



GR®65 vers Compostelle

Walk along the famous Voie du Puy, the Via Podiensis, classified as a UNESCO World Heritage Site, which crosses the Tarn-et-Garonne through the towns of Sainte-Juliette, Lauzerte, Durfort-Lacapelette, Moissac, Boudou, Malause, Pommevic, Espalais, Avillar and Bardigues.

Reis langs de beroemde Voie du Puy, de Via Podiensis, een UNESCO werelderfgoed, die door de Tarn-et-Garonne doorkruist, langs de steden Sainte-Juliette, Lauzerte, Durfort-Lacapelette, Moissac, Boudou, Malause, Pommevic, Espalais, Avillar en Bardigues.

Wandel langs de beroemde Voie du Puy, de Via Podiensis, UNESCO werelderfgoed, die door de Tarn-et-Garonne doorkruist, langs de steden Sainte-Juliette, Lauzerte, Durfort-Lacapelette, Moissac, Boudou, Malause, Pommevic, Espalais, Avillar en Bardigues.

En Tarn et Garonne ➔ 62 km ➔ 931 m dénivelé positif ➔ 1096 m dénivelé négatif



Le Canal des 2 mers à vélo

La Vélo voie verte du Canal des Deux Mers permet de relier Royan à Toulouse sur près de 700 km. Partez sur cet itinéraire exceptionnel, inscrit au patrimoine mondial par l'Unesco, et longez les anciens chemins de halage.

Ce parcours magnifique permet de partir de la découverte d'Auvillar, Moissac, Montech et de rejoindre Montauban par le canal de Montech !

En Tarn et Garonne ➔ 67 km ➔ 497 m dénivelé positif ➔ 553 m dénivelé négatif

La Vélo voie verte du Canal des 2 mers à vélo

Cette véloroute mène de Montauban à Laguérie aux confins des départements du Tarn-et-Garonne, du Tarn et de l'Aveyron.

C'est une terre à la gastronomie généreuse, riche d'une histoire qui a légué de remarquables villages et sites comme les châteaux de Bioule, Montricoux et Nègrepelisse, ceux de Bruniquel et Penne perchés au-dessus de la vallée ou encore le superbe village de Saint-Antonin-Noble-Val.

