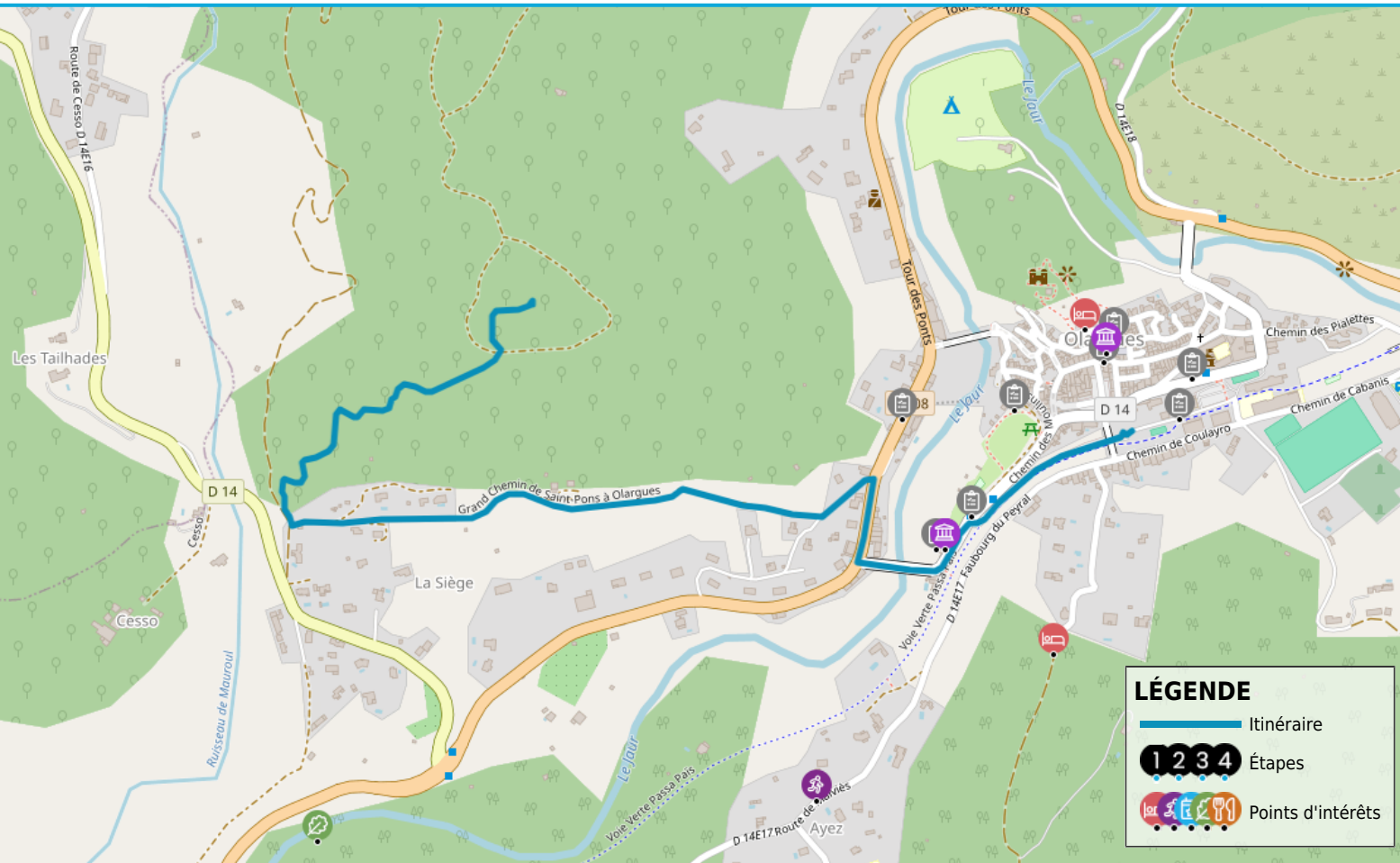


SPÉCIALE ENDURO N°21BIS - LA PLAINE - SITE VTT-FFC CAROUX EN HAUT-LANGUEDOC

https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/speciale-enduro-n21bis-la-plaine-site-vtt-ffc-caroux-en-haut-languedoc-olargues_TFOITILAR034V52S7IF/



LÉGENDE

- Itinéraire
- 1 2 3 4 Étapes
- Points d'intérêts

INFOS PRATIQUES

- VTT
- OLARGUES
- 2km
- 5 min
- Très facile
- 140m



Labels :



PROFIL DE DÉNIVELÉ



COMMENT VENIR ?



