Le Département de l'Hérault est fier d'avoir obtenu en 2022 le label « Terre d'excellence cycliste » et travaille au quotidien pour continuer à aménager et entretenir des parcours sécurisés pour tous les cyclistes dans tous les secteurs du territoire.

Voie verte, véloroute, boucle cyclable… les trajets sont nombreux, variés et adaptés à tous les niveaux. Découverte du patrimoine, sorties familiales ou œnotourisme, les excursions à vélo ne manquent pas de destinations en Hérault pour des trajets sportifs et respectueux de l'environnement.

Nous invitons tout particulièrement les cyclistes à venir découvrir la fresque exceptionnelle qui borde la voie verte *Passa Païs* au cœur du Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc !

Kléber MESQUIDA,
Président du Département de l'Hérault

Marie PASSIEUX,
Vice-présidente déléguée aux sports et aux loisirs

Jean-Louis GELY,
Vice-président délégué au tourisme et à l'économie

Boucles et voies vertes, le vélo en liberté

Pour vos balades en famille, entre villes et littoral, ou dans l'arrière-pays, les pistes cyclables et voies vertes, c'est l'évasion idéale. La meilleure façon de découvrir les paysages de l'Hérault, des ruffes rouges du Salagou au village cathare de Minerve, en passant par la petite Camargue et ses flamants roses, le Causse du Larzac, les roches dolomitiques du Cirque de Mourèze, ou le fameux Pic St-Loup…

Ces circuits sont accessibles à tous, du débutant au sportif. Choisissez le vôtre !

► herault-tourisme.com

	Itinéraire	Commune et lieu de départ	Durée	Kms
1	CASTRIES ET LA PLAINE DE LUNEL	Baillargues – Parking de la Gare	3h00	42,4
2	GARRIGUES AUTOUR DE MONTPELLIER	Saint-Paul-et-Valmalle Parking covoiturage	2h00	22,7
3	PÉZENAS, PLAINE VITICOLE ET PLATEAU BASALTIQUE	Pézenas Parking chemin de l'Amandier	3h00	37,5
4	LES GORGES DE L'HÉRAULT ET LE COL DES LAVAGNES	Aniane – Parking Maison du Grand Site de France des gorges de l'Hérault	4h00	54,5
5	LE TOUR DU PIC-SAINT-LOUP	Viols-le-Fort – Parking D32	3h30	42,4
6	LE VIGNOBLE DU MINERVOIS ET DU SAINT-CHINIAN	Assignan – Parking D177	4h30	50,1
8	L'OPPIDUM D'ENSÉRUNE ET L'ÉTANG ASSÉCHÉ DE MONTADY	Colombiers – Port fluvial	3h00	31,1
9	SAINT-CHINIAN, RELIEFS ET VIGNES	Saint-Chinian – Allées Gaubert	1h00	11,4
10	ENTRE LES VALLÉES DE LA BUÈGES ET DE L'HÉRAULT	Saint-Bauzille-de-Putois – Stade	3h00	37,5
11	LE LAC DU SALAGOU ET LE CIRQUE DE MOURÈZE	Clermont-l'Hérault Parking de l'Esplanade	2h30	25,4
12	À L'ASSAUT DU HAUT-LANGUEDOC DEPUIS MINERVE	Minerve – Parking nord	3h30	37,5
13	LE COL DU PERTHUS ET LE CIRQUE DE LABEIL DEPUIS LODÈVE	Lodève – Parking du monument aux morts Paul Dardé	3h00	40
14	LE TOUR DU PUECH DES MOURGUES	Vacquières – Route du Moulin à vent	2h00	25,8
15	BALADE SUR LA ROUTE DES VIGNOBLES BITTÉROIS	Magalas – Parking de la Gare	1h30	25,8
16	LES VILLAGES DE LA VALLÉE DE L'ORB	Cessenon-sur-Orb – Bords de l'Orb	3h30	42,6
17	LES MAGNIFIQUES ROUTES DE FAUGÈRES	Faugères – Parking de la salle Palais de Bacchus	2h00	25,8
18	LA SOURCE DU LEZ	Les Matelles Parking public route de Saint-Mathieu	1h30	14,1
20	LA ROUTE DES LAVOGNES DU LARZAC	Saint-Pierre-de-la-Fage Parking des randonneurs	2h30	32
21	SUR LES TRACES DES VERRIERS	Saint-Martin-de-Londres Place du Marché	3h00	39,4
22	BALADE AU SUD DU CANAL DU MIDI	Béziers – Domaine de Bayssan	2h30	27,3
23	DU LITTORAL VALRASSIEN AU CANAL DU MIDI	Béziers – Domaine de Bayssan	3h30	36,3
24	AGDE, EAUX DOUCES ET EAUX SALÉES	Agde – Parking de la gare	3h00	31,5
25	LE TOUR DE L'ÉTANG DE THAU	Sète – Parking de la gare	4h30	54,5
26	PÉZENAS, L'ABBAYE DE VALMAGNE ET L'ÉTANG DE THAU	Marseillan-Ville – Place du Théâtre	5h30	63,3
27	LES ÉTANGS PALAVASIENS	Palavas-les-Flots – Arènes	3h30	37,2
28	LA ROUTE DES MAS ET LE CANAL DE LUNEL	La Grande Motte – Casino	3h30	43,6

