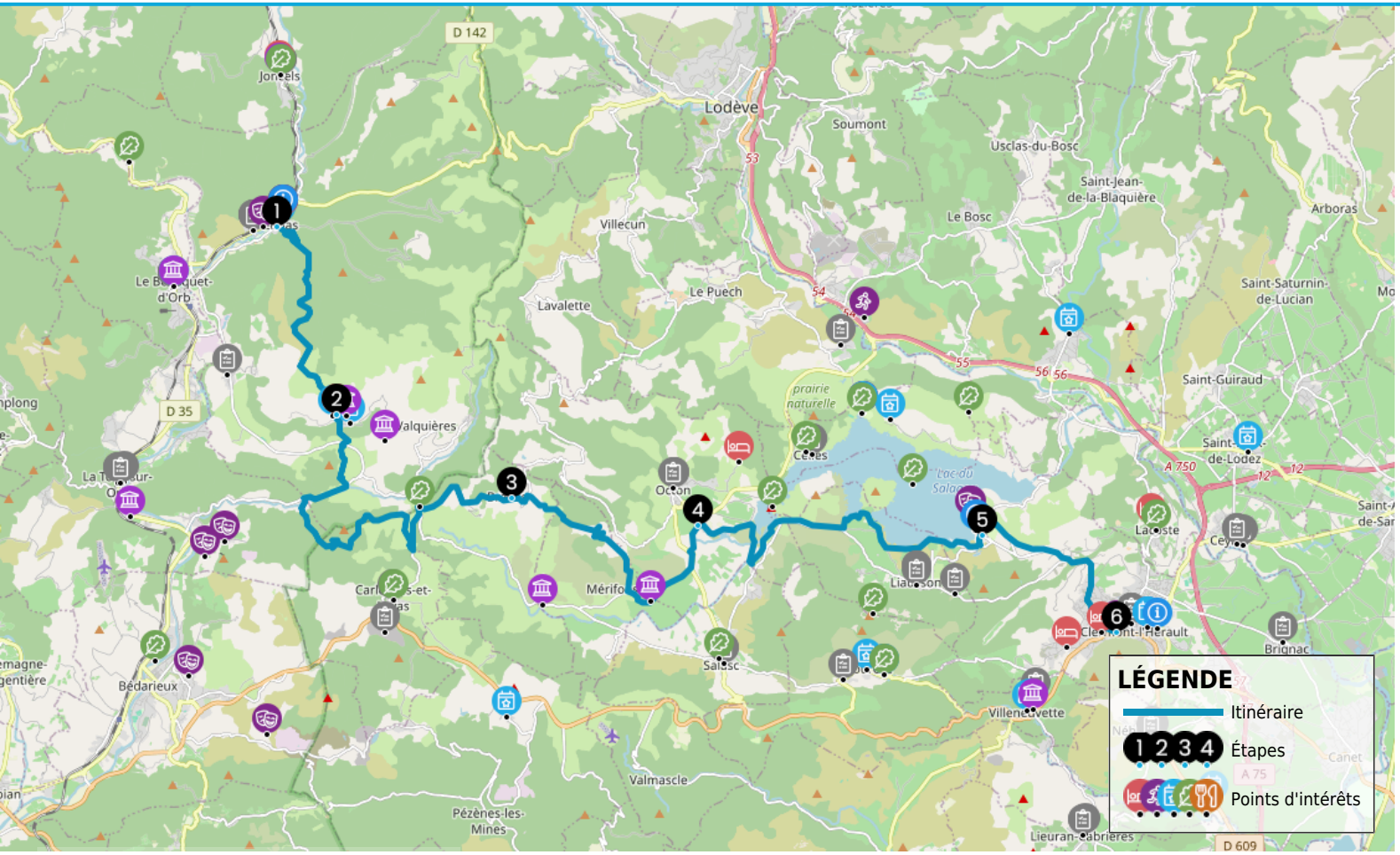
DU LARZAC A LA MEDITERRANEE A VTT SUR LA GTMC: LUNAS - CLERMONT L'HERAULT

https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/du-larzac-a-la-mediterranee-a-vtt-sur-la-gtmc-lunas-clermont-l-herault-lunas-les-chateaux_TFOITILAR034V51H8JU/