UNITÉ TERRITORIALE D'OLARGUES -
MAISON DE L'ENVIRONNEMENT
Esplanade de la Gare
34390 OLARGUES

QUI CONTACTER ?



**Office de Tourisme du Minervois au
Caroux**

Tel : +33 4 67 97 06 65

Email : tourime@minervois-caroux.com

Site : www.minervois-caroux.com/

ATTENTION (Information du 13 février 2026) : pour votre sécurité, suite aux récentes intempéries, cet itinéraire est fermé jusqu'à nouvel ordre.

Dans la continuité de la célèbre spéciale «La Section?», cette variante complémentaire du site VTT-FFC Caroux en Haut-Languedoc offre un terrain de jeu idéal pour progresser en douceur dans l'univers de l'enduro.

Sur 2 km et 140 m de dénivelé négatif, le tracé déroule une descente fluide et accessible, ponctuée de petits obstacles naturels qui permettent de travailler la précision et la confiance sans jamais mettre en difficulté. Les virages s'enchaînent dans un cadre boisé et lumineux, invitant à jouer avec les appuis et à perfectionner son pilotage.

Cette spéciale se distingue par son caractère complémentaire : elle prolonge l'expérience de «La Section» en proposant une version plus longue et tout aussi ludique, parfaite pour les enduristes débutants ou les pratiquants en quête de plaisir immédiat. Le retour au parking est intégré au parcours, avec une portion descendante supplémentaire d'environ 900 m qui prolonge la sensation de glisse et garantit une fin de sortie tout en fluidité. Une descente conviviale et formatrice, qui incarne l'esprit accessible et joueur du Caroux.

Cotation FFC : Vert

Les bonnes raisons de choisir cet itinéraire

1. Complément idéal de "La Section".
2. Obstacles faciles pour progresser en confiance.
3. Descente longue et fluide jusqu'au parking.

Nos conseils

Le retour au parking est compris dans la spéciale, partie descendante d'environ 900m

- Idéal pour répéter après «La Section» : prévoir deux passages successifs.
- Se concentrer sur la fluidité plutôt que la vitesse.
- Utiliser cette spéciale comme échauffement avant des parcours plus techniques.

L'accès à cette spéciale se fait au départ d'Olargues en empruntant la liaison enduro n° 1

SUR VOTRE CHEMIN...



OFFICES DE TOURISME

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

à 5km du départ
MONS-LA-TRIVALLE
+33 4 67 97 06 65
<https://www.minervois-caroux.com>
Labels : Accueil Vélo

PARKING CEBENNA
à 0.8km du départ
OLARGUES
+33 4 67 97 70 79

POINT D'EAU POTABLE
à 0.9km du départ
OLARGUES

POINT D'EAU POTABLE
à 3.5km du départ
SAINT-JULIEN

POINT D'EAU POTABLE
à 5km du départ
MONS-LA-TRIVALLE
+33 4 67 97 71 70

CAROUX ÉLECTRO VÉLO
à 5km du départ
VTT À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE
MONS-LA-TRIVALLE
+33 6 26 34 15 56
<https://caroux-electro-velo.com/>

VÉLO DES GORGES D'HÉRIC
à 6.5km du départ
VTC
MONS-LA-TRIVALLE
+33 6 30 95 89 86
<https://www.stationducaroux.com/>

CENTRE CEBENNA
à 0.8km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
OLARGUES
+33 4 67 97 88 00
<https://www.cebenna.org>
Labels : Oenotour

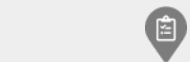
MUSEE D'ARTS ET TRADITIONS POPULAIRES D'OLARGUES
à 1km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
OLARGUES
<https://www.olargues.org/decouvertes/musee-arts-populaires.html>

MAISON SAINT-LAURENT
à 0.9km 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 1km du départ
MEUBLÉS
OLARGUES
+33 7 67 11 75 37
Labels : Accueil Vélo

VERVEINE
à 5km 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

L'INTERLUDE : GÎTE LE CÈDRE
à 5km du départ
MEUBLÉS
MONS-LA-TRIVALLE
+33 7 67 89 73 00
<https://www.auberge-interlude.com/>
Labels : Accueil Vélo



