

## Le Cœur d'Hérault à vélo

www.coeur-herault.fr

## Le Cœur d'Hérault à vélo

Office de Tourisme Intercommunal Saint-Cuilhem Vallée de l'Hérault  
3, parc d'activités de Camaléc  
34150 Grignac  
Tél : +33 (0)4 67 86 23 86  
tourisme@ccc-clermontais.fr  
www.ccc-clermontais.fr

Office de Tourisme du Lodevois et Larzac  
7, Place de la République  
34700 Lodève  
Tél : +33 (0)4 67 88 86 44  
Fax : +33 (0)4 67 44 07 56  
tourisme@lodevoislarzac.fr  
lodevoislarzac.fr

## Autour du causse d'Aumelas

### Boucle N°1

Distance : 32 km  
Dénivelé positif cumulé : 632 m  
Durée moyenne : 2h30

Départ : Aire de départ de Randonnée (VTT) - Vendémian  
GPS : Vendémian. Longitude : 3°33'36" E / Latitude : 43°35'10" N

- 0 km** D131 Aumelas Sortir du parking, et tourner à droite.
- 0,7 km** D139 Aumelas Au stop, tourner à droite. Attention, trafic pendulaire!
- 7,4 km** D114 Courmonterral Tourner à droite.
- 14,4 km** D114 E2 Mas de Saincton Cabrials Tourner à droite puis rouler jusqu'à Cabrials et la fin de la D114 E2.
- 26,8 km** D2 D131 Vendémian A la fin de la D114 E2, tourner à droite (attention, route fréquentée) et après 300 m, prendre à nouveau à droite.
- 30,8 km** D131 Vendémian A Vendémian, aller tout droit jusqu'à atteindre l'aire de départ de randonnée.

## La route médiévale

### Boucle N°2

Distance : 34 km  
Dénivelé positif cumulé : 659 m  
Durée moyenne : 2h45

Départ : Maison du Grand Site - Aniane  
GPS : Longitude : 3°33'47" E / Latitude : 43°42'8" N

- 0 km** D27 E1 Eglise St-Sylvestre Sortir du parking et tourner à gauche. Après 200 m, tourner à droite.
- 4,1 km** D32 Puéchabon Au stop, tourner à gauche.
- 5,3 km** D27 E1 Argelliers A la sortie de Puéchabon, tourner à droite.
- 10,5 km** D27 E4 Montarnaud Traverser Argelliers et suivre Montarnaud.
- 17,1 km** D111 La Boissière Aniane A Montarnaud : suivre centre-ville. En contrebas du château, tourner à droite, puis après 200 m, prendre à gauche. Attention, trafic pendulaire!
- 23,3 km** D27 Aniane A la Boissière : au rond-point, tourner à droite. Attention, trafic pendulaire!
- 29,9 km** D27 D32 St-Jean de Fos St-Guilhem le Désert A Aniane : au rond-point, tourner à gauche. Arrivé à la Place de la Liberté, tourner à droite et suivre St-Guilhem jusqu'à la Maison du Grand Site.

## Vignobles de la vallée de l'Hérault

### Boucle N°3

Distance : 17 km  
Dénivelé positif cumulé : 392 m  
Durée moyenne : 1h40

Départ : Aire de départ du Barry - Montpeyroux  
GPS : Longitude : 3°30'26" E / Latitude : 43°42'4" N

- 0 km** D9 Arboras Aller vers le centre du village, puis sur la place de l'Horloge, tourner à droite.
- 3,1 km** D130 St-Saturnin-de-Lucian Après le pont sur le Rouvignous à Arboras, tourner à gauche.
- 5,9 km** D130 E4 St-Guiraud St-Félix-de-Lodez A St-Saturnin, aller tout droit jusqu'à St-Guiraud et St-Félix.
- 9,8 km** D619 Ceyras St-André-de-Sangonis A St-Félix : au stop, tourner à gauche.
- 10,1 km** D141 Jonquières St-Saturnin Laisser l'église de St-Félix sur la droite et tourner à gauche.
- 12,1 km** D141 Montpeyroux A Jonquières, traverser le rond-point.
- 16,7 km** Le Castellans A Montpeyroux, sur la place de l'Horloge, prendre la 2<sup>ème</sup> à gauche.