Tourisme Hérault



INFOS PRATIQUES

VTT

LUNAS-LES-CHATEAUX

41km

4h

Moyen

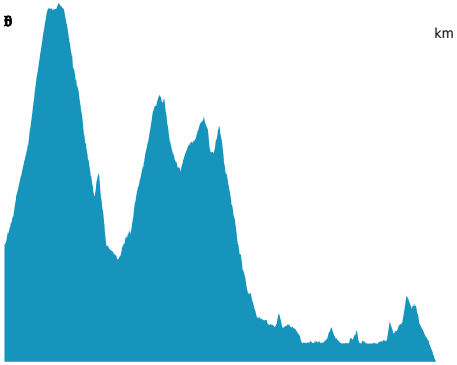
03h00

Moyen

+ 1000m

- 1100m

Labels :



PROFIL DE DÉNIVELÉ

SURICATE
TOUS SENTINELLE DES SPORTS DE NATURE
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

SIGNALER UN PROBLÈME
sentinelles.sportsdenature.fr

Troisième étape de la traversée du Larzac à la Méditerranée sur la GTMC. Après Lunas, l'itinéraire de la GTMC entre pleinement dans le monde méditerranéen.
Une succession de montées et descentes permet de profiter de points de vues d'exception sur les grands espaces du Haut Languedoc puis sur les terres rouges du Salagou.
Nos coups de cœur : Dio et son château, le plateau de Carlencas et surtout… le lac du Salagou !
Spot de rêve pour les vététistes, les abords du lac offrent des singles esthétiques et ludiques, et de multiples invitations à la baignade.
Vignes et oliviers complètent le paysage, avant de rejoindre Clermont l'Hérault et ses nombreux services.

COMMENT VENIR ?

PARKING DU PONT DOURDOU
Rue du Pont Dourdou
34650 LUNAS-LES-CHATEAUX

Accès :
En voiture : à 65km de Montpellier par A750 et A75, sortie 53 (Lodève), puis D35 direction Lunas / Bédarieux.En train : par la ligne TER Béziers - Neussargues, gare de Lunas

QUI CONTACTER ?

Site internet de la GTMC
Site : www.la-gtmc.com/

Les étapes du circuit

1 De Lunas à Dio
Village à caractère plus que millénaire niché au confluent du Gravezon, du Nize et du Dourdou, Lunas posséde un riche patrimoine historique et naturel et offre une étape fort agréable. L'histoire du village remonte à la voie romaine qui reliait le bas Languedoc au Rouergue. Le bourg est dominé par le rocher du Redondel, ancien emplacement d'un château fort célèbre, appartenant au baron de Faugères vicomte de Béziers. Rasé en 1627 il fut reconstruit au bord du Gravezon en 1641 par Henry de Narbonne. Nichée au fond d'une petite vallée à quelques centaines de mètres du cœur du village, la chapelle Saint-Georges est un édifice pré-roman qui fut vraisemblablement construit sur un lieu de culte païen, comme en témoignent les deux tambours de colonnes antiques remployés à la base de son arc triomphal. Au sud du village, la base de loisirs de la Prade vous accueille durant l'été.Traverser le Gravezon et partir à gauche en se dirigeant vers la chapelle Saint-Georges. Récupérer le chemin qui monte afin de se diriger sur le plateau et se rapprocher d'éoliennes. Au niveau de la première éolienne, partir à droite et basculer dans la descente pour rejoindre le village de Dio et son château.

