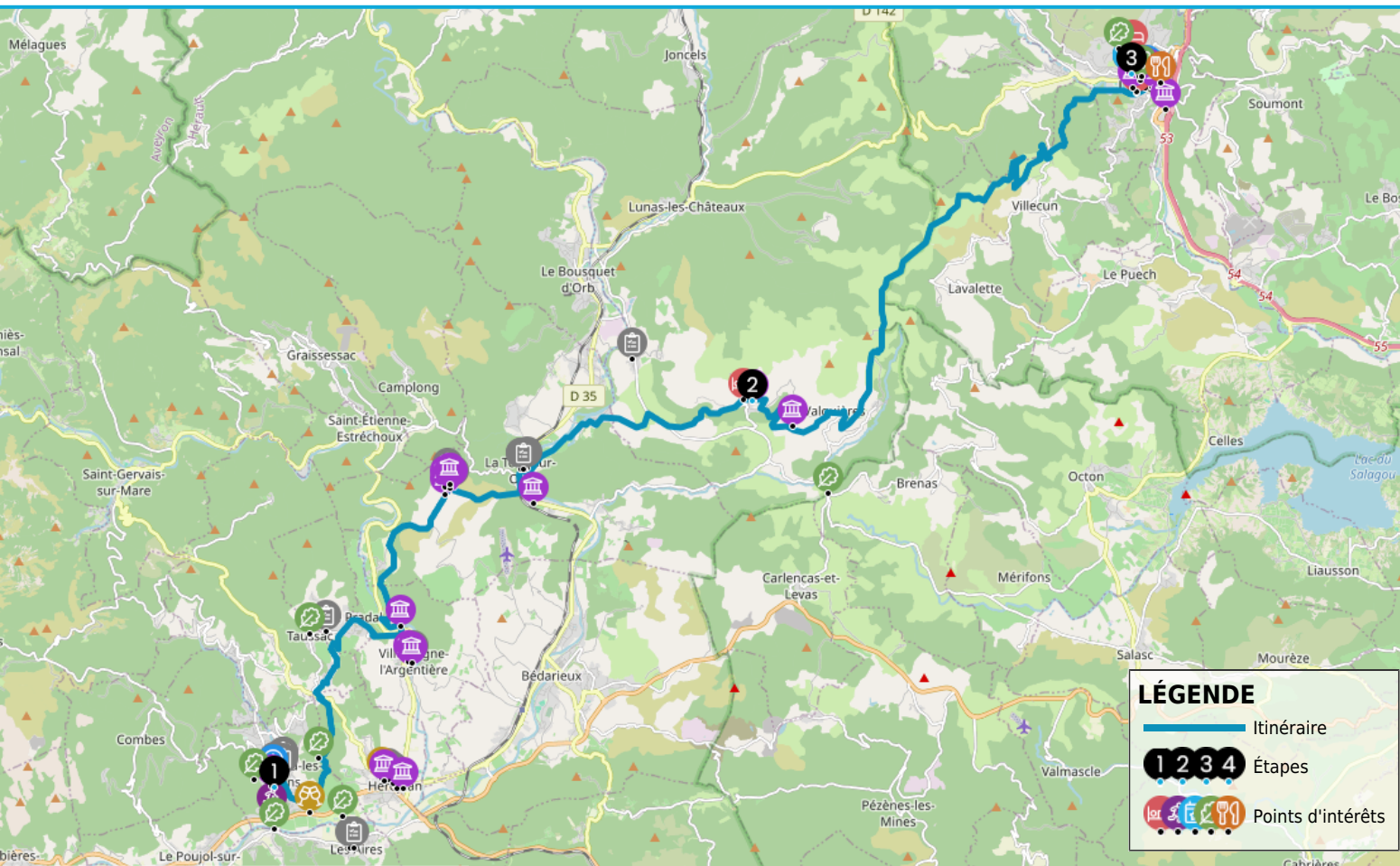


2 JOURS SUR LE GR® 7 ITINÉRANCE DÉCOUVERTE GRAND ORB

https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/2-jours-sur-le-gr7-itinerance-decouverte-grand-orb-lamalou-les-bains_TFOITILAR034V52SQFU/



INFOS PRATIQUES



Pédestre



LAMALOU-LES-BAINS



41km



En itinérance



Difficile

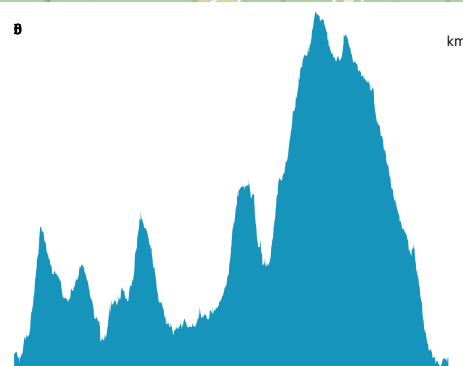


+ 1140m



- 1150m

Labels : **More GR**



PROFIL DE DÉNIVELÉ





COMMENT VENIR ?