En Tarn et Garonne ➔ 84 km ➔ 1028 m dénivelé positif ➔ 975 m dénivelé négatif

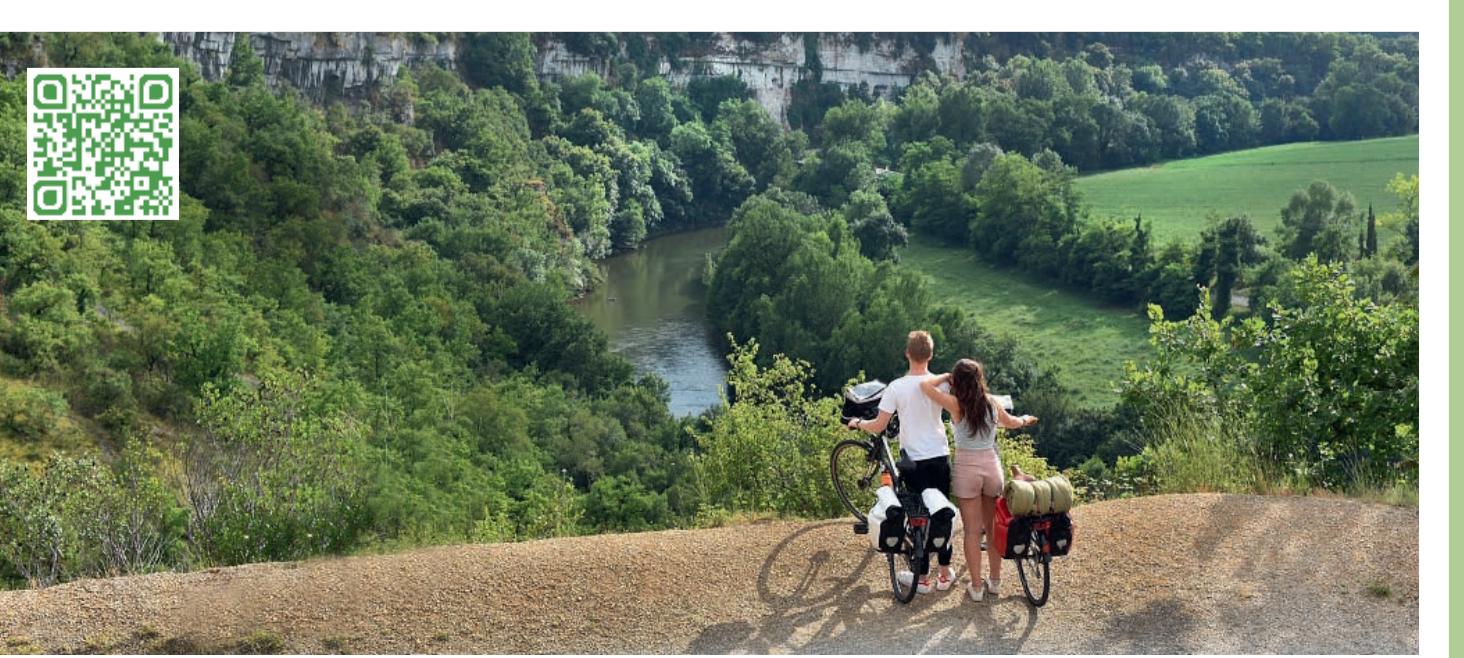


Vallée et Gorges de l'Aveyron à vélo

Cette véloroute mène de Montauban à Laguérie aux confins des départements du Tarn-et-Garonne, du Tarn et de l'Aveyron.

C'est une terre à la gastronomie généreuse, riche d'une histoire qui a légué de remarquables villages et sites comme les châteaux de Bioule, Montricoux et Nègrepelisse, ceux de Bruniquel et Penne perchés au-dessus de la vallée ou encore le superbe village de Saint-Antonin-Noble-Val.

En Tarn et Garonne ➔ 84 km ➔ 1028 m dénivelé positif ➔ 975 m dénivelé négatif



La Vagabonde®

La Vagabonde® c'est une aventure à vélo de plus de 500 kilomètres.

Au départ de Montluçon dans l'Allier, cette véloroute vous emmènera jusqu'à Montech en passant par les magnifiques paysages de la Creuse, de la Corrèze et du Lot. Jalonnement prévu en 2023.

En Tarn et Garonne ➔ 50 km ➔ 287 m dénivelé positif ➔ 553 m dénivelé négatif



La Voie du Tarn



Un beau parcours sécurisé en voie verte qui vous permettra de découvrir les coteaux du Tarn, dont 12 km en piste cyclable entre Bressols et Nohic!

En Tarn et Garonne ➔ 12 km ➔ 34 m dénivelé positif ➔ 31 m dénivelé négatif

GRP® Midi Quercy (Grande randonnée de Pays)

Des Gorges de l'Aveyron aux Causses du Quercy, de châteaux en bastides, de pigeonniers en moulins, de terrasses en coteaux, cet itinéraire se découvre en boucle de 6 à 11 jours (180 km avec 2 liaisons possibles).

En Tarn et Garonne ➔ 84 km ➔ 1028 m dénivelé positif ➔ 975 m dénivelé négatif

From the Aveyron Gorges to the Quercy, from castles to bastides, from pigeon houses to mills, from terraces to hillsides, this itinerary can be done in a 6 to 11 day loop (180 km with 2 possible connections).

De las garrigas del Aveyron a los Causses del Quercy, los castillos a las bastidas, de los palomares a los molinos, de las terrazas a las laderas, este itinerario puede realizarse en un bucle de 6 a 11 días (180 km con 2 posibles conexiones).

Van de Gorges de l'Aveyron tot de Causses du Quercy, van kastelen tot bastides, van duivenhuisjes tot molens, van terrassen tot hellingen, deze route kan worden afgelegd in eenlus van 6 tot 11 dagen (180 km met 2 mogelijke aansluitingen).



Route Equestre d'Artagnan

La Route Equestre D'Artagnan, itinéraire culturel européen, va relier Maastricht à Lupiac (Gers) sur 4000 km.

Dans le Département, cet itinéraire va traverser les 3 Communautés de Communes du Pays Lafrançaisain, de Terres des Confluences et Lomagne Tarn-et-Garonnaise. Balisage prévu en 2023.