2 De Dio à Brenas
L'arrivée au hameau de Dio est un véritable choc visuel : à l'abri de blanches falaises calcaires et émergeant des terres rouges caractéristiques des environs du lac du Salagou, le village se blottit sous l'imposante silhouette de son château, véritable forteresse de légende. La construction de l'actuel château de Dio, classé Monument Historique en 1930, commença au XIème siècle pour défendre la frontière entre l'Aquitaine, devenue possession des anglais, et le Languedoc. Il fait partie de l'ensemble des Tours à Signaux de la région qui communiquaient entre elles pour surveiller la frontière. Il joua ce rôle jusqu'à la fin de la guerre de cent ans. Une autre période marquante fut, au début du XVII° siècle, sa transformation en résidence de plaisance par la famille de FLEURY : son plus illustre propriétaire fut le Cardinal André Hercule de FLEURY, précepteur puis Premier Ministre du roi Louis XV. Le château, réhabilité depuis une vingtaine d'années par son actuel propriétaire, accueille de nombreux évènements et des visites guidées. Le hameau médiéval est également en cours de réhabilitation et accueille dès à présent plusieurs hébergements touristiques. Quitter le balisage Passa Meridia / GT34 et sortir du village par la route pour atteindre le croisement avec la D8. Partir en face par le sentier d'argilite pour passer entre les deux monts. Récupérer une route et filer à droite. 200 m après une aire de repos, bifurquer à gauche et passer un gué et poursuivre vers Montbarry. Rester dans le creux de la vallée puis commencer un belle mais courte ascension pour se retrouver sur une ligne de crête offrant un superbe panorama, avant d'amorcer une bonne descente et finir sur une route où il faudra partir à gauche jusqu'au croisement (col de la Merquière). Prendre en face sur la D157 jusqu'à Brenas (beaux points de vue sur la vallée du Salagou et les ruines du château de Malavieille).

De Brenas à Mas de Clergues - Octon
A la sortie de Brenas prendre à droite pour rejoindre le hameau du Mas Bas par un beau chemin herbeux. Tourner à droite juste au nord du Mas Bas, puis rester sur la piste principale en direction Est vers Pradels. Une belle descente en lacets, parfois technique, rejoint la chapelle Saint Fulcran puis la D8E3 à proximité de Malavieille. Se diriger vers Octon via la route pour tomber au niveau d'une piste de BMX. La contournerpar la droite et rejoindre le hameau du Mas de Clergues

De Mas de Clergues - Octon à Rives de Clermont
Du Mas de Clergues, il est possible d'accéder rapidement au joli village d'Octon (hébergements, bar, épicerie): prendre à gauche vers le mas de Carles pour rejoindre le centre du village à 1km. Pour se rapprocher du Lac du Salagou, prendre à droite par la rue de la Bergerie au Mas de Clergues. Face au lac, partir à droite et passer un premier puis un second gué et, 200 m après, basculer à gauche pour rejoindre l'itinéraire qui longera des vignes. Se retrouver à un carrefour entre les D148 et D156 pour ensuite longer cette dernière et récupérer une petite route goudronnée qui passera devant les parkings autorisés autour du lac. Rester sur l'itinéraire et toujours rouler proche du lac pour rejoindre le site des rives de Clermont.

De Rives de Clermont à Clermont l'Hérault
Passer devant le camping, en direction de la base de plein air du Salagou. Au niveau d'une barrière, un joli single sur la droite amène à la route du barrage. Bifurquer à droite sur la route pour récupérer une piste qui partira à gauche, 600 m plus loin. Filer tout droit pour atterrir au niveau d'une croix afin de rejoindre la D156E4 et se diriger vers Clermont l'Hérault. Descendre tranquillement cette route et se retrouver au croisement avec la D908, juste après la magasin Ozone VTT.

Clermont l'Hérault
La visite de la ville s'impose ! Découvrez au passage l'imposante église St Paul : un remarquable exemple de gothique méridional. L'intérieur est incroyablement lumineux et aéré… L'étape se finira en terrasse, sur les Allées Salengro : le cœur vivant de la ville, et une merveilleuse ambiance languedocienne, platanes et vins à la clé…

SUR VOTRE CHEMIN...

