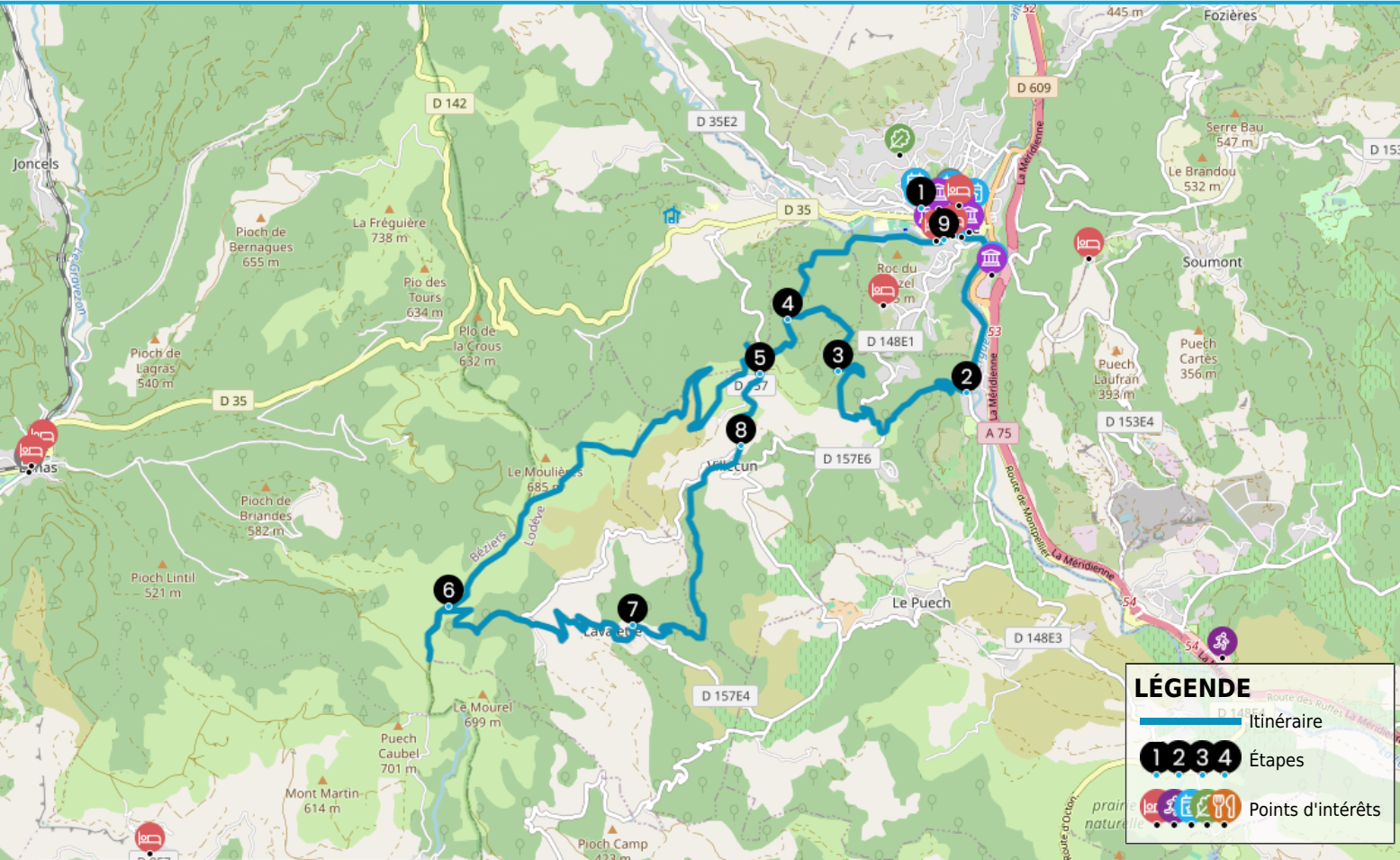


CIRCUIT SAINT-AMANS - ESPACE VTT-FFC LODÉVOIS ET LARZAC

https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/circuit-saint-amans-espace-vtt-ffc-lodevois-et-larzac-lodeve_TFOITILAR034V51BJKY/



INFOS PRATIQUES

- VTT
- LODEVÉ
- Boucle
- 31km
- 3h
- Difficile
- + 870m
- 870m



Labels :

LÉGENDE

- Itinéraire
- Étapes
- Points d'intérêts



PROFIL DE DÉNIVÉLÉ

SURICATE
TOUS SENTINELLE DES SPORTS DE NATURE
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

SIGNALER UN PROBLÈME
sentinelles.sportsdenature.fr



Boucle entre la cuvette du Salagou et les volcans de l'Escandorgue qui laisse ce contraste liant la dolomie claire et le basalte sombre. Roulant quelquefois plus technique.

