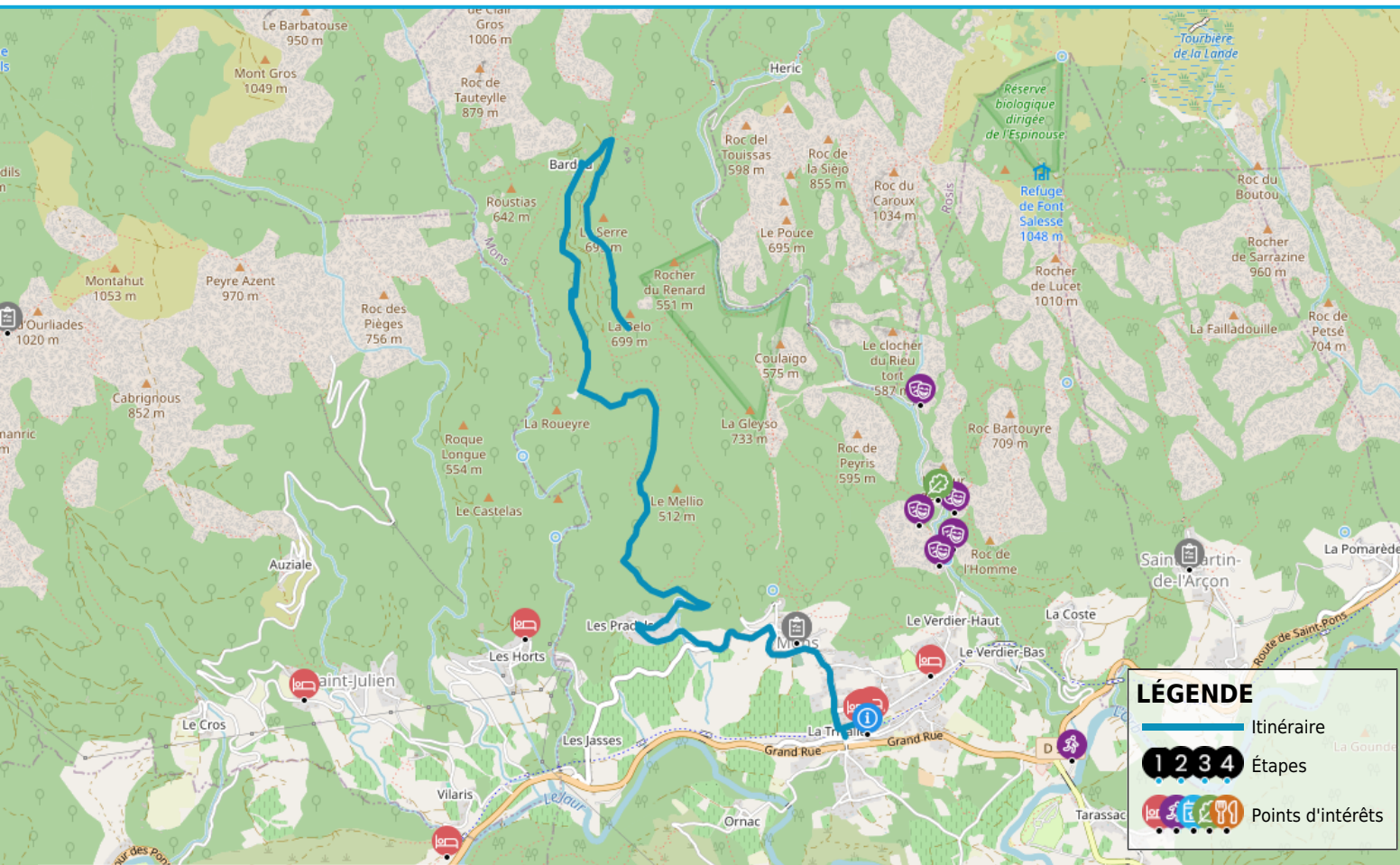

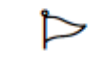



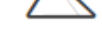


# LIAISON ENDURO N°5 : MONS / BARDOU - SITE VTT-FFC CAROUX EN HAUT LANGUEDOC

[https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/liaison-enduro-n5-mons-bardou-site-vtt-ffc-caroux-en-haut-languedoc-mons-la-trivale\\_TFOITILAR034V52RR22/](https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/liaison-enduro-n5-mons-bardou-site-vtt-ffc-caroux-en-haut-languedoc-mons-la-trivale_TFOITILAR034V52RR22/)



