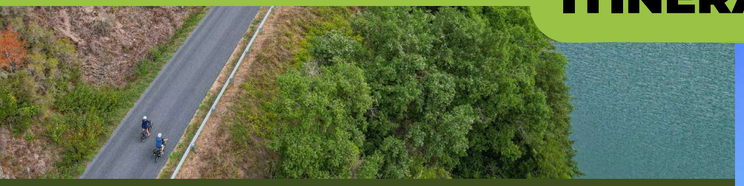
ITINÉRANCES

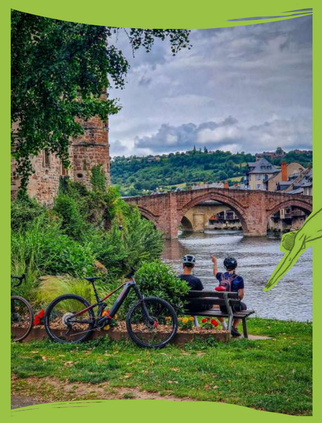


LA VALLÉE DU TARN À VÉLO - V85

Le sud de l'Aveyron, dans toute sa diversité

110 km d'itinérance qui traversent trois univers : Vallée du Tarn, villages Templiers et Hospitaliers, puis les grands plateaux du Larzac. Découvrez sur votre chemin deux Plus Beaux Villages de France, Brousse-le-Château et La Couvertoirade, des châteaux médiévaux et une ascension progressive vers les horizons infinis du Larzac. À vivre en 1 à 4 jours selon votre rythme.

110 km *1 450 m D+* *1 à 4 jours*
Intermédiaire à expérimenté *Réquista → Sauclières*

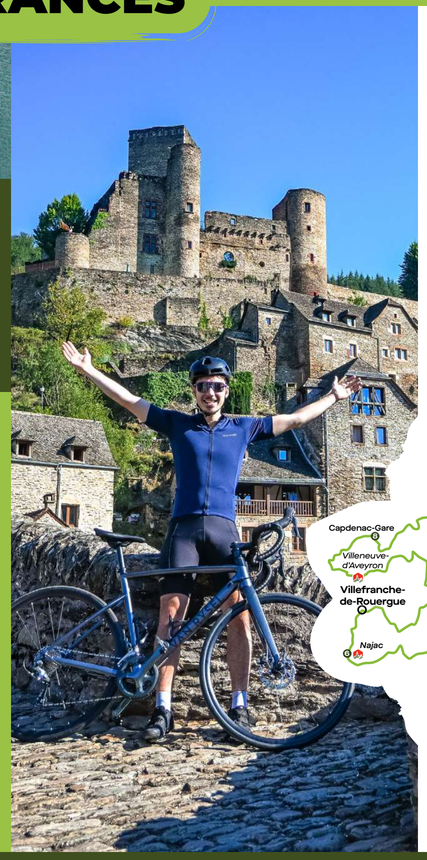


LA VALLÉE DU LOT À VÉLO - V86

L'itinérance la plus nature et sauvage de France !

170 km au fil du Lot sur la portion aveyronnaise (380 km au total), ponctués de baignades sauvages, de haltes patrimoniales et de villages d'exception comme Estaing et Saint-Côme-d'Olt. Un cadre nature préservé, à parcourir en famille, en couple ou entre amis. À destination des cyclistes intermédiaires à expérimentés. Prolongez l'expérience avec la Voie de Conques (70 km) et la Voie de l'Aubrac (55 km).

170 km sur la portion aveyronnaise
(+ Voie de Conques 70 km + Voie de l'Aubrac 55 km)
2 200 m D+ *7 jours*
Intermédiaire à expérimenté
Capdenac-Gare → Saint-Laurent-d'Olt



LE CIRCUIT DES 11 PLUS BEAUX VILLAGES DE FRANCE

Un tour d'Aveyron intégral

773 km en 8 étapes pour relier les 11 Plus Beaux Villages de France du département. On démarre à Entraygues-sur-Truyère, on grimpe vers l'Aubrac, on redescend par Saint-Côme-d'Olt et Sainte-Eulalie-d'Olt, on bascule sur les Grands Causses avec Peyre et La Couvertoirade, on rejoint Brousse-le-Château, on traverse le Ségala avec Sauveterre-de-Rouergue, puis les Gorges de l'Aveyron avec Najac, avant de remonter par Belcastel, Villeneuve-d'Aveyron, Conques et Estaing pour refermer la boucle. Un parcours d'exception, à réserver aux cyclistes aguerris. Le meilleur moyen de saisir toute la diversité aveyronnaise en une seule aventure !