Les bonnes raisons de choisir cet itinéraire

Traversée de villages, forêt et montées par des pistes. Vue à 360° au point haut du parcours, la Chapelle Saint Amans

COMMENT VENIR ?



PARC MUNICIPAL
face à la gendarmerie
34700 LODEVE

QUI CONTACTER ?



Office de Tourisme Lodévois et Larzac

Tel : +33 4 67 88 86 44
Email : tourisme@lodevoisetlarzac.fr
Site : www.tourisme-lodevois-larzac.fr/



Encadrement et location : RDV Cycles & Connect

Tel : +33 7 88 05 57 71
Site : www.rdv-cycles.fr/

Nos conseils

Les recommandations pour bien vivre à VTT :

Le Vélo Tout Terrain comme on veut ! mais

- Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires
- Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse
- Soyez prudent et courtois lors des dépassements ou croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire
- Contrôlez l'état de votre V.T.T. et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation
- Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage
- Le port du casque est fortement recommandé
- Respectez les propriétés privées et les zones de cultures
- Attention aux engins agricoles et forestiers
- Réfermez barrières et portillons par rapport aux élevages
- Évitez la cueillette sauvage de fleurs, fruits et champignons
- Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages
- Gardez vos détritrus, soyez discret et respectueux de l'environnement
- Soyez bien assurés

Les étapes du circuit



De Point 1- Départ parc Lodève à Point 2_ le Bouldou

A partir du parc municipal prendre le boulevard Pasteur puis le boulevard Jean Jaures. Au stop prendre à droite sur le pont et de suite à gauche. Après une légère remontée, laisser le pont à gauche et prenez l'avenue Paul Teisserenc sur 1,8 kms puis tournez à droite.



De Point 2_ le Bouldou à Point 3_ Ste Colombe

Vous venez de quitter la route départementale pour accéder par une piste roulante mais montante au village d'Olmet. Attention dans la montée à la 3ème épingle abandonnez la piste et prenez le chemin tout droit qui vous permettra de rejoindre la RD 148 E1. Prendre alors cette RD à droite sur 450 m de descente puis prenez à gauche le chemin bien roulant qui va vous amener à proximité d'un réservoir. Quelques mètres avant sur la gauche prendre sur 400 m un petit sentier qui vous amènera sur une piste forestière.

- 3 De Point 3_Ste Colombe à Point 4_Croisement avec GR7**
Prendre la piste par la droite et la suivre jusqu'à sa sortie avec la RD 157. Prendre à gauche sur la RD sur 150 puis tournez à droite sur le parking de la Défriche.
- 4 De Point 4_Croisement avec GR7 à Point 5_La Défriche**
Croisement de la piste avec le GR 7 (chemin retour)
- 5 De Point 5_La Défriche à Point 6_Croisement vers Lavalette**
Emprunter la piste en terre qui s'élève sur le plateau et roulez jusqu'à la chapelle St Amans. Sur votre gauche 800 m avant l'édifice vous verrez le départ de la suite du circuit mais faites l'effort d'aller voir le point de vue.
- 6 De Point 6_Croisement vers Lavalette à Point 7_Pont Lavalette**
- 7 De Point 7_Pont Lavalette à Point 8_Olmet**
En bas du village sur un pont quitter la RD qui part à droite et prendre le chemin en face que vous allez suivre en déambulant dans les chataîgniers jusqu'au village d'Olmet et Villecun.
- 8 De Point 8_Olmet à Point 9_Pont pointu**
Regagnez le col de la Défriche (point 5) en prenant en face la RD 157 puis suivez l'itinéraire aller jusqu'au point 4 et engagez vous sur le GR7 (balisage rouge et blanc). Sur la partie haute quelques parties techniques dans la forêt, puis chemin bétonné à certains endroits avec un début d'urbanisation (attention véhicule sur chemin étroit). La dernière partie goudronnée vous amènera à la sortie du chemin de la Roche percée.
- 9 Point 9_Pont pointu**
Prenez à gauche le pont pointu puis par la rue Tison coupez l'itinéraire de départ qui est en sens unique pour prendre à gauche la rue Garibaldi, traversez la rue du Collège attention à votre droite, prenez en face la rue Martin Lagarde, franchissez la rue Joseph Galtier et prenez à gauche sur le parc municipal pour retrouver la zone de départ (point 1).

SUR VOTRE CHEMIN...