## INFOS PRATIQUES

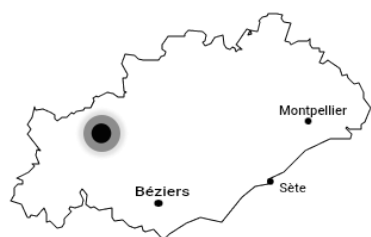
-  VTT
-  MONS
-  7.2km
-  55 min
-  Moyen
-  + 520m



Labels :

### LÉGENDE

-  Itinéraire
-  Étapes
-  Points d'intérêts



PROFIL DE DÉNIVELÉ





Cette liaison enduro permet de rejoindre le départ de la spéciale Bardou (n°27) depuis le centre de Mons-la-Trivalle. Elle emprunte une petite route sur les deux premiers tiers du parcours, parfois raide, mais offrant de superbes panoramas sur les crêtes de l'Espinouse et le vallon du Rec Grand.

La dernière portion se fait sur un sentier plat à faux plat roulant, agréable pour relâcher l'effort avant d'attaquer la descente. Ce tracé est idéal pour les riders souhaitant enchaîner plusieurs spéciales ou organiser une boucle complète au départ de l'Office de Tourisme.

## Les bonnes raisons de choisir cet itinéraire

Une liaison stratégique permet de rejoindre facilement le départ de la spéciale N°27 Bardou

Un final accessible.

Des vues imprenables.

### COMMENT VENIR ?



OFFICE DE TOURISME - MAISON DES  
MONTAGNES DU CAROUX  
113 Avenue de la Gare  
34390 MONS

### QUI CONTACTER ?



**LIAISON ENDURO N°5 : MONS /  
BARDOU - SITE VTT-FFC CAROUX EN  
HAUT LANGUEDOC**  
Tel : +33 4 67 23 02 21  
Site : [www.minervois-caroux.com/](http://www.minervois-caroux.com/)

### Nos conseils

Niveau requis : intermédiaire à confirmé

Route étroite mais peu fréquentée

Sentier final accessible et bien balisé

Prévoir de l'eau et un bon braquet pour la montée

## SUR VOTRE CHEMIN...



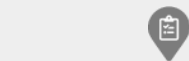
### OFFICES DE TOURISME

#### OFFICE DE TOURISME DU MINERVOIS AU CAROUX EN HAUT LANGUEDOC - MAISON DES MONTAGNES DU CAROUX

à moins de 500m du départ  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 06 65  
<https://www.minervois-caroux.com>  
Labels : Accueil Vélo

POINT D'EAU POTABLE  
à 4km du départ  
OLARGUES

TOILETTES PUBLIQUES  
à 4km du départ  
OLARGUES



### SERVICES UTILES

Voie verte  
à 4km du départ  
OLARGUES  
+33 4 67 67 67 67

POINT D'EAU POTABLE  
à 0.7km du départ  
MONS-LA-TRIVALLE

TOILETTES PUBLIQUES  
à 0.7km du départ  
MONS-LA-TRIVALLE

Point d'eau potable  
à 2.5km du départ  
SAINT-MARTIN-DE-L'ARCON

TOILETTES PUBLIQUES  
à 5km du départ  
COLOMBIERES-SUR-ORB

Point d'eau potable  
à 5km du départ  
COLOMBIERES-SUR-ORB

POINT D'EAU POTABLE  
à 6km du départ  
SAINT-JULIEN



### ACTIVITÉS & LOISIRS

#### SITE D'ESCALADE DES LUTTES BAS

à 1km du départ  
**SITE NATUREL D'ESCALADE**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 06 65  
<https://www.minervois-caroux.com/>

#### CANOE TARASSAC

à 1.5km du départ  
**ACTIVITÉS NAUTIQUES**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 74 64  
<http://www.canoe-tarassac.com>  
Labels : Accueil Vélo

#### SITE D'ESCALADE DE BEYLOT-FERRAN

à 1.5km du départ  
**SITE NATUREL D'ESCALADE**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 06 65  
<https://www.minervois-caroux.com/escalade>

