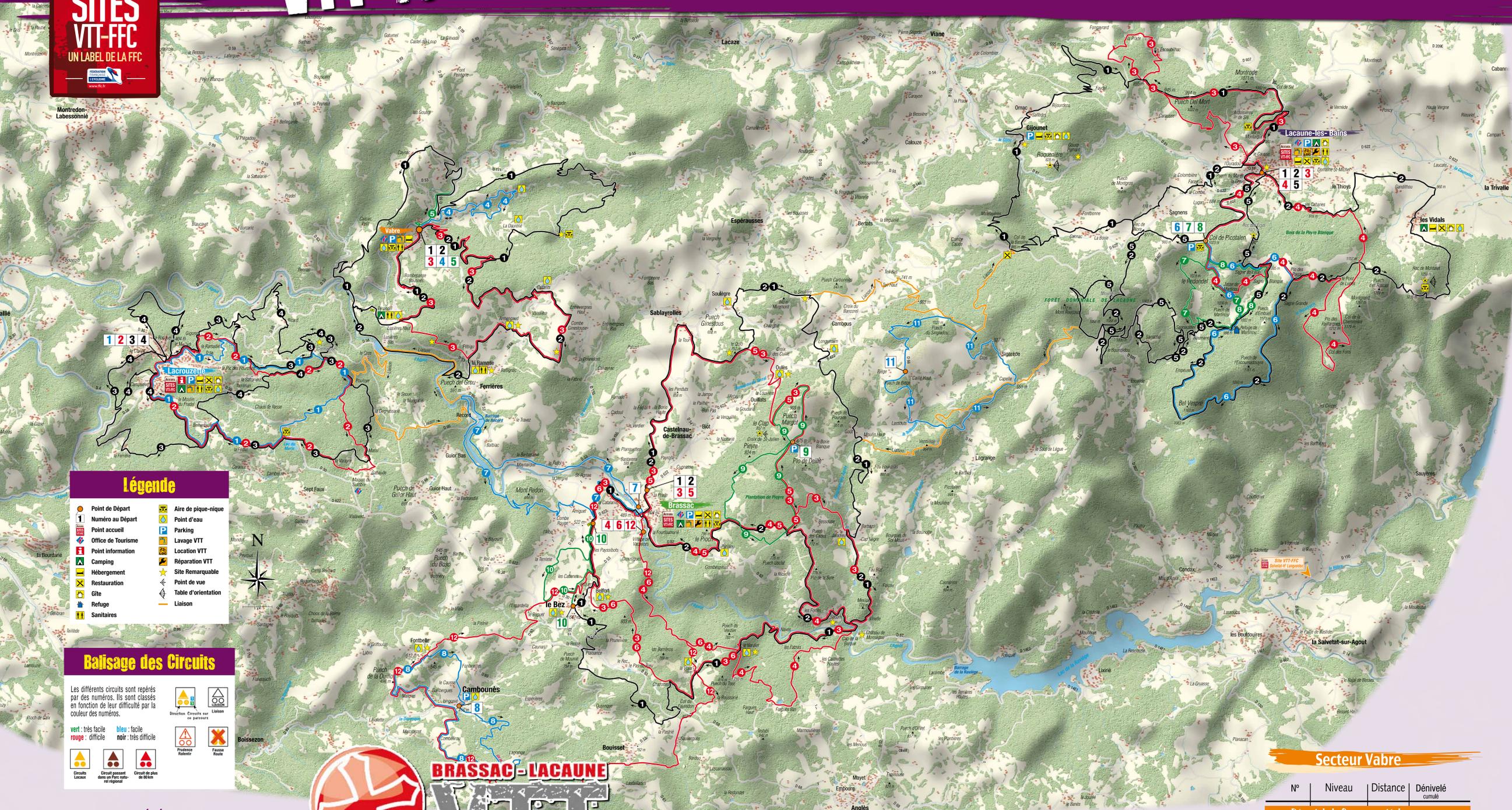




Espace VTT-FFC

Des Hautes Terres d'Oc Vabre

des Monts de Lacaune jusqu'au Sidobre



Légende

	Point de Départ		Aire de pique-nique
	Número au Départ		Point d'eau
	Point accueil		Parking
	Office de Tourisme		Lavage VTT
	Point Information		Location VTT
	Camping		Réparation VTT
	Hébergement		Site Remarquable
	Restauration		Point de vue
	Gîte		Table d'orientation
	Refuge		Liaison
	Sanitaires		