OFFICES DE TOURISME

OFFICE DE TOURISME DU LODÉVOIS ET LARZAC - LODÈVE

à 0.5km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<https://www.facebook.com/OT.LodevoisLarzac>
Labels : Accueil Vélo

Point d'eau potable
à moins de 500m du départ
LODEVE

Parking covoiturage 3 box vélo
à 3km du départ
LODEVE
+33 4 67 67 67 67

MONUMENTS AUX MORTS DE LODEVE

à moins de 500m du départ
LIEUX DE MÉMOIRE
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<http://www.tourisme-lodevois-larzac.fr>

PLATEAU DU GREZAC

à 0.8km du départ
CAUSSES
LODEVE
+33 4 67 88 86 44



MEUBLÉS & CHAMBRES D'HÔTES

L'AMOURIER - LA JAPONISANTE

à 1.5km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
LODEVE
+33 7 50 41 09 14
<https://amourier-chambres-hotes-lodeve.com/>
Labels : Accueil Vélo

Point d'eau potable
à moins de 500m du départ
LODEVE

VILLAGE
à 21km du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 4 67 67 67 67

APOTICAIRES DE L'HOPITAL DE LODEVE

à 0.5km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<http://www.tourisme-lodevois-larzac.fr>
Labels : Oenotour



HÔTELS

GITES DE LA SOULONDRE - LE LOFT

à 0.6km du départ
MEUBLÉS
LODEVE
+33 6 14 17 64 18
<https://www.gitesdelasoulondre.com/>
Labels : Accueil Vélo

L'AMOURIER - L'AFRICAIN

à 1.5km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
LODEVE
+33 7 50 41 09 14
<https://amourier-chambres-hotes-lodeve.com/>
Labels : Accueil Vélo



SERVICES UTILES

Point d'eau potable
à moins de 500m du départ
LODEVE



ACTIVITÉS & LOISIRS

MUSÉE DE LODÈVE

à 0.6km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<http://www.museedelodeve.fr>
Labels : Accueil Vélo, Oenotour

HÔTEL RESTAURANT L'AUBERGE GOURMANDE

à 21km du départ
HÔTEL-RESTAURANT
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 9 53 90 33 01
<https://aubergegourmande.fr/>

GITE DES TINES

à 0.6km du départ
MEUBLÉS
LODEVE
+33 6 79 63 43 16
Labels : Accueil Vélo

LA FENIÈRE

à 2km du départ
MEUBLÉS
SOU MONT
+33 4 67 44 32 03
Labels : Accueil Vélo

POINT D'EAU POTABLE
à moins de 500m du départ
LODEVE

Point d'eau potable
à 0.5km du départ
LODEVE

RDV CYCLES & CONNECT

à 6.5km du départ
CYCLISME
CELLES
+33 7 88 05 57 71
<https://www.facebook.com/rdvcyclesandconnect/>
Labels : Accueil Vélo

LA HALLE DARDÉ DE LODÈVE

à 0.8km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<http://www.tourisme-lodevois-larzac.fr>



CAMPINGS

STUDIO RIALTO

à 0.6km du départ
MEUBLÉS
LODEVE
+33 6 78 22 52 53
Labels : Accueil Vélo

CHAMBRES D'HÔTES LAS CANS 1

à 4.5km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
SOUBES
+33 4 99 91 11 51
<http://www.las-cans.fr>
Labels : Accueil Vélo

TOILETTES PUBLIQUES
à moins de 500m du départ
LODEVE

Point d'eau potable
à 0.5km du départ
LODEVE



PATRIMOINE CULTUREL

MANUFACTURE NATIONALE DE LA SAVONNERIE, ATELIER DE LODEVE

à 1km du départ
VISITES D'ENTREPRISES
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<https://www.facebook.com/OT.LodevoisLarzac>
Labels : Oenotour

CAMPING DES SOURCES

à 5km du départ
CAMPING
SOUBES
+33 4 67 44 32 02
<https://www.facebook.com/campingdessourcesoubes>
Labels : Accueil Vélo

GITES DE LA SOULONDRE - LA SAINT-JACQUES

à 0.6km du départ
MEUBLÉS
LODEVE
+33 6 14 17 64 18
<https://www.gitesdelasoulondre.com/>
Labels : Accueil Vélo

CHAMBRES D'HÔTES LAS CANS 2

à 4.5km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
SOUBES
+33 4 99 91 11 51
<http://www.las-cans.fr>
Labels : Accueil Vélo

TOILETTES PUBLIQUES
à moins de 500m du départ
LODEVE

Point d'eau potable
à 0.6km du départ
LODEVE

LA CATHEDRALE SAINT-FULCRAN

à moins de 500m du départ
SITES RELIGIEUX
LODEVE
+33 4 67 44 06 32
<http://www.paroissainsaintfulcran.com>
Labels : Oenotour



