



Espace VTT-FFC RODEZ AGGLOMÉRATION



LES CIRCUITS VTT

N°	Nom	Départ	Distance totale	Dénivelé Positif cumulé
1	Les Ponts de Pierre	Le Monastère Parking Combelles	17,5 km	212 m
2	Les Deux Églises		23,6 km	487 m
3	Au fil de la Brienne	Luc-la-Primaude Parking Lac de Planèzes	22,8 km	504 m
4	Les Trois Châteaux		33,5 km	385 m
5	Les Abelles		14,6 km	251 m
6	Le Bois de l'Ours	Rodez Parking Val de Bourran	36,3 km	694 m
7	Vallée de l'Aveyron	Druelle Village d'Amplac	21,8 km	539 m
8	La Cazelle		4,3 km	27 m
9	Rescoundou		6,6 km	42 m
10	Saint Barnabé		11,1 km	89 m
11	Le Muguet	Sébazac Concoures Parking Terrain de Sports	27,8 km	367 m
12	Au fil du Créneau		35,3 km	514 m
13	La Cuvée du Vallon		52,7 km	1107 m
14	Les Cardabelles		21,2 km	157 m
15	Les Balades	Olemps Parking Marie	34,9 km	725 m
16	La Castonétoise		18 km	188 m
17	Les Grands Chemins	Onet-le-Château Parking La Roque	43,3 km	417 m
18	Les Planètes		7,2 km	106 m
A	Layoule - Combelles		2,5 km	104 m
B	Le Pas - Séveyrac		12,3 km	127 m
C	La Roque - Vabre	Liaisons	4 km	68 m
D	Combelles - Sébazac		16 km	172 m
E	Druelle - N°17		1,9 km	17 m

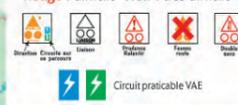
LÉGENDE

- Point de départ VTT
- 1 Numéro au départ VTT
- 1 Point accueil VTT
- 1 Office de Tourisme
- 1 Point information
- P Parking
- Lavage VTT
- Vente VTT
- Réparation VTT
- Point d'eau
- Hébergement
- Restauration
- Meublés
- Commerce
- Camping
- Aire de camping-car
- Dolmen
- Gare SNCF
- Urgences Hôpital
- Appel d'Urgence 112
- ★ Site Remarquable
- ◀ Point de vue
- Liaison

BALISAGE DES CIRCUITS

Les différents circuits sont repérés par des numéros. Ils sont classés en fonction de leur difficulté par la couleur des numéros.

Vert : très facile Bleu : facile
Rouge : difficile Noir : très difficile



CODE DU VÉTÉTISTE

- Les recommandations pour bien vivre à VTT
- 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 de dépassements ou croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire ;
 - Contrôlez l'état de votre VTT et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation ;
 - Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage ;
 - **Le port du casque est fortement recommandé (obligatoire pour les - de 12 ans) ;**
 - Respectez les propriétés privées et les zones de cultures ;
 - Attention aux engins agricoles et forestiers ;
 - Refermez les barrières ;
 - Évitez la cueillette sauvage de fleurs, fruits et champignons ;
 - Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages ;
 - Gardez vos déchets, soyez discret et respectueux de l'environnement ;
 - Soyez bien assuré, pensez au Pass'Loisir.

AGGLOMÉRATION RODEZ Espace VTT-FFC

Espace VTT-FFC RODEZ AGGLOMÉRATION

RODEZ

INFOS

Office de Tourisme Rodez agglomération
10 - 12 Place de la Cité, 12000 RODEZ
Tél. 05 65 75 76 77
infos@tourisme.myrodez.fr
www.tourisme.myrodez.fr

1**SECTEUR COMBELLES**
COMBELLES / VAYSSAC
CHATEAU D'HYARS**LES PONTS DE PIERRE**

Les points marquants de ce parcours :

- Le Domaine de Combelles, situé sur la Commune du Monastère, au cœur d'un parc de 120 hectares de causse, de forêts, de prairies est un site privilégié de nature et de loisirs, où l'on peut se détendre en famille, bénéficier des activités du centre équestre et de l'hébergement du village-vacances.
- Deux traversées de gué sur petit pont en dalle de pierre.
- Le château seigneurial d'Hyars du XIV^e siècle, situé sur la commune de Ste Radegonde.
- Un magnifique point de vue sur Rodez et sa cathédrale.

départ : *Le Monastère*
(parking Combelles)
dist. 17,5 km
déniv. +212 m**2****SECTEUR COMBELLES**
LE MONASTÈRE / COMBELLES
SAINTE-RADEGONDE / INIERES**LES DEUX EGLISES**

