

Accompagnateurs

& participants

  
**LA LOZÉRIENNE**  
DU 7 AU 10 MAI

2  
0  
2  
6

# Le Guide d'excursions

Par :



OFFICE DE TOURISME

de l'aubrac aux  
gorges du tarn





## Un séjour 100% sportif...

Bienvenue **DE L'AUBRAC AUX GORGES DU TARN**, territoire où les **activités de pleine nature**, les **sites touristiques**, sorties et loisirs en famille ne manquent certainement pas !

Si vous êtes venus jusqu'ICI c'est que vous et/ou vos proches avez envie de découvrir et parcourir nos routes et chemins à travers des **paysages ressourçants** et de vivre un **défi sportif mémorable** : une excellente idée.

© La Lozérienne

## Mais pas que !

Au départ de **Saint-Germain-du-Teil**, aux **portes du plateau de l'Aubrac** ou de **la Canourgue** surnommée "**la Petite Venise lozérienne**", les **participants** mais aussi les **accompagnants** auront de quoi s'occuper en dehors des courses : visites de villages, panoramas, lacs, cascades, pars animaliers, visites de fermes et entreprises, instants détente...



## Vous accompagnez un proche ?

C'est avec plaisir que nous vous guiderons à l'intérieur de ce guide d'excursions, pour profiter au maximum de ce cadre exceptionnel durant seulement quelques jours ou plus !

## En attendant le Jour J...

Rendez-vous sur notre site internet : [www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com) pour réserver votre séjour et pour plus de détails sur notre destination !

## Retrouvez nous sur nos réseaux sociaux :



@aubracgorgesdutarn



Office de Tourisme  
de l'Aubrac aux Gorges du Tarn



@gorgesdutarn



# SOMMAIRE

4

Au départ de la Canourgue  
“Petite Venise Lozérienne”

5

A voir absolument  
près de la Canourgue

6

Au départ de Saint-Germain-  
du-Teil, aux portes de l'Aubrac

7

A voir absolument près de  
Saint-Germain-du-Teil

8

Idées randos, circuits vélos...  
sur le territoire  
Location de VTT et VTC électriques...

9

Infos pratiques

LA LOZÉRIENNE



OFFICE DE TOURISME  
de l'Aubrac aux  
gorges du Tarn



# Au départ de la Canourgue "Petite Venise Lozérienne"

Une fois à **la Canourgue**, profitez-en pour visiter le **bourg réputé pour ses canaux et pour la richesse de son patrimoine** : Maison à pans de bois datant du 14ème siècle, collégiale Saint-Martin (vestige du monastère datant du 7ème siècle), tour de l'horloge, moulin de la ville, chapelle Saint-Frézal (en travaux en 2025), Maison Renaissance... Au fil de l'Urugne et au coeur des ruelles étroites, plongez dans le riche passé de ce village étape devenu incontournable.



© Lozère Sauvage pour PACT Aub

## BON À SAVOIR :

vous trouverez un plan du village en distribution à l'Office de Tourisme, au 18 rue de la ville. Deux circuits de visites et des courtes balades au départ du village et une chasse au trésor Géocaching vous seront proposés.

## Pour les gourmand(e)s

A la Canourgue, on aime le sport mais pas seulement ! Ici la **gastronomie locale** n'est pas sans reste : dégustez la **pouteille**, plat 100% canourguais (daube de boeuf servie avec des pieds de cochon et des pommes de terre) ainsi que la **truite de St-Frézal** ou bien encore les manouls (tripoux avec de la panse de mouton)... Vous pourrez aussi goûter à la coupétade, dessert lozérien emblématique. Sont aussi proposées de nombreuses spécialités lozériennes comme l'aligot, la truffade, la viande Aubrac, la charcuterie...

De nombreux **commerces de bouche et restaurants** existent dans la Canourgue : boucherie-charcuterie, confiserie, fromagerie, caviste, boulangerie, restaurants traditionnels, pizzerias, burger, restauration rapide...

### Les restaurants



### Les commerces



Une fois sur le site, filtrer sur commune touristique "la Canourgue" sur la gauche.

## BON À SAVOIR :

A la Canourgue, vous trouverez deux commerces proposant la réparation de vélos : Week-end moto et Merle Olivier. Vous pouvez aussi louer des VTTAE à l'hôtel du Commerce ou des VTC à l'Office de tourisme (voir p.12).



## Où dormir ?

### Les hébergements



Située **en bordure de l'A75 et entre l'Aubrac et les Gorges du Tarn**, la Petite Venise Lozérienne possède de **nombreux hébergements** en fonction de vos envies et du temps de votre séjour chez nous : hôtels, meublés de tourisme, chambre d'hôtes, villages de gîtes, gîtes d'étape... vous n'avez plus qu'à choisir !