ARRÊT BUS LIGNE 661/663
Avenue Charcot
34240 LAMALOU-LES-BAINS



Accès :
Ligne de bus 661/663

QUI CONTACTER ?



Parc naturel régional du Haut-Languedoc
Site : www.parc-haut-languedoc.fr/



Emilie Dubourg, chargée de mission PNR HL
Email : apn@parc-haut-languedoc.fr



Office de Tourisme du Minervois au Caroux
Site : www.minervois-caroux.com/fr/



Office de Tourisme Grand Orb
Site : www.tourisme.grandorb.fr/



Office de Tourisme Lodévois et Larzac
Site : www.tourisme-lodevois-larzac.fr/

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

Entre coteaux sculptés et plateaux calcaires, ce parcours dessine une mosaïque de paysages en perpétuel renouveau. Pensé pour les amoureux des beaux tracés, il invite les randonneurs avertis à saisir toute l'âme des Monts d'Orb, le temps d'une échappée itinérante de deux jours, entre ciel et terre.

Les bonnes raisons de choisir cet itinéraire

Les paysages préservés du Parc naturel régional
Les points de vues sur la vallée de l'Orb, les cévennes et la mer méditerranée
Les villages médiévaux et le patrimoine bâti remarquable

Nos conseils

Attention, il est possible que vous croisie des Patous sur votre chemin. Ils gardent les troupeaux, sont très méfiants : restez sur votre chemin et ne cherchez pas à les caresser !

GR® et GR® de Pays sont des marques déposées par la FFRandonnée, elles désignent les itinéraires identifiés sous le nom de «GR®», balisés de marques blanc-rouge ; et sous le nom de «GR® de Pays», balisés de marques jaune-rouge. Ces itinéraires sont des créations de la FFRandonnée. Leur reproduction non autorisée, ainsi que des marques GR® et GR® de Pays constituent une contrefaçon passible de poursuites.
Retrouvez tous les GR® sur mongr.fr

Les étapes du circuit



De Jour 1 Lamalou - Dio à Dio-et-Valquières Jour 2

Pour démarrer cette étape, la montée, courte mais pentue vers la chapelle de Notre-Dame-de-Capimont (km 2), réveille rapidement les muscles. La suite n'est pas de tout repos non plus car s'enchaînent des sentiers vallonnés entre vallées et Causses des contreforts du Larzac. Le terrain devient plus plat au niveau de la traversée de l'Orb (km 15) quand le parcours rentre dans cette large vallée. La fin de l'étape réserve une belle montée sur un monotracer agréable pour rejoindre le village de Dio (km 22).



De Dio-et-Valquières Jour 2 à Arrivée Lodève

Après avoir rejoint Valquières en guise de mise en jambes (km 26), les muscles vont être particulièrement sollicités pour avaler les quelques 350m de dénivelé positif qui permettent de rejoindre le Puech Caubel (km 28, sommet à 400m hors GR® 7) offrant en récompense un joli point de vue sur les monts d'Orb. La suite du parcours offre de magnifiques passages en crêtes sur des chemins variés ne présentant pas de difficulté notable. Cette portion permet donc de se réserver pour aborder les 10 derniers kilomètres en profil descendant qui rejoignent Lodève. Sans être difficile, ce dernier tronçon nécessite une certaine fraîcheur physique, notamment sur les parties en monotracer où certaines pentes peuvent être marquées.



Arrivée Lodève

A Lodève, les lignes de bus 661 et 681 permettent un retour à Montpellier ou Millau. Pour consulter les horaires, consulter le site lio.laregion.fr Sur place vous trouverez facilement de quoi vous restaurer ainsi que de nombreux hébergements.<https://www.tourisme-lodevois-larzac.fr/>

SUR VOTRE CHEMIN...