## Les gorges de l'Hérault et la vallée de la Buèges

### Boucle N°4

Distance : 52,5 km  
Dénivelé positif cumulé : 1766 m  
Durée moyenne : 4h15

Départ : Maison du Grand Site - Aniane  
GPS : Longitude : 3°33'47" E / Latitude : 43°42'8" N

- 0 km** D27 D4 St-Guilhem-le-Désert Sortir du parking et tourner à gauche. Au stop après le pont, tourner à droite.
- 3,9 km** D4 Causse de la Selle Traverser Saint-Guilhem-le-Désert
- 17,8 km** D122 St-Jean-de-Buèges Au rond-point de sortie de Causse de la Selle, tourner à gauche.
- 23,6 km** D122 Pégairrolles-de-Buèges, les Lavagnes Au stop, tourner à gauche.
- 27,3 km** D122 Arboras A proximité de Pégairrolles, aller vers Arboras. Ascension de 6km sur un défilé surplombant la Vallée de la Buèges.
- 44,7 km** D9 Gignac Au stop, tourner à gauche.
- 45,6 km** D141 E3 D141 St-Jean-de-Fos St-Guilhem-le-Désert Traverser Montpeyroux. Sur la place de l'Horloge, tourner à gauche, puis à nouveau à gauche à la sortie du village.
- 50 km** D4 D27 Aniane Pont du Diable Maison du Grand Site Traverser Saint-Jean-de-Fos puis le fleuve Hérault pour rejoindre la Maison du Grand Site.

## Vignobles et capitelles en Clermontais

### Boucle N°5

Distance : 30 km  
Dénivelé positif cumulé : 160 m  
Durée moyenne : 2h30

Départ : Parking Avenue de la Serre - Lieuran-Cabrières  
GPS : Lieuran - Cabrières. Longitude : 03°26'56" E / Latitude : 43°35'08" N

- 0 km** D128 E8 D128 E7 Aspiran Descendre jusqu'à l'entrée du village, tourner à droite puis, après 100m, à gauche.
- 3,5 km** D130 Paulhan A Aspiran, tourner à droite.
- 6,8 km** D609 D10 D128 E2 Paulhan, tourner à gauche vers Clermont puis après, 500 m, prendre deux fois à droite.
- 10,3 km** D128 Adissan A l'entrée d'Uscles, prendre à droite. 1km plus loin, tourner à droite puis, après 200 m, à gauche.
- 14,8 km** D128 D174 D124 Fontès A Adissan, tourner à droite à l'église puis, après 200 m, à gauche et suivre Fontès.
- 19,2 km** D124 D15 Cabrières A la cave coopérative de Fontès, tourner à droite.
- 24 km** D124 E2 Péret A l'entrée de Cabrières, tourner à droite.
- 27,7 km** D128 E2 D128 E5 D128 E8 Lieuran Cabrières A la cave coopérative de Péret, tourner à droite et revenir au village de départ.

## La manufacture royale de Villeneuve et le cirque de Mourèze

### Boucle N°6

Distance : 25 km  
Dénivelé positif cumulé : 220 m  
Durée moyenne : 2h15

Départ : Parking de la Mairie - Nébian  
GPS : Nébian. Longitude : 03°26'11" E / Latitude : 43°36'20" N

- 0 km** D128 E11 A D128 Lieuran-Cabrières Descendre l'Avenue Molière et, après 200 m, tourner à droite.
- 3,5 km** D128 E8 Villeneuve Tourner à droite vers Lieuran et après 200 m, prendre à nouveau à droite.
- 7,1 km** D908 Cirque de Mourèze Arrivé à Villeneuve, tourner à gauche. Attention, route fréquentée!
- 12 km** D8 E1 B D8 Mourèze Tourner à droite puis, après 1 km, à nouveau à droite.
- 14,8 km** D8 Après le village de Mourèze, tourner à gauche en direction de la portion de route inondable.
- 18,6 km** D908 Clermont l'Hérault Au stop, tourner à gauche.
- 20,8 km** D908 D909 D A75 Toutes directions A Clermont, aller tout droit.
- 22,7 km** D609 Nébian Au rond-point, tourner à droite.
- 24,2 km** D128 E Lieuran-Cabrières Nébian Centre Tourner à droite et remonter l'Avenue Molière de Nébian.

