

La vallée du Lot à vélo

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

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

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



INFORMATIONS PRATIQUES SUR L'ITINÉRAIRE

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

Cette nouvelle partie est fléchée sur 160 km de Capdenac-Gare à Saint-Laurent d'Olt avec la possibilité de rejoindre La Canourgue en Lozère. S'y ajoutent les 70 km de la « voie de Conques ». Une échappée belle qui permet de réaliser une grande boucle de toute beauté. Une « voie de l'Aubrac » viendra prochainement compléter ce réseau.

Quelques sections s'adressent à un public plutôt sportif ou équipé d'un vélo à assistance électrique. Les portions en voies vertes peuvent se faire avec des enfants en toute sécurité.

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

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

PARLONS VÉLO

Voies vertes : ce sont des voies réservées à la circulation non motorisée, destinées aux piétons, cyclistes, rollers et personnes à mobilité réduite. Elles sont généralement aménagées sur les chemins de halage des canaux et rivières, d'anciennes voies ferrées, des promenades littorales, des routes forestières ou dans les parcs urbains. On parle aussi de « voies en site propre ». Elles sont adaptées aux balades familiales faciles.

Voies partagées : ce sont des voies existantes aménagées déjà empruntées par des véhicules motorisés. Elles sont à faible trafic et vitesses modérées.

Véloroute : c'est un itinéraire cyclable touristique à moyenne ou longue distance, fléché et sécurisé, reliant villes et régions entre elles, sur des petites routes à faible circulation et, autant que possible, sur des pistes cyclables et autres voies vertes. Les véloroutes conviennent à des cyclistes expérimentés, car certains passages dans la circulation réclament de la vigilance.

REJOINDRE LA VALLÉE DU LOT À VÉLO EN TRAIN

L'itinéraire Capdenac-Gare - La Canourgue est desservi par train aux gares suivantes :

- **Capdenac-Gare :** TER Aurillac - Figeac - Toulouse et Rodez - Figeac - Brive
 - **Banassac-La Canourgue :** TER et Intercités Clermont-Ferrand - Millau - Béziers
- Et à proximité :
- **Canac :** TER Rodez-Brive
 - **Viviez - Decazeville :** TER Rodez-Figeac-Brive
 - **Aubin :** TER Rodez-Figeac-Brive
 - **Saint-Christophe Vallon :** TER Rodez-Figeac-Brive
 - **Rodez :** TER Rodez-Figeac-Brive
 - **Campagnac - Saint-Généziès d'Olt :** TER et Intercités Béziers-Saint-Chély d'Apcher

La plupart des TER de Nouvelle-Aquitaine et d'Occitanie permettent d'emporter gratuitement sans réservation votre vélo en fonction des places disponibles à bord - charge à vous d'assurer le chargement et le déchargement de votre vélo à quai. Avant de partir, vérifiez les offres TER sur les fiches horaires. Le pictogramme vélo signale la possibilité d'embarquer votre vélo à bord du train.

Sur les lignes Intercités les trains Corail sont équipés d'espaces vélos signalés par un pictogramme. Plusieurs dessertes par jour. Attention à l'embarquement sur ces voitures très hautes par rapport aux quais.

Sur les TGV Paris - Toulouse et Paris - Bordeaux : 2 places pour vélo par rame.

ATTENTION : réservation obligatoire et payante sur TGV et Intercités. Réservez en ligne sur voyages-sncf.com

Évitez les périodes rouges, notamment les débuts et fins de week-ends.

SERVICE DE TRANSPORT DE BAGAGES

BAGAFRANCE permet aux cyclistes de voyager légers en assurant le transport des bagages et des vélos (y compris tandems, remorques et tricycles) sur le canal des 2 mers et sur la vallée du Lot jusqu'à Cahors (bagages uniquement).

Sur les lignes Intercités les trains Corail sont équipés d'espaces vélos signalés par un pictogramme. Plusieurs dessertes par jour. Attention à l'embarquement sur ces voitures très hautes par rapport aux quais.

Sur les TGV Paris - Toulouse et Paris - Bordeaux : 2 places pour vélo par rame.

ATTENTION : réservation obligatoire et payante sur TGV et Intercités. Réservez en ligne sur voyages-sncf.com

Évitez les périodes rouges, notamment les débuts et fins de week-ends.