773 km *12 000 m D+* *8 jours environ*
expérimenté
Départ / arrivée Entraygues-sur-Truyère



Les Plus Beaux Villages de France®

LE SAVIEZ-VOUS ?
Avec ses 11 villages labellisés Plus Beaux Villages de France, l'Aveyron décroche le record national !

GRAVEL



Terre de Gravel

L'ESPACE GRAVEL DES GRANDS CAUSSES

Le premier Espace Gravel labellisé FFC en Aveyron.
790 km de pistes homologuées et 24 tracés signés Wish One et le Parc Naturel Régional des Grands Causses déroulent le meilleur des Grands Causses : plateaux calcaires à perte de vue, gorges vertigineuses, cités templières.
Un spot gravel de référence en France.

CIRCUITS À LA JOURNÉE



VÉLO SUR L'AUBRAC

Un plateau unique en Europe.
En vélo, l'Aubrac offre une expérience rare : rouler des heures dans le silence des grandes étendues, à travers des paysages à perte de vue façonnés par la vie pastorale, ponctués de burons et de villages granitiques.

DU LAGUIOLE AU ROQUEFORT

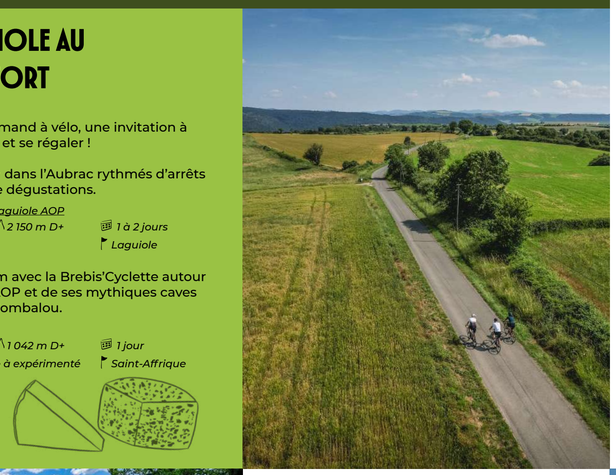
L'Aveyron gourmand à vélo, une invitation à rouler, s'arrêter et se régaler !

Au nord, 113 km dans l'Aubrac rythmés d'arrêts en fermes et de dégustations.

Vélo & Fromages Laguiole AOP
113 km *2 150 m D+* *1 à 2 jours*
Expérimenté *Laguiole*

Et au sud, 63 km avec la Brebis'Cyclette autour du Roquefort AOP et de ses mythiques caves d'affinage du Combalou.

Brebis'cyclette
63 km *1 042 m D+* *1 jour*
Intermédiaire à expérimenté *Saint-Affrique*





AVEYRON VÉLO

Ce document vous est offert par
AVEYRON ATTRACTIVITÉ TOURISME
Parc naturel régional des Grands Causses

tourisme-aveyron.com

AVEYRON LE DÉPARTEMENT
L'EUROPE S'ENGAGE L'OCCITANIE AGIT
Cofinancé par l'Union européenne

UN TERRITOIRE VIVANT À RESPECTER

L'Aveyron est un territoire vivant, un terrain de jeu partagé qu'on se doit de préserver :

- Choisir un parcours adapté à son niveau
- Respecter propriétés privées, champs agricoles et zones sensibles
- Préserver la flore et ne pas déranger la faune
- Garder ses détritus avec soi

Un souci sur les sentiers ?
(balisage, sécurité, conflit d'usage)
Signalez-le en quelques clics via l'application Suricate. Vos signalements sont traités par les gestionnaires du territoire.
sentinelles.sportsdenature.fr

SURICATE

VTT



L'AVEYRON À VTT

Sillonner des espaces sauvages, dévaler des monotraces en sous-bois ou parcourir de grands espaces préservés : l'Aveyron est un terrain de jeu VTT. Du Pays Decazevillois aux Grands Causses, en passant par l'Aubrac, le Rignacois et les vallées du Lot et de la Truyère, nos espaces labellisés FFC vous garantissent des kilomètres de sentiers balisés. En famille ou en mode sportif, vivez l'Aveyron au fil des sentiers !