Votre maison du vélo à Bessilles

Vététistes, la maison départementale du vélo est un lieu incontournable de la pratique VTT.

Havre des sports et loisirs de nature à Montagnac, elle est l'une des étapes de la Grande Traversée du Massif Central et un point d'accueil de l'espace VTT-FFC Hérault Canal du Midi-Méditerranée.

INFORMATIONS
✆ 04 67 24 07 26
✉ bessilles@herault.fr

Les bonnes infos pratiques

ACCUEIL VÉLO, UN LABEL DE QUALITÉ POUR VOUS

C'est la garantie d'un établissement situé à moins de 5 km d'un itinéraire vélo, avec des services et des équipements adaptés, un accueil chaleureux.
Loueurs et réparateurs, offices de tourisme, restaurateurs : dans l'Hérault, plus de 200 prestataires labellisés !

ROULEZ LÉGER ! TRANSPORTS DE BAGAGES

La Malle Postale

BagaFrance

TOUS SENTINELLES SURICATE !

Signaler un problème sur un itinéraire :
sentinelles.sportdenature.fr

SURICATE
TOUS SENTINELLES DES SPORTS DE NATURE

PRÉSERVEZ VOTRE TERRAIN DE JEU EN PARTAGEANT VOS TRACES AVEC OUTDOORVISION

Vous êtes pratiquant passionné de vélo et de nature… **Partagez vos traces GPS** via la plateforme **outdoorvision.fr.** Des données très utiles pour aider les territoires à prendre les bonnes décisions !

► outdoorvision.fr

OUTDOOR VISION

RELAIS D'ÉTAPE DÉPARTEMENTAUX OUVERTS TOUTE L'ANNÉE

Domaine de la Font du Griffe
Montpeyroux
✆ 07 71 59 10 73

Domaine de la Vernède
Saint-Michel
✆ 06 73 63 66 25

Relais de Roqueredonde
✆ 06 82 80 54 79
✉ etape.saintdalmas@free.fr

Relais de Dio et Valquières
✆ 07 77 31 32 35
✉ loucastellou34@gmail.com

Relais de Serviès
Avène
✆ 04 67 23 42 25

Relais de Fagairolles
Castanet-le-Haut
✆ 06 38 82 57 86

Relais de Cabrerolles
✆ 07 78 74 45 68

CODES DE BALISAGE VTT FFC

Grandes traversées et circuits de plus de 80 km
Circuits locaux
Parcs Naturels Régionaux