Rendez-vous sur notre site internet, ou directement dans [nos bureaux](#) !



# A voir absolument Tout près de la Canourgue

## Sabot de Malepeyre

Site naturel à 5 km

## Les Salelles

Village à 17 km

## Banassac

Village à 1 km

## Le Villard

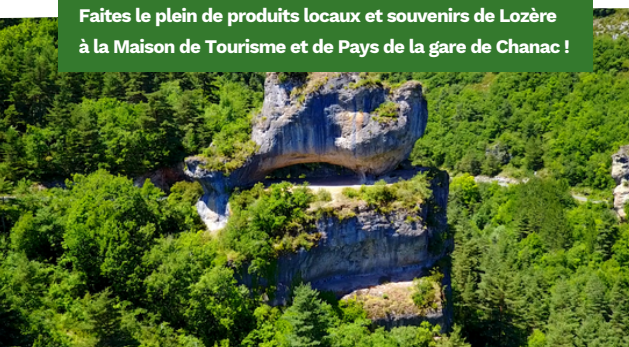
Village fortifié à 20 km



## Chanac

Village à 18 km

Faites le plein de produits locaux et souvenirs de Lozère  
à la Maison de Tourisme et de Pays de la gare de Chanac !



## Vallon de l'Urugne

Site Natura 2000 au départ  
de la Canourgue

## Rocher de Roqueprins

Point de vue à 10 km

## St-Satumin et son château

Village à 7 km

## Les Vignes

Village à 26 km

## La Vallée du Lot

au départ de la Canourgue

## Les Gorges du Tarn

Grand Site Occitanie

Grand Site de France

à 20 km

## Panorama du Point Sublime

Point de vue sur les

Gorges du Tarn à 16 km



Faites le plein de produits locaux et souvenirs de Lozère  
à la Maison de Tourisme et de Pays du Point Sublime !

## Saint-Chély-du-Tarn

Village à 31 km

## Le Causse de Sauveterre

à 6 km

## Sainte-Enimie

"Les plus beaux  
villages de France"

Village à 26 km

## Belvédère

## du Pas de Soucy

Point de vue à 28 km

## L'Aubrac

Parc Naturel Régional

à 10 km

## Col de Bonnecombe

Site naturel à 21 km

## St-Germain-du-Teil

Village à 9 km

Autre village départ de  
la Lozérienne VTT

## Route des lacs

Itinéraire au départ du  
rond-point de l'Aubrac  
à 4km

Il s'agit d'une liste non exhaustive.  
N'hésitez-pas à consulter notre carte touristique  
2025 pour plus d'informations : visites, sites  
touristiques, activités de pleine nature...  
Incluant les horaires, tarifs et conditions.  
(voir page 11)





# Au départ de Saint-Germain-du-Teil, aux portes de l'Aubrac

Perché **aux portes de l'Aubrac**, **Saint-Germain-du-Teil** séduit par son **charme authentique** et son riche **patrimoine rural**. Son église, dominant le village, est un bel exemple d'architecture romane. Flânez dans ses ruelles pour admirer ses anciennes fontaines témoins du passé. Ne manquez pas son four à pain, sa croix et l'ensemble de son patrimoine vernaculaire.... Ce village paisible est une halte idéale pour **profiter du calme et de la beauté naturelle des contreforts de l'Aubrac**..

## Au pays des épicuriens



### BON À SAVOIR :

Vous trouverez un plan du village en distribution à l'Office de Tourisme.

Un circuit de visite, des balades ainsi qu'une chasse au trésor Geocaching...

L'**Aubrac** est une terre de traditions où la **gastronomie** occupe une place de choix. Entre produits du terroir et recettes ancestrales, voici quelques incontournables à déguster : l'**aligot**, la **viande de Bœuf Aubrac**, le fromage de **Laguiole**, le thé d'Aubrac... Que ce soit dans un buron, dans un restaurant traditionnel ou chez un producteur local, l'Aubrac vous invite à une expérience gastronomique authentique et généreuse !

Plusieurs **restaurants** existent à Saint-Germain-du-Teil et à proximité sur l'Aubrac. Les **commerces de bouches** sont eux aussi facilement trouvables dans le village, à proximité du point de départ de la Lozérienne : boucherie-charcuterie, biscuiterie, miellerie, épicerie...

### Les commerces de bouche

#### Les restaurants



Une fois sur le site, filtrer sur commune touristique "Saint-Germain-du-Teil" sur la gauche.