## Le tour du lac du Salagou

### Boucle N°7

Distance : 43 km  
Dénivelé positif cumulé : 240 m  
Durée moyenne : 3h30

Départ : Base de plein air - Clermont l'Hérault  
GPS : Clermont l'H. Longitude : 03°23'11" E / Latitude : 43°38'58" N

- 0 km** D156 E4 Clermont l'Hérault Au parking, tourner à gauche.
- 2 km** D156 D148 Lliausson Salac Tourner à droite. A Lliausson, traverser le village et poursuivre jusqu'à Salac.
- 12,7 km** D148 E11 D8 E3 Octon A l'entrée de Salac, tourner à droite.
- 16,4 km** D148 D148 E4 Lodeve A Octon, tourner à droite puis, après 200m, à gauche.
- 24 km** D609 A75 Montpellier St-Fréchoux Au rond-point, tourner à droite.
- 28,2 km** D140 Mas Audran Lacoste Au rond-point, tourner à droite, puis après 400 m, à gauche.
- 33,7 km** D140 Clermont l'Hérault A Lacoste, tourner à gauche.
- 35,5 km** Toutes directions Centre-ville A Clermont l'Hérault, tourner à gauche puis, après 500m, tourner à droite.
- 37 km** D908 D156 E4 Lac du Salagou Après 1 km, au stop, tourner à droite et suivre la direction du Lac jusqu'à Campotel.

## Route sacrée par le balcon du Perthus

### Boucle N°8

Distance : 82 km  
Dénivelé positif cumulé : 2450 m  
Durée moyenne : 6h45

Départ : Parking du Lac - Lodève  
GPS : Départ Lodève. Longitude : 3° 18' 55" E / Latitude : 43° 44' 1" N

- 0 km** A 75 A la sortie du parking tourner à droite vers l'autoroute, puis à nouveau à droite en suivant « Toutes Directions ».
- 1,3 km** D609 D153 St-Privat La Rouquette Après le stop, prendre à droite direction A75. Après 300 m, tourner à gauche.
- 20 km** D153 E1 D9 La Vacquerie Le Caylar 3km après les Salces, tourner à gauche, puis, au bout de la côte, à nouveau à gauche.

Au Caylar, raccourci possible par les Rives (D142), les Sièges, Label, Lauroux jusqu'à Lodève (D151). Distance : 70 km - Dénivelé cumulé positif : 1980 m - Durée moyenne : 5h45

- 44 km** D609 D809 La Pezade Au Caylar, aller tout droit.
- 52 km** D140 D493 Le Mas Raynal La Bastide des Fontès Le Caylar A la Pezade, tourner à gauche et après le Mas Raynal, à nouveau à gauche.
- 66 km** D142 Lunas Au stop, tourner à droite.
- 73 km** D902 Lodève 1 km après le temple bouddhiste, tourner à gauche.
- 82 km** D35 Centre-Ville Parkings A Lodève, au bout de la descente et à l'arrivée en centre-ville, prendre à gauche pour arriver au parking du Parc.

## Le cirque de Navacelles et les grands causses

### Boucle N°9

Distance : 59 km  
Dénivelé positif cumulé : 1850 m  
Durée moyenne : 4h45

Départ : Aire de départ de Randonnée - Le Caylar en Larzac  
GPS : Départ Le Caylar. Longitude : 3° 19' 1" E / Latitude : 43° 51' 52" N

- 0 km** D9 St-Pierre-de-la-Fage Sortir du parking et tourner à droite.
- 12,7 km** D25 St-Maurice-Navacelles Au rond-point du Moulin, tourner à gauche puis au 2<sup>ème</sup> rond-point dans St-Pierre, tourner à droite.
- 23 km** D130 Navacelles A Saint-Maurice, tourner à gauche.
- 31,2 km** D130 E D713 D158 Blandas Vissec Avant Navacelles, tourner à gauche et poursuivre jusqu'à Blandas et Vissec.
- 45,3 km** D113 D113B Sorbs, le Caylar Au pont à la sortie de Vissec, tourner à droite.
- 51 km** D142 E8 D142 E7 D142 Le Cros Le Caylar A Sorbs, puis au Cros, poursuivre vers le Caylar.
- 58,5 km** D9 Le Caylar Au croisement D142/D9, tourner à droite pour arriver au point de départ.

ATTENTION, risque de circulation intense sur la D25 et la D9 en cas de fermeture de l'autoroute

## Route des terroirs

### Boucle N°10

Distance : 55 km  
Dénivelé positif cumulé : 1600 m  
Durée moyenne : 4h30

Départ : Près de la salle des fêtes sur D25 - Soubès  
GPS : Départ Soubès. Longitude : 3° 20' 51" E / Latitude : 43° 45' 57" N

ATTENTION, risque de circulation intense sur la D25 et la D9 en cas de fermeture de l'autoroute