En Tarn et Garonne ➔ 105 km ➔ 1163 m dénivelé positif ➔ 1203 m dénivelé négatif

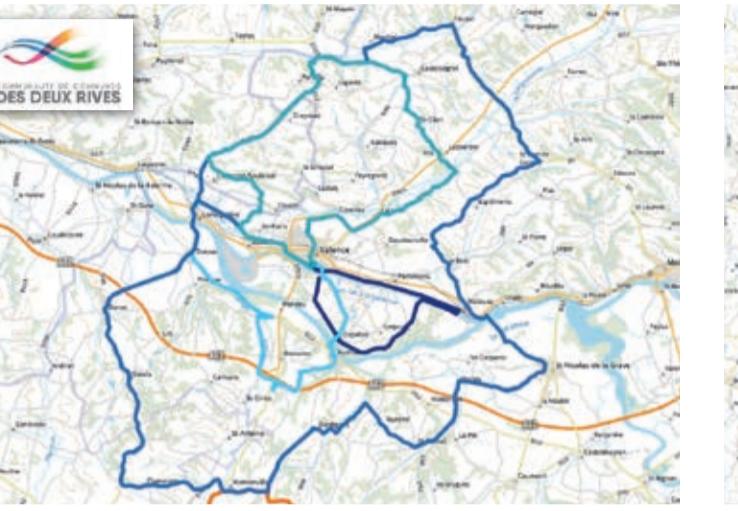


Les Boucles Vélo

22 boucles vélos sont jalonnées dans le Département, empruntant des voies partagées à faible trafic et permettant la découverte des paysages et du patrimoine local:

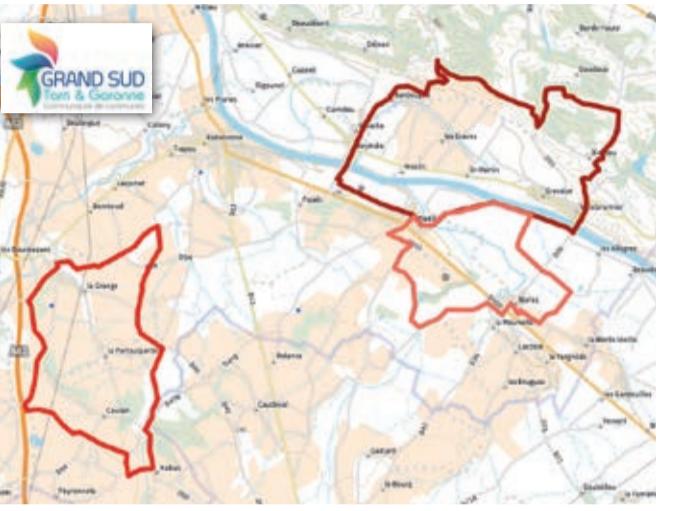
4 boucles secteur des Deux Rives

- V1 Entre Séoune et Barguelonne 37,5 km 2h30 ⚡ difficile
- V2 Circuit des Deux Rives 73,7 km 3h00 ⚡ difficile
- V3 Circuit du Val de Garonne 18,3 km 1h15 ⚡ facile
- V4 Circuit de Garonne 28,8 km 2h00 ⚡ moyen



3 boucles secteur Grand Sud 82

- V1 De Canal à Garonne 23 km 1h30 ⚡ facile
- V2 Le Tarn et ses coteaux 17 km 1h10 ⚡ difficile
- V3 Circuit des vignes 14 km 1h00 ⚡ facile