OFFICES DE TOURISME

OFFICE DE TOURISME GRAND ORB - BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE LUNAS
à moins de 500m du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 4 67 23 76 67
https://www.tourisme.grandorb.fr/

OFFICE DE TOURISME DESTINATION SALAGOU - MAISON DU GRAND SITE DE MOUREZE
à 34km du départ
MOUREZE
+33 4 67 96 23 86
http://www.destination-salagou.fr

OFFICE DE TOURISME DESTINATION SALAGOU - ACCUEIL LAC DU SALAGOU
à 35km du départ
CLERMONT-L'HERAULT
+33 4 67 96 23 86
http://www.destination-salagou.fr

OFFICE DE TOURISME DESTINATION SALAGOU - ACCUEIL CLERMONT L'HÉRAULT
à 41km du départ
CLERMONT-L'HERAULT
+33 4 67 96 23 86
http://www.destination-salagou.fr
Labels : Accueil Vélo

SERVICES UTILES

Point d'eau potable
à moins de 500m du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

VILLAGE
à moins de 500m du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 4 67 67 67 67

BORNE D'EAU
à moins de 500m du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

POINT D'EAU POTABLE
à moins de 500m du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

POINT D'EAU POTABLE
à moins de 500m du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

POINT D'EAU POTABLE
à moins de 500m du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

POINT D'EAU POTABLE
à moins de 500m du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

TOILETTES PUBLIQUES
à moins de 500m du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

Point d'eau potable
à moins de 500m du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

Point d'eau potable
à 0.7km du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

Point d'eau potable
à 0.7km du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

Point d'eau potable
à 0.7km du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

POINT D'EAU POTABLE
à 3km du départ
LE BOUSQUET-D'ORB

POINT D'EAU POTABLE
à 3km du départ
LE BOUSQUET-D'ORB

TOILETTES PUBLIQUES
à 3km du départ
LE BOUSQUET-D'ORB

Point d'eau potable
à 3km du départ
LE BOUSQUET-D'ORB

POINT D'EAU POTABLE
à 3.5km du départ
JONCELS

Point d'eau potable
à 3.5km du départ
JONCELS

Point d'eau potable
à 3.5km du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

Point d'eau potable
à 11km du départ
CARLENCAS-ET-LEVAS

POINT D'EAU POTABLE
à 13.5km du départ
CARLENCAS-ET-LEVAS

Point d'eau potable
à 16.5km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

Point d'eau potable
à 16.5km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

Point d'eau potable
à 16.5km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