PATRIMOINE NATUREL

CAMPING VILLAGE DU BOSC NATURISTE

à 26.5km du départ
CAMPING
OCTON
+33 6 18 01 46 26
<http://www.villagedubosc.net>
Labels : Accueil Vélo

L'AMOURIER - LA PANORAMIQUE

à 1.5km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
LODEVE
+33 7 50 41 09 14
<https://amourier-chambres-hotes-lodeve.com/>
Labels : Accueil Vélo

CHAMBRES D'HÔTES LAS CANS 3

à 4.5km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
SOUBES
+33 4 99 91 11 51
<http://www.las-cans.fr>
Labels : Accueil Vélo

CHAMBRES D'HÔTES LAS CANS 4

à 4.5km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
SOUBES
+33 4 99 91 11 51
<http://www.las-cans.fr>
Labels : Accueil Vélo

**GÎTES D'ÉTAPE & GÎTES DE SÉJOUR****GÎTE DE GROUPE LA SOULONDRE**

à 0.6km du départ
GÎTE DE SÉJOUR
LODEVE
+33 6 14 17 64 18
<https://www.gitesdelasoulondre.com/groupes>

GITE LOU CASTELLOU - DIO ET VALQUIERES

à 20km du départ
GÎTE D'ÉTAPE
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 7 77 31 32 35
<https://lesdoudous34.wixsite.com/loucastellou>
Labels : Accueil Vélo

GITE LE REDONDEL - LUNAS

à 21km du départ
GÎTE D'ÉTAPE
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 6 66 07 05 34

**ANIMATIONS & MANIFESTATIONS****FÊTE DE LA NATURE : HISTOIRES D'EAU / DOCUMENTAIRE LA RIVIÈRE**

à moins de 500m du départ
LODEVE
+33 4 67 44 24 60

JEJ: RACONTE-MOI LA PRÉHISTOIRE

à moins de 500m du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<https://www.museedelodeve.fr/>

UNIVERSITÉ DU TEMPS LIBRE DU BAS LANGUEDOC (UTL34)

à moins de 500m du départ
LODEVE
+33 0 74 91 29 74
<https://utl34.fr/>

FÊTE DE LA NATURE : LES FEUILLETS DU LAC

à moins de 500m du départ
LODEVE
+33 4 11 95 04 80
https://mediatheque-lodeve.bibli.fr

HERBES MAGIQUES - ATELIER PLANTES

à moins de 500m du départ
LODEVE
+33 4 11 95 04 80
<https://mediatheque-lodeve.bibli.fr/index.php>

HERBES MAGIQUES - ATELIER CUISINE

à moins de 500m du départ
LODEVE
+33 4 11 95 04 80
<https://mediatheque-lodeve.bibli.fr/index.php>

LA FÊTE DE LA NATURE - CHASSE AU TRÉSOR

à 0.5km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<https://www.tourisme-lodevois-larzac.fr/>

FÊTE DE LA NATURE EN LODÉVOIS ET LARZAC

à 0.5km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 44

VISITE ET SPECTACLE DE DANSE : TRACES

à 0.6km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<http://www.museedelodeve.fr>

JEJ : LES FAKE NEWS DE LA PRÉHISTOIRE

à 0.6km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<http://www.museedelodeve.fr>

VISITE GUIDÉE 1ER DIMANCHE DU MOIS : RENDRE VISIBLE

à 0.6km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<https://www.museedelodeve.fr>

VISITE GUIDÉE : EXPOSITION « RENDRE VISIBLE »

à 0.6km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<https://www.museedelodeve.fr>

VISITE GUIDÉE : EXPOSITION « RENDRE VISIBLE »

à 0.6km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<https://www.museedelodeve.fr>

FÊTE DE LA NATURE : ATELIER D'ÉCRITURE

à 0.6km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<http://www.museedelodeve.fr>

FÊTE DE LA NATURE : VISITE GUIDÉE EXPOSITION « RENDRE VISIBLE »

à 0.6km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<https://www.museedelodeve.fr>

LA NUIT DES MUSÉES À LODÈVE

à 0.6km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<http://www.museedelodeve.fr>

MARCHÉ TRADITIONNEL DE LODÈVE

à 0.7km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<https://www.tourisme-lodevois-larzac.fr/>

FÊTE DE LA NATURE : LE JARDIN S'EXPOSE - JOURNÉE AU JARDIN DES BERGES

à 0.7km du départ
LODEVE
+33 6 46 21 64 19

FÊTE DE LA NATURE : RIVIÈRES EN FÊTE 2025

à 0.7km du départ
LODEVE
+33 6 76 62 11 02
<https://www.oeuvredeau.fr/ref25>

MANUFACTURE DE LA SAVONNERIE - VISITE GUIDÉE

à 1km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 44