Sentiers d'interprétation

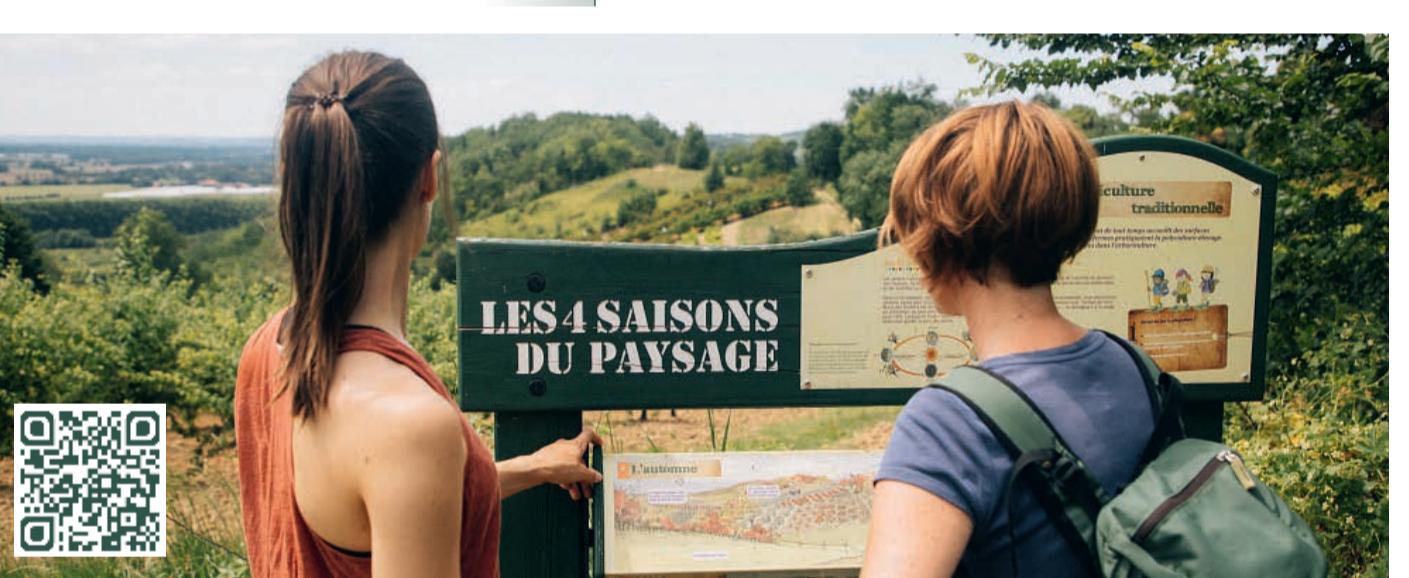
Un sentier d'interprétation est un itinéraire relativement court, équipé de panneaux d'informations qui permet aux randonneurs de découvrir un paysage, une histoire, une flore remarquable...

An interpretive walking path is a relatively short route equipped with information panels to enable users to discover the environments they are passing through on their way.

Un sendero de interpretación es un recorrido relativamente corto equipado con paneles informativos que permiten a los usuarios descubrir los entornos que atraviesan en su camino.

Een interpretatiepad is een relatief korte route die voorzien te informatiepanelen om de gebruikers in staat te stellen van omgevingen te ontdekken waar zij onderweg doorheen trekken.

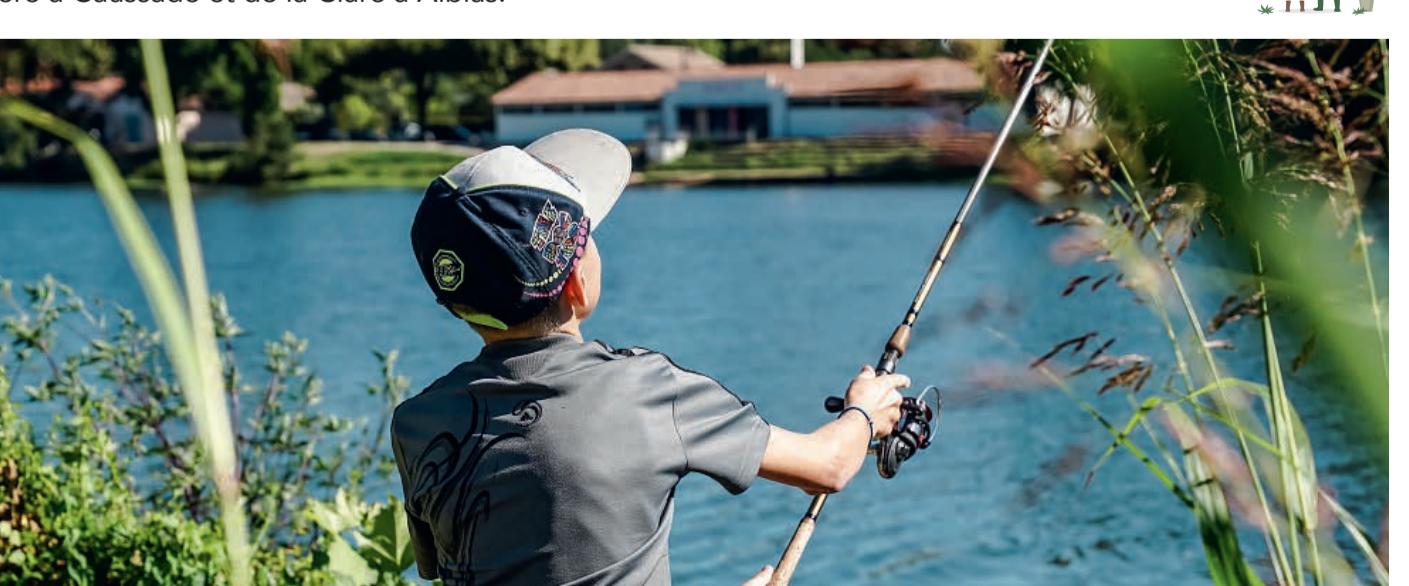
Se renseigner dans les Offices de Tourisme