## Où dormir ?

### Les hébergements



Situé **près de l'A75** et au pied du plateau de l'Aubrac, non loin de la Vallée du Lot, le village de **Saint-Germain-du-Teil** dispose d'hébergements en fonction de vos attentes et du temps de votre séjour chez nous : meublés de tourisme, chambre d'hôtes, villages de gîtes, gîtes d'étape... vous n'avez plus qu'à choisir ! Plus d'informations sur notre site internet, ou directement dans nos bureaux !



# A voir absolument Tout près de Saint-Germain-du-Teil

## L'Aubrac

Parc Naturel Régional  
à 10 km

## Col et étang de

## Bonnecombe

Site naturel à 13 km

## Route des lacs

Itinéraire au départ  
du village



## Cascade du Saltou

Cascade à 15 km

## Lac de Souveyrols

Lac naturel à 25 km

## Lac de Saint-Andéol

Lac naturel à 23 km

## Cascade de

## Plagnes

Cascade à 16 km

## Lac des Salhiens

Lac naturel à 27 km

## Cascade du Déroc

Cascade à 27 km

## Les Hermaux

Village à 13.5 km

## Saint-Pierre-de-Nogaret

Village à 6 km

## Lac de Born

Lac naturel à 25 km

## Les Salces

Village à 8 km

## La Vallée du Lot

à 5 km

## Trélans

Village à 13 km

## La Canourgue

Village à 9 km

Autre village départ de  
la Lozérienne VTT



## Chanac

Village à 18 km

Faites le plein de produits locaux et souvenirs de Lozère  
à la Maison de Tourisme et de Pays de la gare de Chanac !

## Les Gorges du Tarn

Grand Site Occitanie

Grand Site de France

Pas de Soucy, les Vignes...

à 20 km

## Panorama du Point Sublime

Point de vue sur les

Gorges du Tarn à 16 km



Faites le plein de produits locaux et souvenirs de Lozère  
à la Maison de Tourisme et de Pays du Point Sublime !

## Le Causse de Sauveterre

à 6 km

## Sabot de

## Malepeyre

Site naturel à 5 km



Il s'agit d'une liste non exhaustive.

N'hésitez-pas à consulter notre carte touristique  
2025 et notre site internet pour plus d'informations :  
visites, sites touristiques, activités de pleine nature...  
Incluant les horaires, tarifs et conditions.  
(voir page 11)



# Notre destination de l'Aubrac aux Gorges du Tarn en images



**Le Golf des Gorges du Tarn, à la Canourgue**



**La cascade du Déroc**

© Lozère Sauvage pour PACT AUBRAC



**L'étang de pêche de Bonnecombe**

© Lozère Sauvage pour PACT AUBRAC



**Le Point-Sublime**

© Froggy's Photo

© LEZBOZ pour PACT Gorges du Tarn



**Le sabot de Malepeyre**



**TANT D'AUTRES BEAUX ENDROITS  
ET ACTIVITÉS S'OFFRENT À VOUS  
LORS DE LA LOZÉRIENNE !**



**NOS BROCHURES**



**PARTAGEZ AVEC NOUS VOTRE SÉJOUR EN TANT  
QUE PARTICIPANT OU ACCOMPAGNATEUR SUR  
LES RÉSEAUX SOCIAUX !**



**AVEC LE HASHTAG  
# AUBRACGORGESDUTARN**

**OU IDENTIFIEZ-NOUS :**



**@aubracgorgesdutarn**



**Office de Tourisme  
de l'Aubrac aux Gorges du Tarn**



**@gorgesdutarn**



# VOUS ACCOMPAGNEZ UN PROCHE

et voulez vous aussi arpenter  
le territoire à vélo ou à pied ?

Bienvenue à **la Canourgue** et/ou à **Saint-Germain-du-Teil**, points de départ idéaux pour explorer la Lozère **à vélo** ou **à pied** !

Que vous soyez passionné de VTT, vélo de route, randonnée ou même de trail, notre région offre une multitude d'itinéraires adaptés à tous les niveaux.

## Vivez l'esprit Lozérienne, sans dossard !

Pendant que vos proches relèvent le défi de la Lozérienne VTT, gravel ou cyclo, ne restez pas spectateurs ! Profitez de votre séjour pour explorer les magnifiques paysages de la Lozère à votre rythme, que ce soit à vélo de route, en VTT ou en randonnée...