OFFICES DE TOURISME

TOILETTES PUBLIQUES
à 0.6km du départ
LAMALOU-LES-BAINS

POINT D'EAU POTABLE
à 4km du départ
LES AIRES

Point d'eau potable
à 13km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

Point d'eau potable
à 15km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

Point d'eau potable
à 40km du départ
LODEVE

CAVEAU VILAVIGNE FAUGÈRES
à 1km du départ
VENTE DE VINS AU CAVEAU
FAUGERES
+33 4 67 95 35 39
<http://www.les-crus-faugeres.fr>
Labels : Vignobles et Découvertes, Oenotour



PATRIMOINE CULTUREL

ABBAYE DE VILLEMAGNE
à 8km du départ
SITES RELIGIEUX
VILLEMAGNE-L'ARGENTIERE
+33 4 67 95 09 23

OFFICE DE TOURISME GRAND ORB - BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE LAMALOU-LES-BAINS
à moins de 500m du départ
LAMALOU-LES-BAINS
+33 4 67 95 70 91
<https://www.tourisme.grandorb.fr/>
Labels : Accueil Vélo

Point d'eau potable
à 0.6km du départ
LAMALOU-LES-BAINS

TOILETTES PUBLIQUES
à 4km du départ
LES AIRES

Point d'eau potable
à 13km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

Point d'eau potable
à 15.5km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

Point d'eau potable
à 40.5km du départ
LODEVE

ALMA CERSIUS - CAVEAU D'HÉRÉPIAN
à 3.5km du départ
VENTE DE VINS AU CAVEAU
HEREPIAN
+33 4 67 95 03 53
<https://almacersius.com/>
Labels : Vignobles et Découvertes

CASINO DE LAMALOU-LES-BAINS
à moins de 500m du départ
BÂTIMENTS CIVILS
LAMALOU-LES-BAINS
+33 4 99 42 02 88
<https://www.jaarcasino.com/lamalou-les-bains>

TOUR DE MIRANDE
à 8km du départ
SITES RELIGIEUX
VILLEMAGNE-L'ARGENTIERE
+33 4 67 95 09 23

OFFICE DE TOURISME DU LODÉVOIS ET LARZAC - LODÈVE
à 40.5km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<https://www.facebook.com/OT.LodevoisLarzac>
Labels : Accueil Vélo

Point d'eau potable
à 3.5km du départ
HEREPIAN

Point d'eau potable
à 4km du départ
LES AIRES

Point d'eau potable
à 13km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

Point d'eau potable
à 19.5km du départ
LUNAS-LES-CHATEAUX

Point d'eau potable
à 40.5km du départ
LODEVE

ACTIVITÉS & LOISIRS

MUSEE DE LA CLOCHE ET DE LA SONNAILLE
à 3.5km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
HEREPIAN
+33 4 67 95 39 95
<https://www.grandorb.fr/Sortir/Musees/Musee-de-la-Cloche-et-de-la-Sonnaille/4343.html>
Labels : Accueil Vélo, Oenotour

HOTEL DES MONNAIES
à 8km du départ
MAISON ET HÔTEL PARTICULIER
VILLEMAGNE-L'ARGENTIERE
+33 4 67 95 09 23



SERVICES UTILES

Point d'eau potable
à 3.5km du départ
HEREPIAN

Point d'eau potable
à 4km du départ
LES AIRES

POINT D'EAU POTABLE
à 15km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

POINT D'EAU POTABLE
à 40km du départ
LODEVE

Point d'eau potable
à 40.5km du départ
LODEVE

CAROUX FREERIDE
à 0.8km du départ
VTT
LAMALOU-LES-BAINS
+33 7 83 98 86 59
<https://www.facebook.com/Caroux-freeride-114707747885706/>
Labels : Accueil Vélo