#### SITE D'ESCALADE ECOLE DU ROCHER MARRE

à 1.5km du départ  
**SITE NATUREL D'ESCALADE**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 06 65  
<https://www.minervois-caroux.com/>

#### SITE D'ESCALADE ECOLE DE LA TÊTE DE BRAQUE

à 1.5km du départ  
**SITE NATUREL D'ESCALADE**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 06 65  
<https://www.minervois-caroux.com/>

#### SITE D'ESCALADE DE GEORGES VERGUES

à 2km du départ  
**SITE NATUREL D'ESCALADE**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 06 65  
<https://www.minervois-caroux.com/>



### PATRIMOINE CULTUREL

#### MUSEE D'ARTS ET TRADITIONS POPULAIRES D'OLARGUES

à 4km du départ  
**MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION  
ET COLLECTIONS**  
OLARGUES  
<https://www.olargues.org/decouvertes/musee-arts-populaires.html>

#### CENTRE CEBENNA

à 4.5km du départ  
**MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION  
ET COLLECTIONS**  
OLARGUES  
+33 4 67 97 88 00  
<https://www.cebenna.org>  
Labels : Oenotour

#### HAMEAU DE DOUCH

à 8km du départ  
**BÂTIMENTS CIVILS**  
ROSIS  
+33 5 32 11 09 45  
<https://www.destinationhautlanguedoc.fr>



### PATRIMOINE NATUREL

#### LES GORGES D'HERIC

à 1.5km du départ  
**GORGES**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 06 65  
<https://www.minervois-caroux.com/fr/decouvrir/gorges-d-heric.html>  
Labels : Oenotour

#### PIC DE NAUDECH

à 3.5km du départ  
**PANORAMAS**  
VIEUSSAN  
+33 4 67 97 06 65  
<http://www.minervois-caroux.com>

#### SITE DE L'ALBINE

à 3.5km du départ  
**TOURBIÈRES**  
COLOMBIERES-SUR-ORB  
+33 4 67 67 59 27  
<http://www.herault.fr>

#### NAPPE DE MONTPEYROUX

à 3.5km du départ  
**VALLÉES**  
VIEUSSAN  
04 67 97 06 65

#### LES GORGES DE COLOMBIERES

à 4.5km du départ  
**GORGES**  
COLOMBIERES-SUR-ORB  
+33 4 67 97 06 65  
<http://www.minervois-caroux.com>  
Labels : Oenotour

#### CASCADE LE FREJO

à 6.5km du départ  
**CASCADES**  
OLARGUES  
+33 4 67 97 06 65  
<https://www.minervois-caroux.com>



### CAMPINGS

#### CAMPING DU CAROUX

à 0.7km du départ  
**CAMPING**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 06 63  
<http://www.campingducaroux.com>  
Labels : Accueil Vélo

#### LE SPRING GARDEN

à 4km du départ  
**CAMPING**  
COLOMBIERES-SUR-ORB  
+33 6 14 23 15 34  
[https://www.destination-parcs.fr/fr/fiche/hotellerie-plein-air/camping-a-la-ferme-spring-garden-colombieres-sur-orb\\_TFO34080-HPA-20250422171336700/](https://www.destination-parcs.fr/fr/fiche/hotellerie-plein-air/camping-a-la-ferme-spring-garden-colombieres-sur-orb_TFO34080-HPA-20250422171336700/)  
Labels : Accueil Vélo



### MEUBLÉS & CHAMBRES D'HÔTES

#### VERVEINE

à moins de 500m du départ  
**MEUBLÉS**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 68 11 40 70  
<https://www.gites-de-france-sud.fr/locat-ion-de-vacances/herault/verveine-34g16010-mons-la-trivalle>  
Labels : Accueil Vélo

#### MANOIR LA TRIVALLE - LE FIGUIER

à moins de 500m du départ  
**CHAMBRES D'HÔTES**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 85 56  
<http://www.monslatrivalle.com>  
Labels : Accueil Vélo

#### MANOIR LA TRIVALLE - JASMIN FAMILIALE

à moins de 500m du départ  
**CHAMBRES D'HÔTES**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 85 56  
<http://www.monslatrivalle.com>  
Labels : Accueil Vélo