Numéro du circuit / Niveau de difficulté
Mauvaise direction

Très facile · Facile · Difficile · Très difficile

NUMÉROS UTILES

Secours
✆ 112/114

Météo
✆ 3250
✉ mobile.meteofrance.com

L'Hérault Terre d'Excellence Cycliste

Savez-vous que le Département de l'Hérault a reçu le label « Terre d'Excellence Cycliste » de la Fédération Française de Cyclisme ? Une récompense pour une offre cycliste qui vous est destinée, familles, amateurs, passionnés ou sportifs confirmés. Parmi les réussites héraultaises, citons la dynamique de la filière BMX Freestyle, le maillage des sites VTT-FFC ou encore l'agenda annuel des compétitions et manifestations cyclistes.

Retrouvez vos sites de pratique sur la carte !

VÉLO UTILE, PLAISIR OU SPORTIF, LE DÉPARTEMENT S'ENGAGE

- **Les chèques Hérault vélo et handivélo** pour l'achat d'un vélo électrique ou matériel adapté.
  ► infos sur **mobilitédurable@herault.fr**
- **7 haltes vélo** pour vous reposer, vous restaurer, vous détendre.
- **Plus de 30 stations de gonflage** : sur les itinéraires cyclables, dans des collèges ou des domaines départementaux.

Pour se déplacer autrement, la carte interactive du Département vous aide

Localisez les consignes à vélo sécurisées, stations de gonflage, totems d'autoréparations, stations de recharge pour VAE, haltes à vélo…
► monvelo.herault.fr

LES ŒNOVÉLOS, UNE EXPÉRIENCE

Les œnovélos de l'Hérault vous ouvrent les portes des exploitations viticoles ou des caves coopératives proposant la vente directe. Une expérience unique qui allie l'escapade à vélo et la rencontre avec des viticulteurs et leur terroir.

► oenotour.herault.fr

L'Hérault, le paradis du voyage à vélo

LES GRANDS ITINÉRAIRES CYCLABLES FRANÇAIS ET EUROPÉENS

La Méditerranée à vélo
Entre mer et lagunes et le long du Canal du Midi, la **Via Rhôna** et le **Canal des 2 Mers à Vélo** se rejoignent à Sète pour former une traversée complète de l'Hérault par l'itinéraire de la **Méditerranée à Vélo**.

La Véloccitanie (V84)
Entre pays biterrois et Haut-Languedoc, la **Véloccitanie** vous fait découvrir les paysages des vignobles de l'ouest héraultais et de la montagne par la Voie Verte Passa Païs.

LE VTT NATURE

La Passa Meridia : 550 km de chemins balisés
La Grande Traversée de l'Hérault à VTT par la Passa Meridia, va d'est en ouest du Département. Du Pays de Lunel à La Salvetat-sur-Agout, en passant par le Pic Saint-Loup, le Causse du Larzac, les vallées de l'Orb et de l'Hérault…

Randonneurs à pied et cavaliers sont aussi les bienvenus. **Partageons la Nature en harmonie !**

La Grande Traversée du Massif Central à VTT
La plus longue Grande Traversée VTT de France, **un parcours de 1380 km** depuis le Morvan se termine par un tronçon du Larzac à la Méditerranée. Accessible à tous, notamment en VTT à assistance électrique, elle vous fera rouler parmi les plus beaux spots de l'Hérault.

En chemin, faites une halte à la **Base départementale de Bessilles**.

► Préparez l'aventure sur le site de la GTMC : **www.la-gtmc.com**

TENTEZ LES COLS EMBLÉMATIQUES DE L'HÉRAULT

Le Département et les fédérations cyclistes ont sélectionné pour vous **15 ascensions de cols** en fonction des difficultés et de la beauté des paysages.