ANCIENNE ÉGLISE SAINT-MARTIAL
à 4km du départ
SITES RELIGIEUX
HEREPIAN

ÉGLISE NOTRE-DAME-DE-LA-PITIÉ DE BOUSSAGUES
à 13km du départ
SITES RELIGIEUX
LA TOUR-SUR-ORB
+33 6 21 71 65 53

TOILETTES PUBLIQUES
à moins de 500m du départ
LAMALOU-LES-BAINS

Voie verte
à 3.5km du départ
HEREPIAN
+33 4 67 67 67 67

Point d'eau potable
à 5.5km du départ
LE PRADAL

TOILETTES PUBLIQUES
à 15km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

TOILETTES PUBLIQUES
à 40km du départ
LODEVE

Point d'eau potable
à 40.5km du départ
LODEVE



RESTAURANTS

PONT DU DIABLE
à 7.5km du départ
PONT
VILLEMAGNE-L'ARGENTIERE
+33 4 67 95 09 23

ANCIENNE ÉGLISE DE LA TRINITÉ
à 13km du départ
SITES RELIGIEUX
LA TOUR-SUR-ORB
+33 6 21 71 65 53

Voie verte
à 0.5km du départ
LAMALOU-LES-BAINS
+33 4 67 67 67 67

POINT D'EAU POTABLE
à 4km du départ
HEREPIAN

Point d'eau potable
à 8km du départ
VILLEMAGNE-L'ARGENTIERE

Point d'eau potable
à 15km du départ
LA TOUR-SUR-ORB

Point d'eau potable
à 40km du départ
LODEVE

VINS & PRODUITS DU TERROIR
LA PAIX
à 41km du départ
HOTEL-RESTAURANT
LODEVE
+33 4 67 44 07 46
<http://www.hotel-dela-paix.com/>
Labels : Vignobles et Découvertes

MUSÉE SAINT-GRÉGOIRE
à 8km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
VILLEMAGNE-L'ARGENTIERE
+33 4 67 97 75 93

CASTELLAS DE BOUSSAGUES
à 13km du départ
CHÂTEAUX ET SITES DE DÉFENSE
LA TOUR-SUR-ORB
+33 6 21 71 65 53

CHATEAU BAS DE BOUSSAGUES
à 13km du départ
CHÂTEAUX ET SITES DE DÉFENSE
LA TOUR-SUR-ORB
+33 6 21 71 65 53

MAISON DU BAILLI
à 13km du départ
MAISON ET HÔTEL PARTICULIER
LA TOUR-SUR-ORB
+33 6 21 71 65 53

VILLAGE MÉDIÉVAL DE BOUSSAGUES
à 13km du départ
CHÂTEAUX ET SITES DE DÉFENSE
LA TOUR-SUR-ORB
+33 6 21 71 65 53

LE FOUR A CHAUX DE LA TOUR SUR ORB
à 15.5km du départ
BÂTIMENTS CIVILS
LA TOUR-SUR-ORB
+33 6 30 55 83 14

ÉGLISE SAINT-ETIENNE
à 22km du départ
SITES RELIGIEUX
LUNAS-LES-CHATEAUX

CHATEAU DE DIO
à 23km du départ
CHÂTEAUX ET SITES DE DÉFENSE
LUNAS-LES-CHATEAUX
04 67 95 09 64

APOTHECAIRERIE DE L'HÔPITAL DE LODÈVE
à 40km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<http://www.tourisme-lodevois-larzac.fr>
Labels : Oenotour

MUSÉE DE LODÈVE
à 40.5km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<http://www.museedelodeve.fr>
Labels : Accueil Vélo, Oenotour

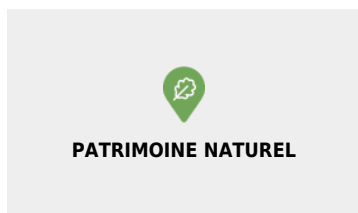
HALLE DARDÉ DE LODÈVE
à 40.5km du départ
MUSÉES, CENTRES D'INTERPRÉTATION ET COLLECTIONS
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<http://www.tourisme-lodevois-larzac.fr>

CATHÉDRALE SAINT-FULCRAN
à 40.5km du départ
SITES RELIGIEUX
LODEVE
+33 4 67 44 06 32
<http://www.paroissesaintfulcran.com>
Labels : Oenotour

MONUMENT AUX MORTS DE LODÈVE
à 40.5km du départ
LIEUX DE MÉMOIRE
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<http://www.tourisme-lodevois-larzac.fr>

GINKGO BILOBA
à 40.5km du départ
JARDINS, PARCS ET ARBORETUMS
LODEVE
+33 4 67 88 86 00

MANUFACTURE NATIONALE DE LA SAVONNERIE, ATELIER DE LODÈVE
à 41km du départ
VISITES D'ENTREPRISES
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<https://www.facebook.com/OT.LodevoisLarzac>
Labels : Oenotour



Forêt de l'Uslade
à 0.6km du départ
BOIS ET FORÊTS
LAMALOU-LES-BAINS
+33 4 67 95 70 91
<https://www.grandorb.fr/tourisme/Detail/Sites-naturels-et-culturels/Foret-de-l-Uslade/PNALAR034V50XRH1.html>

Source Vernière
à 1km du départ
SOURCES
LES AIRES
+33 4 67 95 28 15

Capimont
à 1.5km du départ
PANORAMAS
LAMALOU-LES-BAINS
+33 4 67 95 70 91

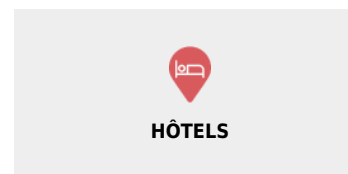
Les Sources de Lamalou les Bains
à 2km du départ
SOURCES
LAMALOU-LES-BAINS
+33 4 67 95 70 91