POINT D'EAU POTABLE
à 17km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

TOILETTES PUBLIQUES
à 17km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

POINT D'EAU POTABLE
à 23.5km du départ
OCTON

TOILETTES PUBLIQUES
à 23.5km du départ
OCTON

Point d'eau potable
à 23.5km du départ
OCTON

POINT D'EAU POTABLE
à 26.5km du départ
SALASC

Point d'eau potable
à 26.5km du départ
SALASC

POINT D'EAU POTABLE
à 29km du départ
CELLES

TOILETTES PUBLIQUES
à 29km du départ
CELLES

TOILETTES PUBLIQUES
à 30.5km du départ
MOUREZE

SOURCE DE MOURGUE
à 32.5km du départ
LIAUSSON

TOILETTES PUBLIQUES
à 32.5km du départ
LIAUSSON

Point d'eau potable
à 32.5km du départ
LIAUSSON

Point d'eau potable
à 34.5km du départ
LIAUSSON

Point d'eau potable
à 36km du départ
LE PUECH

TOILETTES PUBLIQUES
à 40km du départ
VILLENEUVETTE

POINT D'EAU POTABLE
à 40.5km du départ
CLERMONT-L'HERAULT

TOILETTES PUBLIQUES
à 40.5km du départ
CLERMONT-L'HERAULT

Point d'eau potable
à 40.5km du départ
CLERMONT-L'HERAULT

POINT D'EAU POTABLE
à 43.5km du départ
CEYRAS

TOILETTES PUBLIQUES
à 43.5km du départ
CEYRAS

Point d'eau potable
à 43.5km du départ
CEYRAS

POINT D'EAU POTABLE
à 44km du départ
NEBIAN

POINT D'EAU POTABLE
à 44.5km du départ
BRIGNAC

Point d'eau potable
à 44.5km du départ
NEBIAN

Point d'eau potable
à 44.5km du départ
NEBIAN

Point d'eau potable
à 44.5km du départ
NEBIAN

POINT D'EAU POTABLE
à 46.5km du départ
LIEURAN-CABRIERES

POINT D'EAU POTABLE
à 46.5km du départ
LIEURAN-CABRIERES

Point d'eau potable
à 46.5km du départ
LIEURAN-CABRIERES

ACTIVITÉS & LOISIRS

COURSE D'ORIENTATION A LUNAS
à moins de 500m du départ
PARCOURS D'ORIENTATION
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 4 67 23 76 67

BASE DE LOISIRS DE LA PRADE A LUNAS
à 0.5km du départ
AIRE DE JEUX / PARC À JEUX
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 4 67 23 30 90
https://www.grandorb.fr/Sortir/BaseDeLoisirs.html

VIA FERRATA LES BALCONS DE L'ORB
à 10km du départ
VIA FERRATA
LA TOUR-SUR-ORB
+33 4 67 95 08 79
https://www.tourisme.grandorb.fr/

SITE D'ESCALADE DU CAUSSANEL
à 10.5km du départ
SITE NATUREL D'ESCALADE
LA TOUR-SUR-ORB
+33 4 67 95 08 79
https://www.tourisme.grandorb.fr/

ARBRE & AVENTURE 34
à 16.5km du départ
PARCOURS ACROBATIQUE
BEDARIEUX
+33 6 95 59 90 77
http://www.arbreetaventure34.com

SITE D'ESCALADE DU ROC ROUGE
à 16.5km du départ
SITE NATUREL D'ESCALADE
BEDARIEUX
+33 4 67 95 08 79
https://www.tourisme.grandorb.fr/

BASE NAUTIQUE DU SALAGOU BAIE DES VAILHÈS
à 32.5km du départ
ACTIVITÉS NAUTIQUES
CELLES
+33 6 52 71 01 61
http://base-nautique-salagou.com
Labels : Vignobles et Découvertes

RDV CYCLES & CONNECT BAIE DES VAILHÈS
à 32.5km du départ
VTT
CELLES
+33 7 88 05 57 71
https://www.facebook.com/rdvcyclesandconnect/
Labels : Accueil Vélo, Vignobles et Découvertes

SALLE - BASE DE PLEIN AIR - DESTINATION SALAGOU
à 35km du départ
BASE DE LOISIRS
CLERMONT-L'HERAULT
+33 4 67 96 05 71
http://www.basedusalagou.com
Labels : Vignobles et Découvertes

PORT DE PLAISANCE - BASE DE PLEIN AIR - DESTINATION SALAGOU
à 35km du départ
PORT DE PLAISANCE
CLERMONT-L'HERAULT
+33 4 67 96 05 71
http://www.basedusalagou.com
Labels : Vignobles et Découvertes

RDV CYCLES & CONNECT
à 37km du départ
CYCLISME
CELLES
+33 7 88 05 57 71
https://www.facebook.com/rdvcyclesandconnect/
Labels : Accueil Vélo, Vignobles et Découvertes

OZONE VTT CYCLES - ACCUEIL CLERMONT
à 40km du départ
VTT À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE
CLERMONT-L'HERAULT
+33 4 67 96 27 17
http://www.vtt-salagou.com
Labels : Accueil Vélo, Vignobles et Découvertes

APHYLLANTHE RANDONNÉE
à 40.5km du départ
ACTIVITÉS PÉDESTRES
CLERMONT-L'HERAULT
+33 6 89 78 71 02
http://aphyllanthe-randonnee34.blog4ever.com
Labels : Vignobles et Découvertes

PATRIMOINE CULTUREL

MUSÉE LES LUMIERES DE LA MINE
à 3km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
LE BOUSQUET-D'ORB
+33 4 67 23 80 89