Les parcours de pêche

En Tarn-et-Garonne, de nombreux parcours de pêche en famille sont aménagés pour attraper ses premiers poissons en toute sécurité.

Dans un cadre naturel et reposant, vous bénéficierez d'un grand ponton de pêche sécurisé accessible à tous, de tables de pique-nique, d'un barbecue et d'autres aménagements de confort, le tout au bord d'un cours d'eau ou d'un plan d'eau très poissonneux. Les principaux parcours de pêche en famille sont situés sur les bases de loisirs de St-Nicolas-de-la-Grave, de St-Sardos, de Parisot, et sur les plans d'eau du Bois des Alégres à Nohic, du Parc de la Lère à Caussade et de la Clare à Albias.



Quelques exemples autour de La Garonne, du Tarn ou de l'Aveyron:

- Le sentier « Vivez Garonne » à Verdun-Sur-Garonne
- Le sentier des Roches à Bourret
- Le Circuit de la Loustre à Saint-Antonin-Noble-Val
- Le Circuit des églises à Albeufeuille-Lagarde

Sur les causses:

- Roger le Brochet à Parisot
- Le Chemin des Moulins à Notre-Dame-de-Livron
- Le Causse d'Anglars à Saint-Antonin-Noble-Val

Dans les Coteaux:

- Le Chemin des écoliers à Saint Clair
- Les Coteaux d'Arduz à Lamothe-Capdeville
- Le circuit découverte de la Gimone à Maubec
- Les 2 sentiers expo de Tréjous et Cazes-Mondenard

Se renseigner dans les Offices de Tourisme

Secteur VTT des Gorges de l'Aveyron

L'Espace VTT Gorges de l'Aveyron comprend les 2 secteurs de Quercy Rouergue et Gorges de l'Aveyron (circuits 1 à 14 et de 34 à 69) et Pays Vaour (15 à 33).

L'Espace VTT Gorges de l'Aveyron secteur Quercy Rouergue et Gorges de l'Aveyron compte 50 circuits dont la longueur varie de 4 km à 82 km :

13 circuits très faciles, 15 circuits faciles, 13 circuits difficiles et pour les plus sportifs, 9 circuits noirs !

➡️ Topo VTT en vente à l'OT Causses et Gorges de l'Aveyron



Des services de qualité

quality services Servicios de calidad - kwaliteitsdiensten

Accueil vélo

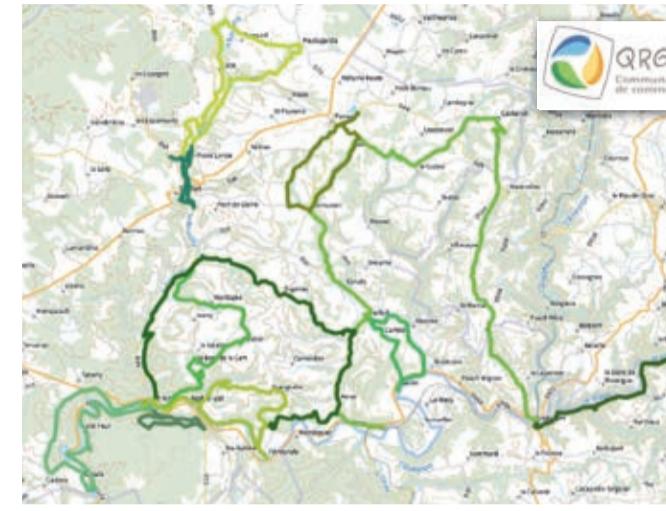
La marque nationale Accueil Vélo garantit un accueil et des services de qualité le long des itinéraires cyclables pour les cyclistes en itinérance. Un Accueil Vélo peut être un hébergement, un loueur de cycles, un réparateur de cycles, un restaurateur, un office de tourisme, un site touristique.

