

Où s'équiper, réparer et laver son VTT

Rieu Motos – station de lavage
Mur-de-Barrez
Tél. : 05 65 66 05 79 ou Tél. : 05 65 66 05 79
rieu.motos@wanadoo.fr

Se faire accompagner

murmur & nature
Tél. : 06 09 35 21 67
info@murmurnature.com
5 clients mini - VTT fournis
réservation obligatoire

Se déplacer en groupe

Salle collective à Pleau
réservation : mairie
12600 brommat
Tél. : 05 65 66 00 96

Hébergements labellisés

Pour être recommandé et référencé au titre de l'accueil du Pôle Sport Nature du Carladez, un établissement doit proposer des services adaptés aux touristes à vélo.

- Mettre à disposition des cyclotouristes et des vététistes une trousse mécanique avec un outillage de base.
- Donner accès à un point d'eau et à un nécessaire pour nettoyer les vélos.
- Donner accès à un local sécurisé pour entreposer les vélos.

Liste sur demande auprès de l'Office de Tourisme du Carladez à Mur-de-Barrez

Le code du Vététiste

1. Portez un casque et respectez le code de la route.
2. Roulez en file indienne.
3. Soyez attentifs, gravillons, pierres, ou feuilles mortes en automne peuvent apparaître au détour d'un virage.
4. Sachez adapter votre itinéraire à votre niveau, commencez par des boucles courtes avec peu de dénivellée. Dans les montées soutenues, utilisez de petits développements et adaptez votre rythme à la longueur de la rampe à gravir. Emportez toujours de l'eau (même s'il pleut) et de quoi vous dépanner.
5. Respectez la propriété privée.
6. Ne jetez pas vos déchets, respectez la nature en utilisant les poubelles.
7. Pensez à emporter un coupe-vent et une petite polaire pour les baisses subites de température.
8. Vous pouvez modifier les points de départ ou les sens de parcours de votre itinéraire, cependant ce choix vous permet l'accès à un point de service (bar,...).
9. Afin de profiter de vos pauses l'esprit tranquille, pensez à emporter un dispositif antivol. Vous apprécierez vos visites (patrimoine,...) sereinement.
10. Un appareil photographique vous permettra d'immortaliser vos exploits, mais aussi de garder un souvenir des paysages splendides du Carladez.

Le Carladez vous offre

15 Itinéraires VTT

Pôle nature du Carladez



communauté de communes
CARLADEZ - AVEYRON

Base d'activité VTT de randonnée FFCT

Aux confins des mondes se trouve le Carladez. Véritable enclave aveyronnaise en terre d'Auvergne, ce sont bien les volcans du Cantal qui ont donné naissance à ce pays. Les coulées de lave descendues tout droit du Massif Cantalien ont créé une alternance de plateaux inclinés en pente douce. Ils sont entrecoupés de petites vallées propices à l'écoulement de l'eau, cette richesse naturelle qui a permis l'installation de l'homme et qui jouera un rôle clé dans la récente histoire économique du territoire. Car le Carladez vient buter sur le socle granitique de la Truyère dont les eaux, domptées par une série de barrages hydro-électriques, constituent la fameuse « houille blanche » productrice d'énergie.



Le balisage

1. Afin de préserver la qualité des paysages du Carladez, le balisage VTT a été conçu de façon à ne pas être redondant avec le balisage des parcours de randonnée pédestre communs. Si vous avez un doute sur la direction de votre itinéraire, suivez les balises des chemins de randonnée pédestre.



2. Continuer tout droit

3. Bifurquez à gauche

4. Tournez à droite

5. En descente, une balise avant chaque carrefour vous prévient et donne la direction à prendre.

6. À chaque carrefour une balise vous indique la direction à prendre.