DESCENTE SOUS LE VIADUC

Le Bikepark du Viaduc, l'un des spots de descente les plus spectaculaires de France !
Une dizaine de pistes techniques dévalent les Causses avec en toile de fond le Viaduc de Millau.
Le rendez-vous incontournable des amateurs de sensations.

GRANDE TRAVERSÉE DU MASSIF CENTRAL À VTT

Aventure mythique à VTT, la GTMC traverse le Massif Central des lacs du Morvan jusqu'à la Méditerranée sur près de 1 400 km. En Aveyron, elle emprunte notamment la liaison Millau - La Couvertoirade sur 48 km, entre plateau du Larzac, La Cavalerie et cités templières.

48 km *817 m D+* *1 jour*
Intermédiaire à expérimenté
Millau → La Couvertoirade

Parcourez le tronçon Larzac-Méditerranée de la GTMC et repartez avec votre badge brodé.

Collectionnez les 6 badges de la Grande Traversée du Massif Central et tentez de décrocher le trophée officiel !

GRANDE TRAVERSÉE DU MASSIF CENTRAL

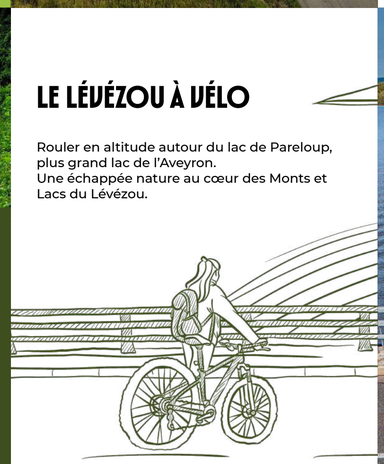


BASTIDES ET GORGES DE L'AVEYRON

Dans la vallée encaissée de Najac, sur les chemins du Causse ou à travers les paysages vallonnés des Causses de Villeneuve jusqu'aux gorges de l'Aveyron, profitez d'une multitude de circuits balisés adaptés à tous les niveaux !

LE LÉVÉZOU À VÉLO

Rouler en altitude autour du lac de Pareloup, plus grand lac de l'Aveyron.
Une échappée nature au cœur des Monts et Lacs du Lévézou.





ÉVÉNEMENTS VÉLO

De janvier à décembre, l'Aveyron ne s'arrête jamais de pédaler !

Chaque saison amène ses classiques :

- **Roc Laissagais en mai,**
- **Wish One Millau Grands Causses (étape UCI World Series) en juin,**
- **Cyclo'Roquefort en septembre**

Un calendrier vélo dense à retrouver sur l'agenda tourisme-aveyron.com !

BIEN PRÉPARER SON ITINÉRANCE

Envie de vous lancer dans votre première itinérance à vélo en Aveyron ?
Plus de 50 prestataires aveyronnais labellisés Accueil Vélo vous garantissent un service de qualité pensé pour la clientèle cycliste, un vrai gage de sérénité.

Pour préparer votre itinéraire et anticiper chaque temps fort de votre voyage, direction francevelotourisme.com

Retrouvez nos établissements labellisés Accueil Vélo sur tourisme-aveyron.fr

L'AVEYRON EN MOBILITÉ DOUCE

L'Aveyron sans voiture, c'est possible !
Lignes des Cathédrales (Toulouse-Rodez), des Bastides (Toulouse-Figeac), des Causses du Quercy (Brive-Rodez) ou Train de l'Aubrac (Béziers-Clermont) : sillonnez le département à votre rythme.
Profitez du Pass Occitanie Rail Tour dès 10 €/j et de plein d'autres offres !
Venez avec votre vélo ou louez-en un sur place (Rodez, Millau, Najac).