DES SEJOURS CLÉS EN MAIN

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

OFFICES DE TOURISME DE LA VALLÉE DU LOT

... Entre Capdenac-Gare et La Canourgue

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

OFFICE DE TOURISME ET DU THERMALISME DE DECAZEVILLE COMMUNAUTÉ
www.tourisme-paysdecavezillois.fr • tourisme@decazeville-communaute.fr

BUREAU DE CAHORS-LES-THERMES • L'Envol - Place Jean Jaurès - 12110 CRANSAC LES THERMES • Tél. +33(0)5 65 63 06 80

BUREAU DE DECAZEVILLE • Square Jean Ségalat - 12300 DECAZEVILLE • Tél. +33(0)5 65 43 18 36

BUREAU DE FLAGNAC • La Planque - 12300 FLAGNAC • Tél. +33(0)5 65 63 27 96

OFFICE DE TOURISME CONQUES-MARCELLAC
www.tourisme-conques.fr • contact@tourisme-conques.fr

2 Rue Bénézech Conques - 12320 Conques-en-Rouergue • Tél. +33(0)5 65 72 85 00

OFFICE DE TOURISME TERRES D'AVEYRON
www.terresdaveyron.fr • accueil@terresdaveyron.fr

BUREAU D'ESPALION • 2, boulevard Joseph Poulsen - 12500 Espalion • Tél. +33(0)5 65 44 10 63

BUREAU DE BOZOUIS • 2 bis, place de la Mairie - 12340 Bozouls • Tél. +33(0)5 65 44 10 63

BUREAU D'ESTAING • 24, rue François d'Estaing - 12190 Estaing • Tél. +33(0)5 65 44 10 63

BUREAU D'ENTRAYGUES-SUR-TRUYÈRE • Place de la République - 12140 Entraygues-sur-Truyère • Tél. +33(0)5 65 44 10 63

BUREAU DE SAINT-CÔME-D'OLT • Tél. +33(0)5 65 44 10 63

BUREAU DE VILLECOMTAL • Tél. +33(0)5 65 44 10 63

OFFICE DE TOURISME DES CAUSSES À L'AUBRAC
www.causse-aubrac-tourisme.com • contact@causse-aubrac-tourisme.com

BUREAU DE SAINT-GENIÈS-D'OLT
www.tourisme-aveyron.com/fr/decouvrir/villes-et-villages/saint-geniez-d-olt

Le cloître • Tél. +33(0)5 65 70 43 42 • stgeniezolt@causse-aubrac-tourisme.com

BUREAU DE SAINTE-EULALIE-D'OLT
www.tourisme-aveyron.com/fr/voir-faire/decouvrir-aveyron/villes-et-villages/sainte-eulalie-d-olt/decouvrir-sainte-eulalie-d-olt

Espace Louis Marilhac • Tél. +33(0)5 65 47 82 68 • steulaliedolt@causse-aubrac-tourisme.com

OFFICE DE TOURISME DE L'AUBRAC GORGES DU TARN
www.aubrac-gorgesduarn.com • contact@aubrac-gorgesduarn.com

BUREAU DE LA CANOURGUE • 18 rue de la ville 48500 La Canourgue • Tél. +33(0)4 66 32 83 67