7. Après chaque carrefour une balise vous confirme que la direction prise est la bonne.



8. Modérez votre allure : pente raide, double sens de circulation, piétons, ...

Ainsi, ces itinéraires ont-ils été créés avec le souci de satisfaire les attentes de chacun d'entre vous, familles, jeunes et moins jeunes, débutants ou vététistes confirmés. Des circuits très faciles aux plus exigeants, chacun s'attache à dévoiler la richesse et les charmes de notre pays qui se reflètent dans la diversité de notre nature comme dans le patrimoine bâti de nos villages de caractère, valorisant autant l'odeur musquée d'un vallon boisé qu'une magnifique chapelle qui vous surprendra au détour d'un virage.

Alors soyez les bienvenus en Carladez, nous vous souhaitons de belles découvertes à VTT !

Bordé par le « fjord » encaissé de la Truyère au sud avec le barrage de Sarrans, le Carladez offre une belle diversité de milieux, de pentes, de panoramas variés aux vététistes, en un mot : du plaisir ! Si des successions de vallées encaissées raviront les plus sportifs, la douceur des plateaux vallonnés, les grands horizons vers les volcans du nord ou le Rouergue de Midi-Pyrénées, la tranquillité des forêts ou encore les pauses le long des ruisseaux chantants combleront les âmes plus bucoliques et contemplatives.





communauté de communes
CARLADEZ - AVEYRON

Le Carladez vous offre 15 Itinéraires VTT



Pôle nature du Carladez

1 La forêt de Murols

- D** Murols
a : 15,6 km
 : 3h00
 : 800m
b : 1,8 km
 : 0h15
 : 75 m
c : 3,4 km
 : 0h25
 : 102 m

2 La chapelle du Lez

- D** Taussac
 : 14,9 km
 : 3h00
 : 280m

3 La chapelle de Manhaval

- D** Taussac
a : 18,6 km
 : 4h30
 : 421m
b : 1,8 km
 : 0h15
 : 75 m
c : 13,5 km
 : 1h30
 : 368 m

4 La chapelle de Manhaval (2)

- D** Mayrinhac
 : 4,3 km
 : 1h00
 : 117 m

5 Autour du plateau

- D** La prade
a : 5 km
 : 1h00
 : 107 m
b : 5,6 km
 : 1h00
 : 127 m

6 Le vallon de Brommat

- D** Pleau
 : 8,6 km
 : 1h30
 : 295 m

7 Au cœur du Carladez

- D** Mur-de-Barrez
 : 10,3 km
 : 2h00
 : 195 m

8 Sentier Imaginaire

- D** Lacroix-Barrez
 : 5,9 km
 : 1h20
 : 117 m

9 Le village templier de Nigressere

- D** Douzalbats
 : 8,3 km
 : 1h30
 : 85 m

10 La presqu'île de Laussac

- D** Thérondels
 : 14,6 km
 : 2h45
 : 645 m

11 Le plateau de Thérondels

- D** Thérondels
 : 8,8 km
 : 1h50
 : 97 m

13 Liaisons Mur-de-Barrez / Thérondels

- D** Mur-de-Barrez **D** Thérondels
a : 16,7 km
 : 2h20
 : 427 m
b : 19,5 km
 : 2h20
 : 418 m

12 Le valon d'Albinhac

- D** Albinhac
a : 13,3 km
 : 2h00
 : 510 m
b : 2,5 km
 : 0h25
 : -151 m

14 Autour du plateau

- D** Lacroix-Barrez **D** Taussac **D** Brommat
a : 15,1 km
 : 1h20
 : 531 m
b : 4,5 km
 : 1h00
 : 107 m
c : 4,5 km
 : 1h00
 : 107 m

15 Les cimes du château de valon

- D** Lacroix-Barrez
 : 20,3 km
 : 3h20
 : 898 m

- patrimoine naturel
- patrimoine culturel
- patrimoine industriel
- musée
- produit du terroir
- point de vue
- sports & loisirs nature
- picnic
- église
- château
- Hébergement

O.T. du Carladez
 12, Grand'Rue
 12600 Mur de Barrez
 Tél. : 05 65 66 10 16
 contact@carladez.fr
 www.carladez.fr

Numéros Utiles :

Météo : 32 50
 N° d'urgence : 112
 SAMU : 15
 Police secours : 17
 Sapeurs Pompiers : 18

Datar
 Massif central