Près de 50 prestataires sont déjà marqués en Tarn-et-Garonne !



11 boucles en Quercy Rouergue Gorges de l'Aveyron

- 1 Dans l'écrin des légendes 8,1 km départ Caylus
- 2 Sur le chemin des Chevaliers 13 km départ Parisot
- 3 Au fil du Viaur 21 km en aller-retour départ Laguépie
- 4 Les Vallons de la Seye 11 km départ Varen
- 5 Eaux de Roche 21 km départ St-Antonin-Noble-Val
- 6 Florège de Payssages 24 km départ Saint-Antonin-Noble-Val
- 7 L'Esprit Caussenard 27 km départ Caylus
- 8 Rock It ! 9,8 km départ St-Antonin-Noble-Val
- 9 10 Alimenterre 37 km départ St-Antonin-Noble-Val
- 10 En route vers le Rouergue 43 km départ Lexos
- 11 Hauts les Causses 22 km départ Cazals



Les Boucles Rando

Les PR® (promenades et randonnée) sont des itinéraires d'une durée inférieure à une journée de marche (de 2 à 8 heures), balisés en jaune.

Il existe 225 PR dans le département dont 21 PR labellisés à la Fédération Française de Randonnée Pédestre.

Liste des PR® labellisés à la Fédération Française de la randonnée Pédestre :

- Sentier de la Chêneraie
- Le parc de la Lèbre
- Circuit du château médiéval
- L'Observatoire aux Oiseaux
- Peyrelade
- La chapelle Saint-Sernin
- Les coteaux de Moissac à Boudou
- Les sept perdrix



Circuit de Pousiniès

Départ: Saint-Etienne de Tulmont, Parking du Domaine de Pousiniès

Distance: 11 km Temps: 3h00 Difficulté: moyenne

La Planète

Départ: La Salvetat-Belmontet - Parking de la mairie

Distance: 4,5 km Temps: 1h30 Difficulté: facile

Le Biguet

Départ: La Salvetat-Belmontet - Parking de la mairie

Distance: 3,5 km Temps: 1h00 Difficulté: facile

Le chemin de Frau

Départ: Cahuzac - Eglise

Distance: 12 km Temps: 3h00 Difficulté: facile

La chapelle Saint-Caprais

Départ: Loze, Place du village

Distance: 12 km Temps: 3h00 Difficulté: moyen

La côte gelée et le Pech d'Abland

Départ: Caylus - Place de la Halle

Distance: 12 km Temps: 3h00 Difficulté: moyen

Le roc Deymié

Départ: St-Antonin-Noble-Val - Place des Tilleuls

Distance: 9 km Temps: 2h30 Difficulté: difficile

Les sources de Caudesaygues

Départ: Espinas - Place du village

Distance: 12 km Temps: 3h00 Difficulté: moyen

Camin del Ruis

Départ: Laffite - parking cimetière

Distance: 4 km Temps: 1h15 Difficulté: facile

Le Caboué

Départ: Bruniquel - Promenade du Ravelin

Distance: 10 km Temps: 3h00 Difficulté: difficile

Circuit Notre-Dame

Départ: Bruniquel - Promenade du Ravelin

Distance: 3,5 km Temps: 1h00 Difficulté: facile

Le chemin de Frau

Départ: Cahuzac - Eglise

Distance: 12 km Temps: 3h00 Difficulté: facile

La chapelle Saint-Caprais

Départ: Loze, Place du village

Distance: 12 km Temps: 3h00 Difficulté: moyen

La côte gelée et le Pech d'Abland

Départ: Caylus - Place de la Halle

Distance: 12 km Temps: 3h00 Difficulté: moyen

Le roc Deymié

Départ: St-Antonin-Noble-Val - Place des Tilleuls

Distance: 9 km Temps: 2h30 Difficulté: difficile

Les sources de Caudesaygues

Départ: Espinas - Place du village

Distance: 12 km Temps: 3h00 Difficulté: moyen

Camin del Ruis

Départ: Laffite - parking cimetière

Distance: 4 km Temps: 1h15 Difficulté: facile

Escalade /Via ferrata

Plus de 1000 voies d'escalade sont répertoriées dans les Gorges de l'Aveyron : ManjoCarr, Capucins, Roc d'Anglars, Amiel...