► herault-tourisme.com

La vélo attitude : prudence et courtoise

- Respecter les règles du code de la route et rester maître de sa vitesse
- Disposer d'un éclairage avant et arrière, d'une signalisation sonore et d'un dispositif de freinage
- Porter un casque (obligatoire pour les moins de 12 ans, fortement recommandé au-delà)
- Prévoir un matériel de réparation en cas de crevaison
- De nuit ou de jour, lorsque la visibilité est insuffisante, porter un gilet de sécurité
- En VTT, emprunter les chemins balisés et respecter le sens des itinéraires, se souvenir que le piéton est prioritaire
- Être vigilant avec les autres pratiques : chasse, randonnée pédestre, équestre…
- Refermer les barrières et ne pas troubler la tranquillité des animaux sauvages

Espaces VTT, des circuits pour tous

Très facile · Facile · Difficile · Très difficile

L'Hérault regorge d'itinéraires pour VTT. Ces espaces de la Fédération Française de Cyclisme (FFC) sont adaptés à tous les niveaux de difficultés. Des points d'accueil livrent les infos utiles sur place ou par téléphone.

► Cartes et traces des différents Espaces VTT-FFC sur : **herault-tourisme.com**

HÉRAULT CANAL DU MIDI MÉDITERRANÉE
21 circuits
507 km au total
2 · 12 · 7 · 1

Base départementale de Bessilles, Montagnac
✆ 04 67 24 07 26
Office du tourisme Cap d'Agde Méditerranée
Rond-point du bon Accueil, Le Cap d'Agde
✆ 04 67 01 04 04

GRAND ORB EN HAUT LANGUEDOC
12 circuits
235 km au total
1 · 4 · 4 · 3

Office du Tourisme du Grand Orb
1 rue de la République, Bédarieux
✆ 04 67 95 08 79
Office du Tourisme du Grand Orb
1 rue Capusl, Lamalou-les-Bains
✆ 04 67 55 70 91

SALVETAT HAUT-LANGUEDOC
31 circuits
617 km au total
1 · 11 · 11 · 8

Bureau d'Information Touristique
Place des Archers, La Salvetat-sur-Agout
✆ 04 11 95 08 07

PAYS DE LUNEL
8 circuits
157 km au total
2 · 3 · 3

Office du Tourisme du Pays de Lunel
16 rue Gabriel-Péri, Lunel
✆ 04 67 11 01 37

BÉZIERS MÉDITERRANÉE
7 circuits
118 km au total
2 · 4 · 1

Office du Tourisme Béziers Méditerranée
Place du Forum, Béziers
✆ 04 99 41 36 36

CAROUX EN HAUT-LANGUEDOC
15 circuits
240 km au total
3 · 4 · 5 · 3

Relais des gorges d'Héric, Vélo Caroux Haut-Languedoc
RD908, Mons-la-Trivalle
✆ 04 67 97 64 42

VALLÉE DE L'HÉRAULT
7 circuits
125 km au total
1 · 3 · 2 · 1

Office du tourisme intercommunal St-Guilhem-le-Désert
Vallée de l'Hérault, Gignac
✆ 04 67 57 58 83

SALAGOU
13 circuits
210 km au total
1 · 6 · 5 · 1

VTT Roc Evasion-Ozone
1 rue du Lac, Clermont-l'Hérault
✆ 04 67 96 27 17

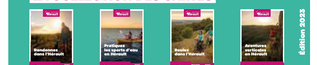
TERROIR SAINT-CHINIANAIS
23 circuits
425 km au total
5 · 5 · 7 · 6

Office du Tourisme du Canal du Midi au Saint-Chinian
1 grand rue, Saint-Chinian
✆ 04 67 37 85 29

LODÉVOIS ET LARZAC
21 circuits
413 km au total
2 · 5 · 9 · 5

Office du Tourisme du Lodévois et Larzac
Place de la République, Lodève
✆ 04 67 88 86 44

LA COLLECTION DES CARTES



ENVIE DE REJOINDRE UN CLUB ?