Vous pourrez découvrir durant ce parcours :

- Le Domaine de Combelles et son parc équestre, situés sur la Commune du Monastère.
- Deux églises fortifiées des XIV^e et XV^e siècles à Sainte-Radegonde et Inières :
 - l'église de Sainte-Radegonde défendue par trois tours et des échauguettes
 - l'église Saint-Jacques dans le village d'Inières, massive et couronnée de mâchicoulis
- Un magnifique point de vue sur Rodez et sa cathédrale.

départ : *Le Monastère*
(parking Combelles)
dist. 23,6 km
déniv. +487 m**3****SECTEUR PLANÈZES**
PLANEZES / VALLEE DE L'AVEYRON**AU FIL DE LA BRIENNE**

Pour ce circuit rouge, vous partirez du lac de Planèzes. A noter qu'à proximité de ce lac, vous pourrez découvrir le château de Planèzes, dont la construction a débuté au XV^e siècle.

Avec ce château notamment, la commune conserve quelques souvenirs du village médiéval.

Ce parcours vous amènera ensuite dans la vallée de l'Aveyron par des chemins forestiers avec quelques passages techniques.

départ : *Luc-la-Primaube*
(parking Lac de Planèzes)
dist. 22,8 km
déniv. +504 m**4****SECTEUR PLANÈZES**
PLANEZES
LES TROIS CHATEAUX**LES TROIS CHÂTEAUX**

En parcourant ce circuit bleu, qui emprunte de larges chemins agricoles, vous pourrez découvrir trois châteaux :

- Le château du Bouyssou du XIV^e siècle, à Flavin, est situé au cœur d'un domaine de plus de 100 hectares.
- Le château de Viel Vayssac, à Flavin, construit au XVI^e siècle : quadrangulaire à trois niveaux, il comporte un écusson au-dessus du porche en voûte mentionnant la date de 1523.
- Le château seigneurial d'Hyars du XIV^e siècle, est situé sur la commune de Ste Radegonde.

départ : *Luc-la-Primaube*
(parking Lac de Planèzes)
dist. 33,5 km
déniv. +385 m**5****SECTEUR RODEZ**
TOIZAC / AGNAC**LES ABEILLES**

Il s'agit d'un circuit vert, facile, qui vous offrira de jolis points de vue et vous permettra de traverser de beaux villages aux portes de Rodez. Vous pourrez également découvrir la verdoyante vallée de l'Aveyron. Une seule portion de descente (fin de descente après Agnac) présente quelques courts passages qui pourront demander aux débutants de mettre pied à terre, mais elle peut être contournée par la route.

départ : *Rodez*
(parking Val de Bourran)
dist. 14,6 km
déniv. +251 m**6****SECTEUR RODEZ**
VALLEE DE L'AVEYRON
CALZINS**LE BOIS DE L'OURS**

Ce circuit rouge est vallonné et varié avec des passages exigeants. Il offre de superbes points de vue sur la vallée de l'Aveyron, avec des passages en forêt, en plateaux, avec du technique, du roulant : il y en a pour tous les goûts.

départ : *Rodez*
(parking Val de Bourran)
dist. 36,3 km
déniv. +694 m**7****SECTEUR DRUELLE**
AMPIAC
VALLEE DE L'AVEYRON**VALLEE DE L'AVEYRON**

Ce circuit noir avec un parcours difficile, et deux portages, vous permettra de découvrir la vallée de l'Aveyron. Découverte des villages d' Ampiac, Le Pas, St-Clément et le pont de Comencau.

départ : *Druelle*
(village d' Ampiac)
dist. 21,8 km
déniv. +539 m**8****SECTEUR SEBAZAC**
LA CAZELLE

Vous attaquerez ce circuit vert tout en douceur en faisant une boucle autour de stade de football de Sébazac.

Près de Rodez, sur le causse notamment de Sébazac, vous pourrez découvrir de sublimes paysages encore sauvages et préservés avec la présence de buis et genévriers, ainsi que des cazelles (petits abris de pierres sèches construits par les bergers, qui leur servaient de refuge pour se protéger).

départ : *Sébazac Concoures*
(parking Terrains de Sports)
dist. 4,3 km
déniv. +27 m**9****SECTEUR SEBAZAC**
RESCOUNDUDOU

Ce circuit vert, qui s'adresse à tous, est sans grande difficulté. Vous allez débiter ce parcours tout en douceur au départ du stade de football de Sébazac, vous poursuivrez par la croix de Gajac, Gajac, le causse « Le Puech del Triou », pour finir au stade de foot de Sébazac. Vous pourrez découvrir notamment :