ABBAYE DE JONCELS
à 3.5km du départ
SITES RELIGIEUX
JONCELS
+33 4 67 23 74 16

ÉGLISE SAINT-ETIENNE
à 4.5km du départ
SITES RELIGIEUX
LUNAS-LES-CHATEAUX

CHATEAU DE DIO
à 6.5km du départ
CHÂTEAUX ET SITES DE DÉFENSE
LUNAS-LES-CHATEAUX
04 67 95 09 64

LE FOUR A CHAUX DE LA TOUR SUR ORB
à 15km du départ
BÂTIMENTS CIVILS
LA TOUR-SUR-ORB
+33 6 30 55 83 14

DALLE PALEONTOLOGIQUE DE LA LIEUDE
à 18.5km du départ
SITES ARCHÉOLOGIQUES, ANTIQUES ET PRÉHISTORIQUES
MERIFONS
+33 4 67 96 23 86

CHATEAU DE MALAVIEILLE
à 24km du départ
CHÂTEAUX ET SITES DE DÉFENSE
MERIFONS
04 67 96 23 86

VILLENEUVETTE : MANUFACTURE ROYALE DE DRAPS
à 40km du départ
BÂTIMENTS CIVILS
VILLENEUVETTE
+33 4 67 96 23 86
http://www.clermontais-tourisme.fr
Labels : Oenotour

PATRIMOINE NATUREL

COL ROUGE DE L'ESCANDORGUE
à 3.5km du départ
COLS
JONCELS
+33 4 67 23 80 60

GRANITE DU MENDIC
à 3.5km du départ
MASSIFS ET MONTAGNES
LUNAS-LES-CHATEAUX

LE COL DE LA MERQUIÈRE
à 9km du départ
COLS
BRENAS

LE BELVEDERE GEOLOGIQUE DE CARLENCAS
à 11km du départ
PANORAMAS
CARLENCAS-ET-LEVAS

L'ORB
à 16.5km du départ
FLEUVES ET RIVIÈRES
BEDARIEUX
+33 4 67 95 08 79

LE DYKE ET NECK DE LA ROQUE
à 26km du départ
PANORAMAS
LIAUSSON
+33 4 67 96 23 86
https://www.destination-salagou.fr

ANTICLINAUX ET SYNCLINAUX PYRÉNÉENS
à 26km du départ
CIRQUES
SALASC

BELVÉDÈRE AUX MURS POLYCHROMES
à 29km du départ
MASSIFS ET MONTAGNES
CELLES
+33 4 67 88 86 44
https://www.tourisme-lodevois-larzac.fr/

LE MONT LIAUSSON
à 30.5km du départ
PANORAMAS
LIAUSSON
+33 4 67 96 23 86
Labels : Oenotour

LAC DU SALAGOU
à 32km du départ
LACS ET PLANS D'EAU
CELLES
+33 4 67 88 86 44
www.tourisme-lodevois-larzac.com

LE LAC DU SALAGOU
à 32.5km du départ
LACS ET PLANS D'EAU
CLERMONT-L'HERAULT
+33 4 67 96 23 86
Labels : Oenotour

LE CIRQUE DE MOUREZE
à 34km du départ
CIRQUES
MOUREZE
+33 4 67 96 23 86
https://www.destination-salagou.fr
Labels : Oenotour

PLATEAU BASALTIQUE DE L'AUVERNE
à 36km du départ
CAUSSES
CLERMONT-L'HERAULT
+33 4 67 96 23 86

PLATEAU BASALTIQUE DE LA GERMANE
à 40.5km du départ
PANORAMAS
LACOSTE
+33 4 67 96 32 70

HÔTELS

HÔTEL RESTAURANT L'AUBERGE GOURMANDE
à moins de 500m du départ
HÔTEL-RESTAURANT
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 9 53 90 33 01
https://laubergegourmande.fr/

CAMPINGS

CAMPING VILLAGE DU BOSC NATURISTE
à 25.5km du départ
CAMPING
OCTON
+33 6 18 01 46 26
http://www.villagedubosc.net
Labels : Accueil Vélo