La via ferrata du Roc d'Anglars, à Saint-Antonin-Noble-Val, est en accès libre. Elle peut également êtrearpentée avec un guide Brevet d'Etat. Elle est ouverte dès la fin de nidification des espèces protégées du site, Classé Natura 2000 (fin de Printemps).

➡️ Topo d'escalade en vente à l'OT Causses et Gorges de l'Aveyron

More than 1000 climbing routes are listed in the Aveyron Gorges : ManjoCarr, Capucins, Roc d'Anglars, Amiel... The via ferrata of Roc d'Anglars, in St Antonin Noble Val, is freely accessible. It can also be surveyed with a guide Brevet d'Etat. It is open during the Springtime.

En las Gargantas del Aveyron hay más de 1000 vías de escalada: ManjoCarr, Capucinos, Roc d'Anglars, Amiel... La via ferrata del Roc d'Anglars, en St Antonin Noble Val, es de libre acceso. También se puede subir con un guía autorizado por Ejecito. Está abierto desde el final de la temporada de nidificación de las especies protegidas del lugar, clasificadas en Natura 2000 (final de la primavera).

Meer dan 1000 klimroutes zijn opgenomen in de Gorges de l'Aveyron: ManjoCarr, Capucins, Roc d'Anglars, Amiel... De via ferrata van Roc d'Anglars, in St Antonin Noble Val, is vrij toegankelijk. Hij kan ook worden beklimmen met een door de staat erkende gids. Het is open vanaf het einde van het broedseizoen van de beschermde soorten van het gebied, dat is ingedeeld in Natura 2000 (einde voorjaar).



Itinérances en Canoë

Le fleuve Garonne, la rivière Tarn & la rivière Aveyron représentent environ 270 km de parcours navigables à l'année en fonction des niveaux d'eau.

La pratique du canoë-kayak-est ici possible sous plusieurs formes et durées : en eaux vives, en eau calme, en activité encadré avec un guide, en accès libre à la location, ou en itinérance sur plusieurs jours !

➡️ The Garonne River, the Tarn River & the Aveyron River represent about 270 km of navigable routes per year depending on water levels. The practice of canoeing/kayaking is here possible in various forms and durations: in whitewater, in calm water, in activity supervised with a guide, in free access to the rental, or in roaming over several days!

El río Garona, el río Tarn y el río Aveyron representan unos 270 km de rutas navegables al año en función de los niveles de agua. La práctica del piragüismo-es aquí posible bajo varias formas y duraciones: en aguas

vivas, en agua tranquila, en actividad enmarcada con un guía, o en acceso libre al alquiler, o en itinerancia durante varios días!

De river de Garonne, de rivier de Tarn en de rivier Aveyron hebben ongeveer 270 km bevaarbare routes per jaar afhankelijk van het waterpeil. De praktijk van kanoën is hier mogelijk in verschillende vormen en tijden: In witwater, in kalm water, in activiteit onder toezicht van een gids, in gratis toegang tot de verhuur, of in roaming over meerdere dagen!

El río Garona, Tarn y Aveyron representan unos 270 km de rutas navegables al año en función de los niveles de agua. La práctica del piragüismo-es aquí posible bajo varias formas y duraciones: en aguas

vivas, en agua tranquila, en actividad enmarcada con un guía, o en acceso libre al alquiler, o en itinerancia durante varios días!

De Garonne, de Tarn y Aveyron representan unos 270 km de rutas navegables al año en función de los niveles de agua. La práctica del piragüismo-es aquí posible bajo varias formas y duraciones: en aguas

vivas, en agua tranquila, en actividad enmarcada con un guía, o en acceso libre al alquiler, o en itinerancia durante varios días!

The Garonne, Tarn & Aveyron representen uns 270 km de rutes navaigables al año en función de los nivells d'aigua. La pràctica del piragüisme-es aquí possible sota diverses formes i duracions: en aigües

vives, en aigua tranquila, en activitat enmarcada