- à Gajac, un puits-fontaine qui date du Moyen Age.
- le gisement préhistorique du Rescoundudou qui est un site archéologique occupé au cours du Paléolithique moyen, au Moustérien. Sur ce lieu remarquable, positionné au sud de la route allant de Gajac à Onet l'Eglise, ont été découverts des os humains attribués à la lignée « Néandertal ».

départ : *Sébazac Concoures*
(parking Terrains de Sports)
dist. 6,6 km
déniv. +42 m**10****SECTEUR SAINT BARNABE**
SAINT BARNABE

Vous démarrerez tout en douceur au départ du stade de football de Sébazac, en passant près de l'étang de Mézeilles, en poursuivant par Onet l'Eglise, le causse « Le Puech del Triou », pour finir au stade de football de Sébazac. Vous pourrez apercevoir :

- à Mézeilles, une imposante bâtisse du XVIII^e siècle aux nombreuses ouvertures, enfermée dans un vaste parc arboré clos d'une haute muraille.
- à Onet l'Eglise, une magnifique croix gothique du XV^e siècle, dans le village. S'ajoute à cela, le site exceptionnel du Rescoundudou qui atteste la présence humaine sur la commune de Sébazac depuis 100 000 ans. Les fouilles ont permis de découvrir les restes d'un enfant néandertalien et de nombreux outils.

départ : *Sébazac Concoures*
(parking Terrains de Sports)
dist. 11,1 km
déniv. +89 m**11****SECTEUR SEBAZAC****LE MUGUET***

Vous allez débiter à Sébazac, vous irez ensuite en direction de Mézeilles, Onet le Château, à partir de là, vous prendrez le GR 62 pour passer dans le village de Souyri, toujours par le GR 62 dans le vieux hameau de Sergueville vous trouverez la partie la plus technique du parcours (une descente dans des cailloux), puis vous plongerez dans le bas du village de Salles-la-Source pour suivre l'eau jusqu'à sa cascade, ensuite vous emprunterez une superbe petite route qui serpente dans la falaise sur le plateau (vue à 360° sur la vallée du Créneau), vous poursuivrez direction la gare de Salles-la-Source, Onet l'Eglise, pour finir au stade de football de Sébazac.

Ce superbe parcours vous permet de découvrir le haut vallon de Marcillac. Voici quelques informations complémentaires :

- A Souyri, vous pourrez découvrir l'impressionnante église fortifiée.
- Dans le village de Salles-la-Source, vous trouverez une cascade de plus de 20 mètres, alimentée par une rivière souterraine qui coule depuis l'aven du Tindoul de la Vayssière.

départ : *Sébazac Concoures*
(parking Terrains de Sports)
dist. 27,8 km
déniv. +367 m**12****SECTEUR SEBAZAC****AU FIL DU CRENEAU***

Vous partirez de Sébazac, vous poursuivrez vers Onet le Château, Souyri, Séveyrac, Notre Dame de VANC, Salles-la-Source, Le Crès, Mézeilles, Flars, Puech Baurez, pour finir à Vabre.

En empruntant ce circuit vous pourrez découvrir notamment :

- le dolmen de Séveyrac, appelé aussi Dolmen de Pérignagols n° 1,
- l'église romane de Vanc, située à 1 km du village de Séveyrac
- le domaine de Vabre et son château du XVIII^e siècle avec son toit à la Mansard.

départ : *Sébazac Concoures*
(parking Terrains de Sports)
dist. 35,3 km
déniv. +514 m**13****SECTEUR SEBAZAC**
LA CUVÉE
DU VALLON*

Au départ du stade de football de Sébazac, ensuite vous irez en direction de Mézeilles, Onet le Château, Souyri, Trinquies, pour prendre une piste descendante jusqu'au ruisseau de Vanc, de là vous remonterez à Séveyrac pour retrouver l'église Notre Dame de Vanc, vous passerez devant la cascade, puis vous descendrez au village de Fijaguet, puis Gradels, Roques et vous finirez cette partie dans le village de Marcillac.

Vous remonterez jusqu'à Baulès, le haut de Alseroque, vous passerez au-dessus de Fontcoussergues pour rattraper le GR 62 qui vous conduira à la cascade de Laroque, Le Monteil, ensuite vous plongerez sur le ruisseau Le Créneau pour le suivre jusqu'à Salles-la-Source. Le retour se fera par la gare de Salles-la-Source, Onet l'Eglise et pour finir au stade de football de Sébazac.