MEUBLÉS & CHAMBRES D'HÔTES

LE MAS DE L'ENCLOS
à 39km du départ
MEUBLÉS
CLERMONT-L'HERAULT
+33 6 85 50 17 19
Labels : Accueil Vélo

LES PÉNATES DE MÉLILOTTE
à 40km du départ
MEUBLÉS
CLERMONT-L'HERAULT
+33 7 87 29 72 05
Labels : Accueil Vélo

LE CLOS DES COUSTOULINS
à 40.5km du départ
MEUBLÉS
LACOSTE
+33 6 87 45 16 67
http://www.closdescoustoulins.com
Labels : Accueil Vélo

GÎTES D'ÉTAPE & GÎTES DE SÉJOUR

GITE LE REDONDEL - LUNAS
à moins de 500m du départ
GÎTE D'ÉTAPE
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 6 66 07 05 34

GÎTE D'ETAPE LA FORGE - JONCELS
à 3.5km du départ
GÎTE D'ÉTAPE
JONCELS
+33 4 67 23 80 09

GITE LOU CASTELLOU - DIO ET VALQUIERES
à 4.5km du départ
GÎTE D'ÉTAPE
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 7 77 31 32 35
https://lesdoudous34.wixsite.com/loucastellou
Labels : Accueil Vélo

ANIMATIONS & MANIFESTATIONS

SPECTACLE COUP DE FOUDRE
à moins de 500m du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 6 14 89 44 08

VISITE COMMENTÉE DE L'ESPACE MUSÉOGRAPHIQUE « LES LUMIÈRES DE LA MINE »
à 3km du départ
LE BOUSQUET-D'ORB
+33 4 67 23 43 38

FETE VAL VER DIO
à 4.5km du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 6 73 72 73 63

VISITE GUIDÉE DU CHÂTEAU FORT DE DIO
à 5km du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 7 84 32 90 30
http://www.chateaudedio.info/#!/Home

LES MERCREDIS AU PAYS : LES POIS CHICHES DE CARLENCAS/CLAUDE JEANJEAN - 2 JUILLET 2025 - 17H30
à 20.5km du départ
LA TOUR-SUR-ORB
+33 4 67 95 08 79
www.bedarieux.tourisme.grandorb.fr

LES MYSTÈRES DE MOURÈZE
à 31km du départ
MOUREZE
+33 4 67 96 23 86

MARINERO, PAR LE PIANO DU LAC
à 32.5km du départ
CELLES
+33 6 62 75 80 94
https://www.polpoproductions.com/le-piano-du-lac

RANDOLAND AU SALAGOU : UNE RANDONNÉE QUI MÈNE L'ENQUÊTE!
à 32.5km du départ
CELLES
+33 4 67 88 86 44
https://www.tourisme-lodevois-larzac.fr/

ACTIVITÉS NATURE ET AG DE DEMAIN LA TERRE !
à 35km du départ
CLERMONT-L'HERAULT
+33 4 67 57 25 44
https://demainlaterre.fr/action/journ%C3%A9e-assembl%C3%A9e-g%C3%A9n%C3%A9rale-de-demain-la-terre-au-lac-du-salagou

VILLENEUVETTE : LA MANUFACTURE ROYALE DE DRAPS
à 40km du départ
VILLENEUVETTE
+33 4 67 96 23 86

LES MARDIS BIO FONT LEUR SHOW
à 40km du départ
VILLENEUVETTE
+33 6 10 30 29 93

LE SALAGOU SOUS LES ÉTOILES
à 40.5km du départ
CLERMONT-L'HERAULT
+33 4 67 96 23 86

L'OPPIDUM DE LA RAMASSE
à 40.5km du départ
CLERMONT-L'HERAULT
+33 4 67 96 23 86

AU BOSC, LE VIN ÇA MARCHE!
à 43km du départ
LE BOSC
+33 9 55 62 03 53

MARCHÉ NOCTURNE DE FONJOYA
à 44.5km du départ
SAINT-FELIX-DE-LODEZ
+33 4 67 96 60 61
https://www.fonjoya.com/