ORGUES DE TAUSSAC
à 5.5km du départ
MASSIFS ET MONTAGNES
TAUSSAC-LA-BILLIERE
+33 4 67 57 72 97

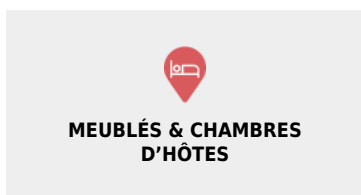
LE COL DE LA MERQUIÈRE
à 26km du départ
COLS
BRENAS
<https://geoparc.herault.fr/>

Le remarquable Ginkgo Biloba de Lodève
à 40.5km du départ
BOIS ET FORÊTS
LODEVE
+33 4 67 88 86 00

PLATEAU DU GRÉZAC
à 41km du départ
CAUSSES
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<https://www.tourisme-lodevois-larzac.fr/>



LOGIS HÔTEL RESTAURANT DE LA PAIX
à 41km du départ
HÔTEL-RESTAURANT
LODEVE
+33 4 67 44 07 46
<http://www.hotel-dela-paix.com>



GITES DE LA SOULONDRE - LE LOFT
à 40km du départ
MEUBLÉS
LODEVE
+33 6 14 17 64 18
<https://www.gitesdelasoulondre.com/>
Labels : Accueil Vélo

GITES DE LA SOULONDRE - APPARTEMENT PROVENÇAL
à 40km du départ
MEUBLÉS
LODEVE
+33 6 14 17 64 18
<https://www.gitesdelasoulondre.com/>
Labels : Accueil Vélo

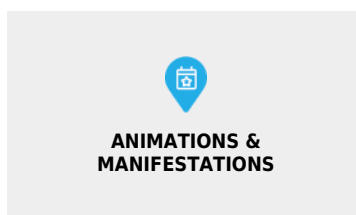
GITES DE LA SOULONDRE - LA SAINT-JACQUES
à 40km du départ
MEUBLÉS
LODEVE
+33 6 14 17 64 18
<https://www.gitesdelasoulondre.com/>
Labels : Accueil Vélo

HÉTIER : HÉBERGEMENT PÈLERIN
à 41km du départ
CHAMBRES D'HÔTES
LODEVE
+33 7 67 87 38 58
<https://chemindecompostelle.com/la-voie-darles-gr653-via-tolosana/hebergements-2/veronique-hetier-lodeve/>



GITE LOU CASTELLOU - DIO ET VALQUIERES
à 21.5km du départ
GÎTE D'ÉTAPE
LUNAS-LES-CHATEAUX
+33 7 77 31 32 35
<https://lesdoudous34.wixsite.com/loucastellou>
Labels : Accueil Vélo

LA SOULONDRE
à 40km du départ
GÎTE DE SÉJOUR
LODEVE
+33 6 14 17 64 18
<https://www.gitesdelasoulondre.com/groupes>



PALÉO-LABO
à 40km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<https://www.museedelodeve.fr/>

PETITE FÊTE DE L'ARBRE DU 27 AU 28 MARS 2026
à 40km du départ
LODEVE
+33 6 37 19 81 38

DÉDICACE "VIGNOBLES ET GÉOLOGIE EN LANGUEDOC" DE JEAN-CLAUDE BOUSQUET
à 40km du départ
LODEVE
+33 4 11 95 04 80
<https://mediatheque-lodeve.bibli.fr/>

JOURNÉE MOUCHE ET RIVIÈRES VIVANTES
à 40km du départ
LODEVE
<https://www.club-mouche-languedoc.fr/index.php/2026/02/24/journee-mouche-rivieres-vivantes/>

MARCHÉ TRADITIONNEL DE LODÈVE
à 40.5km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 44
<https://www.tourisme-lodevois-larzac.fr/>

VISITE GUIDÉE DE L'EXPOSITION
à 40.5km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<https://www.museedelodeve.fr>

VISITE « FLASH »
à 40.5km du départ
LODEVE
+33 4 67 88 86 10
<https://www.museedelodeve.fr>

STAGES D'INITIATION AU CYANOTYPE
à 40.5km du départ
LODEVE
+33 6 18 71 09 90
<https://aydasunuroglu.com/>

LES PHOTOGRAPHES STÉPHANIE COLORIRES ET MARK SMITH S'EXPOSENT À LA FONTAINE
à 40.5km du départ
LODEVE
+33 6 73 90 16 41