Réservez votre pass en Aveyron : ter.sncf.com

Élu parmi les 10 plus belles lignes de France par The Guardian !

BESOIN D'INFORMATIONS ?

Pour réussir votre séjour, faites confiance aux locaux !

Les Offices de Tourisme du département vous aident à dénicher les meilleurs parcours, hébergements et activités. Passez-les voir pour faire le plein d'idées et de bons conseils.

Retrouvez la liste complète : tourisme-aveyron.com



ITINÉRANCE

1. La Vallée du Lot à Vélo (V86)
   170 km | 2 200 m
2. Voie de Conques (V86)
   70 km | 770 m
3. Voie de l'Aubrac (V86)
   55 km | 1 400 m
4. Vallée du Tarn, Causses, Sud-Cévennes (V85)
   110 km | 1 450 m
5. Circuit des 11 Plus Beaux Villages de France
   773 km | 12 000 m

CIRCUIT À LA JOURNÉE

1. Brebis'Cyclette en Pays de Roquefort
   63 km | 1 042 m
2. Vélo & Fromages - Sur les traces du Laguiole AOP
   113 km | 2 150 m
3. Circuit des Monts du Lévézou
   37 km | 710 m
4. Circuit « Lac de Pareloup »
   29 km | 299 m
5. Circuit des Lacs du Lévézou
   63 km | 927 m
6. À la découverte de l'Aubrac, par la Viadène
   115 km | 1 900 m
7. Autour de la Vallée de l'Aveyron
   62 km | 1 242 m
8. Les Méandres de l'Aveyron
   119 km | 1 846 m

VTT

1. Station du Bouyssou - Le Grand Tour
   28 km | 514 m
2. Le Lac des Galens
   24 km | 383 m
3. Le Colorado Aveyronnais
   23 km | 460 m
4. De la Dourbie au Causse du Larzac
   43 km | 810 m
5. Navas
   32 km | 726 m
6. GTMC - Voie classique et Liaison Millau / La Couvertoirade

GRAVEL

1. Boucle Templière du Larzac
   39 km | 373 m
2. La Traversée des Terres Rouges
   51 km | 969 m

ITINÉRAIRES

- Itinérance
- Circuit à la journée
- VTT
- Gravel

SERVICES VÉLO

- Loueur vélo
- Réparateur vélo
- Accueil Vélo
- Office de Tourisme

À DÉCOUVRIR

- Plus Beaux Villages de France
- Viaduc de Millau
- Parc naturel régional
- Terres de Vélo Occitanie
- VTT FFC (plusieurs départs de circuits)

SUR LE PARCOURS

- Col ou côte
- Lignes ferroviaires

On ne pouvait pas tout faire tenir sur cette carte !

Que vous soyez adepte de VTT, de vélo de route ou passionné de gravel, plus de 100 autres circuits sont répertoriés sur notre site web.

Il n'y a plus qu'à choisir !

Retrouvez tous les parcours avec leurs traces GPX sur : tourisme-aveyron.com

RANDO GRANDS CAUSSES

Envie d'explorer les Grands Causses ou l'Aubrac à vélo ?
Retrouvez également de nombreuses idées de circuits vélo sur

rando.parc-grands-causses.fr

et rando-aubrac.fr !

AVEYRON LE DÉPARTEMENT

Cette carte est éditée par Aveyron Attractivité Tourisme avec le soutien du Département de l'Aveyron.
Publication : Aveyron Attractivité Tourisme
Rédaction : Aveyron Attractivité Tourisme
Graphisme & illustration : Aveyron Attractivité Tourisme
Cartographie : Latitude Cartagène
Impression : Hérail Imprimeur - 09/2026 - ISO 14001
Tirages : 8000 exemplaires.
© Crédits photos :
J.Audigier, V.Govignon, G.Alric, J.Abellan pour Vélo Vert, The FrenchDrone, B.Colomb - Lozère Sauvage, T.Alary
Document non contractuel.

Les distances routières sont indicatives et calculées depuis la limite du département.

N

5 km