Comité départemental de Cyclisme
✉ cd34cyclisme@gmail.com

Comité départemental de Cyclotourisme
✉ contact@codep34.fr

HÉRAULT TOURISME
✆ 04 67 67 71 71
✉ herault-tourisme.com

HÉRAULT SPORT
Maison départementale des Sports Nelson Mandela
✆ 04 67 67 38 00
✉ sport.herault.fr

Direction de la publication
Conseil départemental de l'Hérault 2023
Rédaction
Direction de la Communication,
Direction des Sports du Conseil départemental de l'Hérault
Conception
Camille Grifton
Crédits photo
Dicom CD Hérault - C. Cambon, Hérault Tourisme - O. Octobre, Comité départemental cyclisme.

Département Hérault
Hôtel du Département Mas d'Alco
1977, avenue des Moulins
34087 Montpellier cedex 4
herault.fr

Département Hérault

Roulez dans l'Hérault

Les parcours

Itinérances

- Passa Meridia
- Voie Verte du Haut-Languedoc Passa Pais
- Grande Traversée du Massif Central (GTMC)
- Véloroutes
- Voies vertes

Boucles cyclo-touristiques

- Itinéraire
- Point de départ
- Numéro du circuit

Sites VTT FFC

- Point de départ
- Numéro du circuit
- Niveau de difficulté
- Très facile
- Facile
- Difficile
- Très difficile

Les sites de pratique

Cols · Espace VTT Trial · Espace BMX Race · Espace BMX Freestyle

Les services

- Consignes Vélos
- Kit réparation
- Domaines départementaux
- Relais départementaux
- Accueil Vélo
- Station de gonflage
- Station de recharge VAE
- Offices de Tourisme
- Points d'informations touristiques
- Gares grandes lignes / Gares TER

Le Patrimoine

- Unesco Héritage
- Grand Site de France
- Plus beaux villages de France
- Patrimoine du XX^ème siècle
- Monuments religieux
- Site classé
- Opération Grand Site
- Curiosité patrimoniale
- Site archéologique
- Château
- Gorges
- Grotte
- Cirque

Si on roulait en protégeant la nature ?

NOUS SOMMES DE PLUS EN PLUS NOMBREUX À FRÉQUENTER LES ESPACES NATURELS. HEUREUSEMENT, IL EXISTE DES GESTES SIMPLES POUR PROFITER DE LA NATURE TOUT EN LA PROTÉGEANT.

Adoptons les bons gestes contre les feux de forêt

- ZÉRO MÉGOT
- BARBECUE OU CAMPING (uniquement dans les zones prévues à cet effet)
- 112 ou 18 GUETTER ET DONNER L'ALERTE

POURQUOI ?

- **95%** des feux de forêt sont **d'origine humaine.**
- La **foudre** est la **seule cause d'origine naturelle.**
- La forêt met **20 à 30 ans** pour se **régénérer**

Adoptons les bons gestes pour la flore

- NE PAS CUEILLIR LES FLEURS SAUVAGES
- LES PHOTOGRAPHIER OU LES DESSINER

POURQUOI ?

- la cueillette **enlève habitat, nourriture** ou **refuge** à de nombreuses espèces
- **diminue la capacité de repousse** l'année suivante
- provoque une **diminution importante du nombre d'individus** par espèces

Adoptons les bons gestes pour la faune

- RESTER SUR LES SENTIERS
- ÉVITER LES ACTIVITÉS NOCTURNE

POURQUOI ?

- Le **passage répété détériore les habitats** et les **jeunes pousses**
- **fait fuir les animaux**
- **génère stress** et **abandon** temporaire de la progéniture

Adoptons les bons gestes pour nos paysages

- RAMENER TOUS SES DÉCHETS
- PRÉVOIR UN SAC À DÉCHETS AVANT DE PARTIR

POURQUOI ?

- les déchets **défigurent les paysages**
- peuvent **déclencher des feux de forêt**
- les canettes ou bouteilles par exemple **piègent insectes ou petits mammifères**

▶ herault.fr