Balises 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

	Circuit Lacaune		Circuit de plus de 80 km
	Circuit passant dans un Parc régional		Passage Buisson
	Circuit de plus de 100 km		Faune Rare

- ### CODE DU VÉTÉTISTE
- Les recommandations pour bien vivre à VTT
- Le Vélo Tout Terrain comme on veut ! mais ...
- 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 courtis lors des dépassements ou croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire
 - Contrôlez l'état de votre V.T.T. et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation
 - Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage
 - Le port du casque est fortement recommandé.
 - 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 détritus, soyez discret et respectueux de l'environnement
 - Soyez bien assuré, pensez au Pass'Loisir.



INFORMATIONS PRATIQUES

LACAUNE-LES-BAINS
office-tourisme@lacaune.com
05 63 37 04 98
Mairie - 05 63 37 00 18

BRASSAC
Accueil SI - 05 63 74 56 97
mairie.brassac.agout@wanadoo.fr
05 63 74 00 18

LACROUZETTE
05 63 50 60 16 - 05 63 74 63 38
sidobreot@aol.com

VABRE
Office de Tourisme
8 rue Vieille - 05 63 50 48 75

Les Circuits VTT

Secteur Lacaune les Bains

N°	Niveau	Distance	Dénivelé cumulé
Départ de la place du Général de Gaulle à Lacaune			
1	Très difficile	32,60 km	+ 1 142 m
2	Très difficile	41,50 km	+ 1 190 m
3	Difficile	21,00 km	+ 690 m
4	Difficile	21,10 km	+ 574 m
5	Très difficile	25,40 km	+ 851 m
Liaison -> Brassac			
Départ au col de Picotalen			
6	Facile	15,70 km	+ 337 m
7	Très facile	7,70 km	+ 159 m
8	Très facile	6,5 km	+ 161 m

Secteur Brassac

N°	Niveau	Distance	Dénivelé cumulé
Départ route de Lacaune à Brassac			
1	Très difficile	47,91 km	+ 1 489 m
2	Très difficile	37,05 km	+ 1 186 m
3	Difficile	42,70 km	+ 1 340 m
5	Difficile	22,89 km	+ 655 m
Départ route du Bez à Brassac			
4	Difficile	24,92 km	+ 854 m
6	Difficile	18,16 km	+ 638 m
12	Difficile	33,53 km	+ 1170 m
Départ route de Ferrières à Brassac			
7	Facile	17,92 km	+ 669 m
Départ à Cambounès			
8	Facile	16,34 km	+ 837 m
Départ aux éoliennes du Margnès (Caillé Haut)			
11	Facile	12,77 km	+ 495 m

Départ à Cambounès			
9	Très facile	11,53 km	+ 271 m
Départ au Terrain de rugby à Brassac ou au Bez			
10	Très facile	6,60 km	+ 166 m
Liaison -> Lacaune			
Liaison -> Lacrouzette			
44,50 km		+ 1 989 m	
26,48 km		+ 823 m	

Secteur Lacrouzette

N°	Niveau	Distance	Dénivelé cumulé
Départ de la Place du Théron à Lacrouzette			
1	Facile	15,84 km	+ 440 m
2	Difficile	18,64 km	+ 531 m
3	Très difficile	26,61 km	+ 1 141 m
4	Très difficile	29,28 km	+ 1 395 m
Liaison -> Brassac			
25,38 km		+ 1 016 m	

Secteur Vabre

N°	Niveau	Distance	Dénivelé cumulé
Départ de la Communauté de commune			
1	Très difficile	34 km	+ 1126 m
2	Très Difficile	25 km	+ 848 m
3	Difficile	22 km	+ 700 m
4	Facile	7,6 km	+ 176 m
5	Très facile	3,2 km	+ 36 m
Liaison -> Brassac			
26,8 km		+ 1139 m	
Liaison -> Lacrouzette			
31,1 km		+ 983 m	