SERVICES UTILES

CRÉDIT AGRICOLE DU LANGUEDOC - DISTRIBUTEUR DE BILLETS
à 0.9km du départ
OLARGUES

TOILETTES PUBLIQUES - MMC
à 5km du départ
MONS-LA-TRIVALLE
+33 4 67 97 71 70

SITE D'ESCALADE DE BEYLOT-FERRAN
à 7km du départ
SITE NATUREL D'ESCALADE
MONS-LA-TRIVALLE
+33 4 67 97 06 65
<https://www.minervois-caroux.com/escalade>



PATRIMOINE NATUREL

LE KERN
à 2km du départ
MEUBLÉS
SAINT-JULIEN
+33 6 86 91 47 69
<https://www.francevelotourisme.com/hebergements/gites-et-locations-de-meubles/le-kern>
Labels : Accueil Vélo

MANOIR LA TRIVALLE - LE FIGUIER
à 5km 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

STATIONNEMENT FAUBOURG ST ROCH
à 0.7km du départ
OLARGUES

Voie verte
à 1km du départ
OLARGUES
+33 4 67 67 67 67



ACTIVITÉS & LOISIRS

SITE D'ESCALADE DES LUTTES BAS
à 7km du départ
SITE NATUREL D'ESCALADE
MONS-LA-TRIVALLE
+33 4 67 97 06 65
<https://www.minervois-caroux.com/>

CASCADE LE FREJO
à 1km du départ
CASCADES
OLARGUES
+33 4 67 97 06 65
<https://www.minervois-caroux.com>

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/hebergements/gites-et-locations-de-meubles/petit-gite-a-la-campagne-avec-terrasse>
Labels : Accueil Vélo

MANOIR LA TRIVALLE - CHAMBRE L'OLIVIER
à 5km 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

AIRE DE PIQUE-NIQUE DU PONT DU DIABLE
à 0.8km du départ
OLARGUES
+33 4 67 97 70 79

WC PUBLICS - ESCALIER DU PLAN DU VERDIER
à 1km du départ
OLARGUES
+33 4 67 97 70 79

CENTRE CEBENNA
à 0.8km du départ
ACTIVITÉS CULTURELLES
OLARGUES
+33 4 67 97 88 00
<https://www.cebenna.org>

SITE D'ESCALADE ECOLE DE LA TÊTE DE BRAQUE
à 7km du départ
SITE NATUREL D'ESCALADE
MONS-LA-TRIVALLE
+33 4 67 97 06 65
<https://www.minervois-caroux.com/>

PIC DE NAUDECH
à 4.5km du départ
PANORAMAS
VIEUSSAN
+33 4 67 97 06 65
<http://www.minervois-caroux.com>

MAS AZAÏS
à 3.5km du départ
MEUBLÉS
SAINT-JULIEN
+33 4 68 11 40 70
<https://www.gites-de-france-sud.fr/locat-ion-de-vacances/herault/mas-azaïis-34g2110-st-julien>
Labels : Accueil Vélo

MANOIR LA TRIVALLE - CHAMBRE FAMILIALE JASMIN
à 5km 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

AIRE PIQUE-NIQUE DE LA VOIE VERTE
à 0.8km du départ
OLARGUES

WC PUBLICS - CHEMIN ST LAURENT
à 1km du départ
OLARGUES
+33 4 67 97 70 79

BON PIED BON OEIL
à 0.9km du départ
ACTIVITÉS PÉDESTRES
OLARGUES
+33 6 44 94 22 31
Labels : Vignobles et Découvertes



PATRIMOINE CULTUREL



MEUBLÉS & CHAMBRES D'HÔTES

"DOMAINE DE TOULE "
à 3.5km du départ
MEUBLÉS
MONS-LA-TRIVALLE
+33 7 67 11 75 37
Labels : Accueil Vélo

MANOIR LA TRIVALLE - CHAMBRE FAMILIALE LAVANDE
à 5km 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



**GÎTES D'ÉTAPE & GÎTES DE
SÉJOUR**

L'INTERLUDE

à 5km du départ

GÎTE DE SÉJOUR

MONS-LA-TRIVALLE

+33 7 67 89 73 00

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



**ANIMATIONS &
MANIFESTATIONS**

CONCERT DUO DJANKO

à 2.5km du départ

SAINT-JULIEN