LOUEURS ET RÉPARATEURS DE VÉLO

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

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

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

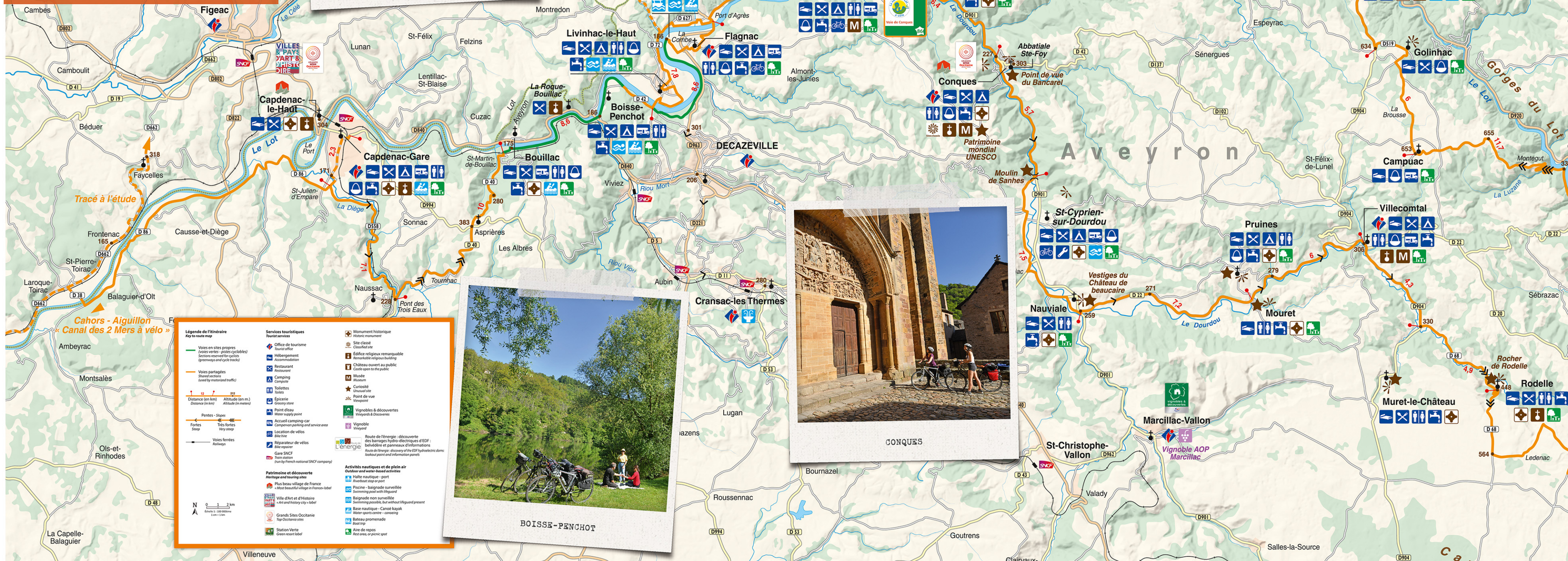
BOZOUIS
Steph moto / +33(0)5 65 48 82 73
Mairie de Bozouls / +33(0)6 33 19 52 29 / www.bozouls.fr/fr/tourisme-decouvertes/les-randonnees-en-voit-electrique

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

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

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

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



Légende de l'itinéraire

Voies en sites propres (voies vertes - pistes cyclables) / Sections réservées aux cyclistes (greenways and cycle track)

Voies partagées (sentiers aménagés en site propre)

Distance (en km) / Altitude (en m) / Distance (in km) / Altitude (in m)

Forces / Stop / Très fortes / Very steep

Voies ferrées / Railways

Services touristiques / Tourist services

- Office de tourisme / Tourist office
- Restaurant / Restaurant
- Camping / Camping
- Toilettes / Toilets
- Épicerie / Grocery store
- Point d'eau / Water supply point
- Accueil camping-car / Campervan parking and service area
- Location de vélos / Bike hire
- Préparateur de vélos / Bike repairer
- Gare SNCF / Train station
- Point de vente / Sales point

Monument historique / Historic monument

- Site classé / Classified site
- Édifice religieux remarquable / Remarkable religious building
- Château ouvert au public / Castle open to the public
- Musée / Museum
- Curiosité / Point of view
- Point de vue / Viewpoint
- Vignobles & découvertes / Vineyards & Discoveries
- Vignoble / Vineyard

Patrimoine et découvertes / Heritage and touring sites

- Plus beau village de France / Most beautiful village in France label
- Ville d'Art et d'Histoire / Art and history city label
- Grand Site Occitanie / Occitanie sites
- Station Verte / Green resort label

Activités nautiques et de plein air / Outdoor and water-based activities

- Halte nautique - port / Boat mooring point
- Piscine - baignade surveillée / Swimming pool with lifeguard
- Baignade non surveillée / Swimming possible, but without lifeguard present
- Base nautique - Canoë kayak / Water sports centre - canoeing
- Bateau promenade / Boat trip
- Aire de repos / Rest area, or picnic spot

Route de l'énergie - découverte des Barrages hydro-électriques d'EDF / Initiative et patrimoine d'Informations / Route de l'énergie - discovery of the EDF hydroelectric dams / Initiative and information panels

0 1 2 km / 0 1 2 miles





édition 2021

La vallée du Lot à vélo

230 km de véloroute et voies vertes
De Capdenac à La Canourgue

Carte cycliste

Syndicat mixte du bassin du Lot
www.lavalleedulotaveilo.com

lozère

capital DESTINATION

AVEYRON

Grand Figeac

en partenariat avec