#### L'INTERLUDE : GÎTE LE CÈDRE

à moins de 500m du départ  
**MEUBLÉS**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 7 67 89 73 00  
<https://www.gite-interlude.com/>  
Labels : Accueil Vélo

#### MANOIR LA TRIVALLE - LE FIGUIER

à moins de 500m du départ  
**CHAMBRES D'HÔTES**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 68 11 40 70  
<https://www.gites-de-france-sud.fr/locat-ion-de-vacances/herault/manoir-la-trivalle-34g16042-mons-la-trivalle>  
Labels : Accueil Vélo

#### MANOIR LA TRIVALLE - CHAMBRE L'OLIVIER

à moins de 500m du départ  
**CHAMBRES D'HÔTES**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 68 11 40 70  
<https://www.gites-de-france-sud.fr/locat-ion-de-vacances/herault/manoir-la-trivalle-34g16042-mons-la-trivalle>  
Labels : Accueil Vélo

#### MANOIR LA TRIVALLE - CHAMBRE FAMILIALE JASMIN

à moins de 500m du départ  
**CHAMBRES D'HÔTES**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 68 11 40 70  
<https://www.gites-de-france-sud.fr/locat-ion-de-vacances/herault/manoir-la-trivalle-34g16042-mons-la-trivalle>  
Labels : Accueil Vélo

#### MANOIR LA TRIVALLE - CHAMBRE FAMILIALE LAVANDE

à moins de 500m du départ  
**CHAMBRES D'HÔTES**  
MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 68 11 40 70  
<https://www.gites-de-france-sud.fr/locat-ion-de-vacances/herault/manoir-la-trivalle-34g16042-mons-la-trivalle>  
Labels : Accueil Vélo

**MAS AZAÏS**

à 2km du départ

**MEUBLÉS**

SAINT-JULIEN

+33 4 68 11 40 70

<https://www.gites-de-france-sud.fr/locat-ion-de-vacances/herault/mas-azaïs-34g27110-st-julien>

Labels : Accueil Vélo

**PETIT GÎTE À LA CAMPAGNE AVEC****TERRASSE**

à 2.5km du départ

**MEUBLÉS**

SAINT-JULIEN

+33 7 70 37 31 66

<https://www.francevelotourisme.com/hebergement/gites-et-locations-de-meubles/petit-gite-a-la-campagne-avec-terrasse>

Labels : Accueil Vélo

**LE KERN**

à 3km du départ

**MEUBLÉS**

SAINT-JULIEN

+33 6 86 91 47 69

<https://www.francevelotourisme.com/hebergement/gites-et-locations-de-meubles/le-kern>

Labels : Accueil Vélo

**MAISON SAINT-LAURENT**

à 4km du départ

**MEUBLÉS**

OLARGUES

+33 4 68 11 40 70

<https://www.gites-de-france-sud.fr/locat-ion-de-vacances/herault/maison-saint-laurent-34g18703-olargues>

Labels : Accueil Vélo

**CHALET LE PEYRAL**

à 4km du départ

**MEUBLÉS**

OLARGUES

+33 7 67 11 75 37

Labels : Accueil Vélo

**L'INTERLUDE**

à moins de 500m du départ

**GÎTE DE SÉJOUR**

MONS-LA-TRIVALLE

+33 7 67 89 73 00

<https://www.gite-interlude.com/>

**LE GARDEN**

à 4km du départ

**GÎTE DE SÉJOUR**

COLOMBIÈRES-SUR-ORB

+33 6 14 23 15 34

<https://www.facebook.com/spring34garden>

Labels : Accueil Vélo

**GÎTE RENÉ MAGNALDI**

à 8km du départ

**GÎTE DE SÉJOUR**

ROSIS

+33 6 61 22 96 25

<https://www.facebook.com/GITESDEDOUCH>

**GÎTE MARCEL CÈBE**

à 8km du départ

**GÎTE DE SÉJOUR**

ROSIS

+33 6 61 22 96 25

<https://www.facebook.com/GITESDEDOUCH>

**LES BOURDILS - SUD RANDOS**

à 8.5km du départ

**REFUGE NON GARDÉ**

MONS-LA-TRIVALLE

+33 6 83 62 18 76

<https://www.facebook.com/pages/Les-Bourdils/621167847992096>



**GÎTES D'ÉTAPE & GÎTES DE SÉJOUR**