveyron - Coopérative Jeune Montagne – CRT Occitanie : D-VIET – Laetitia Déléris - Don du Fel - Eiffage CEVM Foster partners D.Jamme - EDF Espace Hydro Raspes et Lévézou - Emeline photo –Entre 2 Pôles -Espace Gourmand Bras –Eyechenne Corentin Cromer - M.Fabre – Fédération de pêche de l'Aveyron – Fédération de l'Aveyron pour la Pêche et la Protection des Milieux Aquatiques –Ferme de la Blaquière - Festival Cap Mômes – Forges de Laguiole - Fun ebike - E.Gentils-The_Food_Eye – M-Girardon – M.Gyselinck - Alex Humbert – Jardin des bêtes - La cité de pierres - Thomas Lambelin - La Poze – Le Sénéchal, Michel Truchon - Les Ifers - LRR –Mairie de Bozouls - Mairie de la Cavalerie – Maison de la Cerise - Maison Fabre- Mairie de Rodez - F.Marty - Janina Mat – Mémoires de Sévérac - A. Méravilles – C.Méravilles - Micropolis – Millau en Jazz - Moulin de Cambelong, Hervé Busset - N.Moreau/Cyclosport magazine - Jérôme Morel editionsdelacevenne.com– Sébastien Murat OTCM –Musée Fenaille- Musée de la Photo - Natura Bien être en Carladez -Natural Games - Nord Aveyron Mushing - Office de tourisme Des Causses à l'Aubrac Bureau de Laissac –Office de tourisme Larzac et Vallée - Office de Tourisme Pareloup Lévézou - Office de Tourisme Pays Ségali - Office de Tourisme Ségala - Office de Tourisme Terres d'Aveyron –Orientation Nature / On bike - OTPS : Salomé Monceaux – Parc animalier de Pradinas - Parc Saint Hubert - Photothèque Rodez Agglomération - OTROQ-D.MARTIN-David Pourquier_Underkult -Jean-Marie Perie – M. Raynal -Philippe Robert - Roc Laissagais – Quadbike : Aveyron Multisports Evasion - Restaurant le Belvédère - Roquefort Société - Sam Bie / Natural Games – Sites et Paysages Le Beau Rivage /Kinaph – SJC-Kellinghaus - Pierre Soissons Somn'en bulle Najac –-Richard Storchi – Sur les rails du Larzac : Julien Holdrinet - Eric Teissedre –Terra Olt – P.Thebault – Thermes de Cransac – Judith Tomaselli - G.Tordjeman – Vin's Filmmaker – Virginie Govignon : OT Larzac et Vallées – Wish One - CRTL Occitanie - M.Schulte Kellinghaus - Office de tourisme Millau Grands Causses - Musée du Rouergue - FAHPA - J. Holdrinet - Pixel Millau - Musée Soulages - Centre Pompidou MNAM CCI/RMN Grand Palais Bertrand Prévost - Hisao Suzuki - 2bags2guys/ Documento no vinculante

Revista editada por Aveyron Attractivité Tourisme con el soporte de

AVEYRON LE DÉPARTEMENT

En aras de la conservación del medio ambiente, Aveyron Attractivité Tourisme selecciona a los proveedores comprometidos con un proceso medioambiental.
Documento impreso en papel 100% certificado PEFC (Pan European Forest Certification) procedente de bosques gestionados de forma sostenible.

PEFC 10-31-1665

Cómo llegar en coche

-

DESDE EL NORTE, PARÍS Y DESDE EL OESTE
A20, después la N140 (eje Brive-Méditerranée) por Figeac.
O laA71 hasta Clermont-Ferrand, después la A75 por Saint-Flour y Sévérac.

-

DESDE LYON Y DESDE EL ESTE
A47 o N88 por Saint-Étienne, Le Puy y Mende, y después la A75 por Sévérac.

-

DESDE EL SUROESTE
A20 por Montauban hasta Caussade y después la D926 por Caylus.
O A68/RN88 por Albi.
O Albi D999, Saint-Affrique-Millau.

-

DESDE SUDESTE, MARSELLA Y MONTPELLIER
A9 y después la A75/N9 por Lodève, Millau, Sévérac.

Acceso en autobús

-

ESTACIÓN DE AUTOBUSES DE RODEZ
25 avenue Maréchal Joffre
12000 RODEZ
Tel. +33 (0)5 65 68 11 13

-

ESTACIÓN DE AUTOBUSES DE MILLAU
Rue de Belfort
12100 MILLAU
Tel. +33 (0)5 65 59 89 33

Acceso en tren

-

ESTACIÓN SNCF DE RODEZ
Avenue Maréchal Joffre
12000 Rodez

-

ESTACIONES INTERMODALES
Aubin, Baraqueville, Campagnac- Saint Géniez, Capdenac, Cransac-les-Thermes, Luc-la-Primaube, Millau, Naucelle, Roquefort, Saint Georges de Luzançon, Saint Rome de Cernon, Séverac d'Aveyron, Villefranche de Rouergue, Viviez-Decazeville

Toda la información (estaciones, horarios, etc.) y reservas en www.sncf.com/fr o por teléfono en el 3635

Llegar en avión

-

Aeropuerto Rodez Aveyron

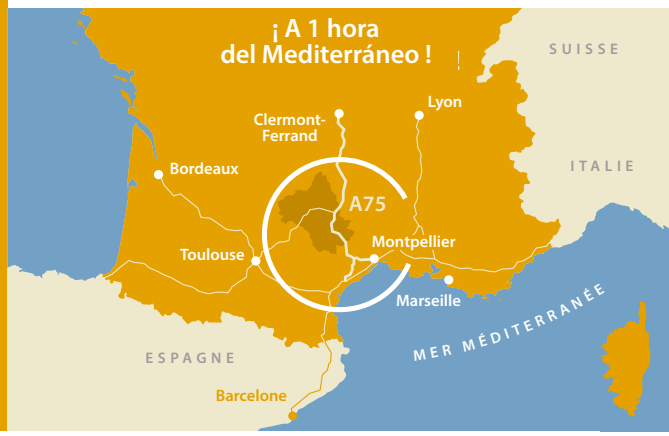
Route de Decazeville - 12330 Salles-la-Source
Tél : +33 (0)5 65 76 02 00 - www.aeroport-rodez.fr
Parking : +33 (0)5 65 76 02 06

-

PARIS - RODEZ
Renseignements : +33 (0)5 65 42 20 30
Réservations : +33 (0)1 83 62 95 00 - book@flyamelia.com
www.flyamelia.com

-

DUBLIN - RODEZ / BRUXELLES - RODEZ / LONDRES - RODEZ
Réservations : +33 (0)892 562 150
www.ryanair.com



Le Routard

TOUJOURS À LA PAGE !

Des rencontres,
des coups de cœur,
des lieux secrets,
des anecdotes insolites.

#EXPERIENCEROUTARD ROUTARD.COM

Revista ofrecida por

TOURISME AVEYRON

Agence Départementale de l'Attractivité
et du Tourisme de l'Aveyron
Tél. : 05 65 75 40 12
Courriel : informations@aveyron-attractivite.fr

Sortir en AVEYRON

Tu diaro

Encontra
en tu móvil
todos los eventos
del Aveyron

www.sortir-aveyron.com

www.tourisme-aveyron.com

#AVEYRONEMOTION

Síguenos en redes sociales