Ce superbe parcours vous fera découvrir le vallon de Marcillac, lieu de culture de vigne implanté sur des argiles rouges riches en oxyde de fer, localement appelées « rougiers ».

* **INFOS : Office de Tourisme CONQUES MARCILLAC**
Tél. : 05 65 72 85 00 - www.tourisme-conques.frdépart : *Sébazac Concoures*
(parking Terrains de Sports)
dist. 52,7 km
déniv. +1107 m**14****SECTEUR CONCOURES**
LES CARDABELLES

A partir du stade de Sébazac, prendre le chemin dit « de la fontaine » vers Dalmayrac ; traverser Dalmayrac son château, ses maisons de maîtres ; prendre à gauche vers Bezannes (très beau village). Direction Concoures, puis vous arriverez à Saint-Cyric avec son lac et sa ferme. Vous entrerez dans Concoures en passant à côté du château puis sur la place de l'église avec ses maisons anciennes de caractère. Vous prendrez la direction du causse : (pelouses sèches et genévriers). Vous traverserez la départementale pour aller au village de Lioujas puis Sébazac.

On l'appelle « Cardabelle » mais le vrai nom de ce chardon est Carline à feuilles d'acanthé. On peut la retrouver séchée et clouée aux portes de maisons dans certains villages en décoration, comme baromètre (le capitule se referme à l'approche du mauvais temps) ou en guise de porte-bonheur.

départ : *Sébazac Concoures*
(parking Terrains de Sports)
dist. 21,2 km
déniv. +157 m**15****SECTEUR OLEMPES**
LES BALLADES

Vous traverserez tout d'abord la commune d'Olemps, par une descente sur La Mouline pour rejoindre ensuite le lac de Planèzes. Après avoir traversé le village de Luc (points de vue sur Rodez) un monotrace vous amènera au bord de l'Aveyron que vous franchirez, puis vous passerez par le village d'Ampiac où vous pourrez voir son château. Une très courte liaison routière suivie d'une montée dans les bruyères et un chemin en bord de ruisseau vous permettront de rallier le hameau d'Agnac.

La descente qui suit vous ramènera, via Les ballades, sur l'Aveyron que vous longerez en sous-bois avant la remontée sur Olemps.

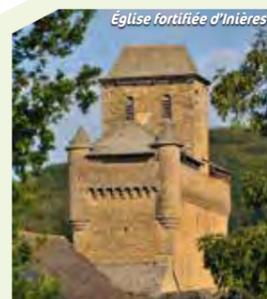
Le cœur du hameau d'Ampiac est constitué par l'église du XV^e siècle et le château. Ses ouvertures, le blason frappé des armes de la famille d'Ampiac (aux deux pommes de pin posées) nous ramènent au XIII^e siècle. Le logis sud, remanié à la Renaissance, est flanqué de tourelles équipées de canonniers ornées de têtes de lion.départ : *Olemps (parking Mairie)*
dist. 34,9 km
déniv. +725 m**16****SECTEUR ONET**
LA CASTONÉTOISECe circuit vert et ses tracés bucoliques vous emmèneront à la découverte d'Onet-le-Château Village dominé par son château du XVI^e siècle, pièce historique médiévale. Au retour, vous passerez à proximité des Costes-Rouges et des Quatre-Saisons, quartiers emblématiques de la commune.départ : *Stade de la Roque*
dist. 18 km
déniv. +188 m**17****SECTEUR ONET**
LES GRANDS
CHEMINS

Pour ce circuit bleu au départ de la Roque ou de la table d'orientation des Costes Rouges (bd des Albatros), vous découvrirez une grande partie d'Onet-le-Château en passant par son château du Moyen Age, très bien conservé.

Vous passerez à côté du dolmen de Seveyrac, de là une vue sur le plateau de l'Aubrac et du Plomb du Cantal. Vous approcherez de l'extrémité de la commune, avec le village de Capelle, pour ensuite revenir vers Onet Village le cœur de la commune et ses quartiers urbains.

départ : *Stade de la Roque*
dist. 43,3 km
déniv. +417 m**18****SECTEUR ONET**
LES PLANÈTES

Départ du circuit vert au complexe sportif de La Roque, juste à côté du lycée, pour faire une boucle, avec un peu de dénivelé, mais roulante et ombragée sur le parcours de randonnée pédestre des Planètes (une randonnée pour apprendre ou réviser notre système solaire de façon ludique et agréable).

départ : *Stade de la Roque*
dist. 7,2 km
déniv. +106 m

Eglise fortifiée d'Inières



Dolmen sur le Causse de Salles la Source

VTT Salles-la-Source et La Roque-sportive