- 0 km** D25 St-Etienne-de-Gourgas St-Pierre de la Fage Prendre la direction de St-Etienne-de-Gourgas.
- 9,7 km** D25 La Vacquerie Au rond-point du moulin, tourner à droite puis au 2<sup>ème</sup> rond-point dans St-Pierre, tourner à nouveau à droite.
- 11,5 km** D9 La Vacquerie, Arboras Après St-Pierre, au hameau du Mas Bedos, tourner à droite. Passage par le col du vent.
- 26,3 km** D130 D130 E4 St-Saturnin St-Guiraud A la sortie d'Arboras, après le pont sur le Rouvignous, tourner à droite et poursuivre jusqu'à Saint-Guiraud.
- 32,1 km** D130 E5 D619 Rabieux Après Saint-Guiraud, tourner à droite.
- 34,6 km** D609 Lodève, Le Bosc Cartels Traverser Rabieux puis poursuivre jusqu'à Cartels et Lodève.
- 47,6 km** D609 A75 Millau Au rond-point, prendre la 3<sup>ème</sup> sortie et traverser Lodève le long de la D609.
- 51,7 km** D25 Soubès Au rond-point après Lodève et une brève entrée dans Soumont et Fozères, tourner à droite pour retourner au point de départ.



### Légende

- Point de Départ
- Numéro au Départ
- Office de Tourisme
- Point information
- Plus beaux villages de France
- Village Circulaire
- Point d'eau
- Location de vélo
- Réparation de vélo
- Table de Pique-nique
- Site majeur ou Grand site
- Site classé
- Site remarquable
- Point de vue
- Raccourci ou variante

Bornes

Distance en km entre les bornes

Pourcentage des pentes des principales difficultés

### Pays Cœur d'Hérault

3 Grands Sites

- Saint-Guilhem le Désert et les Gorges de l'Hérault
- La Vallée du Salagou et le cirque de Mourèze
- Le cirque de Navacelles et le Larzac méridional



### Un concentré d'émotions



### Les Circuits Cyclo

N°	Nom	Départ	Distance	Dénivelé	Durée
1	Autour du causse d'Aumelas	Vendémian	32,0 km	632 m	2h30
2	La route médiévale	Maison du Grand Site Aniane	34,0 km	659 m	2h45
3	Vignobles de la vallée de l'Hérault	Montpeyroux	17,0 km	392 m	1h40
4	Les gorges de l'Hérault et la vallée de la Buèges	Maison du Grand Site Aniane	52,5 km	1766 m	4h15
5	Vignobles et capitelles en Clermontais	Lieurancabrières	30,0 km	160 m	2h30
6	La manufacture royale de Villeneuvevete et le cirque de Mourèze	Nébian	25,0 km	220 m	2h15
7	Le tour du lac du Salagou	Base de Plein-Air Clermont-l'Hérault	43,0 km	240 m	3h30
8	Route sacrée par le Balcon du Perthus	Lodève	82,0 km	2450 m	6h45
8'	Variante	Lodève	70,0 km	1980 m	5h45
9	Le cirque de Navacelles et les grands causses	Le Caylar en Larzac	59,0 km	1850 m	4h45
9'	Variante	Le Caylar en Larzac	42,0 km	635 m	3h15
10	Route des terroirs	Soubès	55,0 km	1600 m	4h30

### Difficultés

- VERT**: Très facile  
Idéal à faire en famille
- BLEU**: Facile  
Abordable par les pratiquants
- ROUGE**: Difficile  
Pour cyclotouriste habitué
- NOIR**: Très Difficile  
Pour randonneur expérimenté et sportif

### Recommandations et Conseils Pratiques

**Avant de partir en randonnée, pour votre confort, pensez à ...**

- vérifier l'état de votre vélo,
- partir avec un minimum de matériel de réparation,
- prévoir boissons et aliments énergétiques.

**Pour votre sécurité, pensez à ...**

- randonner à votre propre rythme, respecter strictement les prescriptions du code de la route et les autres usagers,
- porter un casque, protection efficace en cas d'accident,
- rouler en groupe par deux en file pour permettre aux véhicules de dépasser.

Ces boucles empruntent majoritairement des routes départementales à faible trafic. Sur certains tronçons, ils empruntent néanmoins des routes où le trafic des véhicules est parfois plus dense. **Soyez vigilants !**

**Lors d'une halte ou d'une visite, pour la protection de votre vélo, n'oubliez pas :**

- d'attacher roue et cadre avant de votre vélo,
- un vélo marqué est un vélo protégé. Appelez en cas de vol la gendarmerie ou la police,
- de respecter les propriétés privées et le milieu naturel.

**Les circuits ne sont pas balisés** mais les descriptifs de chaque boucle, au dos de la carte, vous permettent de vous orienter grâce aux panneaux routiers et les informations données sur les embranchements principaux.

NB : La durée du parcours est donnée à titre indicatif, calculée sur la base de 12 Km/heure. Mais elle ne tient pas compte des arrêts pour visites, pauses ou repas.