À **la Canourgue**, laissez-vous charmer par ses ruelles pittoresques avant de pourquoi pas embarquer pour une **balade à vélo sur la V86 (Vallée du lot à vélo)**, à **VTT sur les circuits labellisés FFC** (Aubrac, Gorges du Tarn) ou **à pied sur les sentiers** qui vous permettront de profiter des environs avec des randos adaptées à tous les profils (La Roquette, sentier de Billière, sentier de Saint-Frézal, sentier de Rome...).



TÉLÉCHARGEZ NOS CIRCUITS :

Les circuits  
vélo de route  
et VTT



Les circuits  
pédestres  
et trail

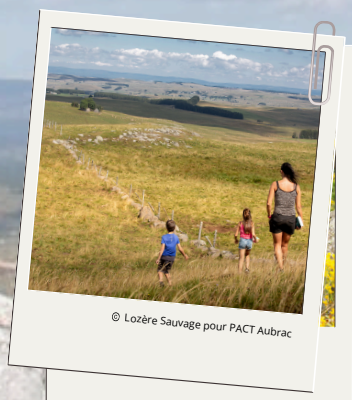


Les circuits  
auto



### BON À SAVOIR :

L'itinéraire de la Vallée du Lot à vélo ou V86 ambitionne de relier le confluent de la Garonne (Canal des 2 mers) avec le mont Lozère remontant ainsi la rivière du Lot jusqu'à sa source. Pour le moment, l'itinéraire débute (ou s'arrête) à la Canourgue. La suite de l'itinéraire et son balisage vers les sources du Lot est en projet...



Depuis **Saint-Germain-du-Teil**, partez à l'assaut du **plateau de l'Aubrac**, avec des itinéraires **VTT ou cyclo** techniques au départ du village puis plus tranquilles une fois arrivés sur le plateau, pour profiter de superbes panoramas autour de la route des lacs, entres vaches Aubrac, burons et paysages infinis. Une **grande variété de randonnées** pédestres existe : le petit patrimoine, les tombes juives....

*Vous aussi, repartez des souvenirs plein la tête après la Lozérienne !*

## BESOIN DE LOUER UN VTC OU UN VTT À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE ?

Vous préférez les brochures papier pour consulter  
nos circuits vélo ou pédestres ?



**RDV dans nos bureaux !**



**LOCATION VTT ET VTC  
À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE**

Pleine Nature  
Organisation

LA CANOURGUE (3 VTC)  
LE MASSEGROS (11 VTT)

CHANAC (2 VTT - 2 VTC)  
ST-GERMAIN DU TEIL (2 VTT - 2 VTC)

04 66 48 88 08





## INFOS PRATIQUES

# Venir à la Canourgue & Saint-Germain-du-Teil



### En voiture

Accès à la Canourgue : depuis l'A75 entre Clermont-Ferrand et Montpellier, prendre la sortie 40. Le village est situé à seulement 2 km de la sortie sur la D998. La Canourgue est également accessible depuis la D46 en provenance des Gorges du Tarn.

Accès à Saint-Germain-du-Teil : depuis l'A75 entre Clermont-Ferrand et Montpellier, prendre la sortie 40 (depuis Montpellier) ou la sortie 39.2 (depuis Clermont-Ferrand). Le village est situé à 4 km de la sortie sur la D52.



### En train

Depuis la gare de Banassac- la Canourgue, train situé sur la ligne "Béziers/Neussargues" (Béziers/Paris). Réservation de billets via la [SNCF](#).



### En bus

Via les BUS LIO, ligne 280 (Mende-Montpellier), arrêt à l'aire de covoiturage de Banassac. Réservation de billet via le site [LIO Occitanie](#).

## On vous aide à organiser votre séjour !

Notre équipe se tient à votre disposition pour vous renseigner ! Conseils personnalisés, logements, restauration, activités, balades... N'hésitez pas à venir nous rencontrer dans [nos Offices de tourisme et Maisons de tourisme et de pays](#) une fois sur place.

Que vous soyez seuls, à deux, en famille ou entre amis, il y a tant à explorer !

#### À LA CANOURGUE, 18 RUE DE LA VILLE 48500 LA CANOURGUE

Ouvert du lundi au samedi de 9h à 12h15 et de 13h45 à 17h30. (Ouvert le 8 mai)

#### A SAINT-GERMAIN-DU-TEIL, 5 RUE DU GENDARME MERLE 48340 SAINT-GERMAIN-DU-TEIL

Ouvert du mardi au samedi, de 9h30 à 12h.

Mais aussi : à Chanac, au Massegros, au Point-Sublime.

En attendant votre venue ou lors de votre séjour, et comme indiqué dans les pages précédentes, rendez-vous sur notre site internet : [www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com).



Profitez de **réductions** sur vos sorties en familles, activités, sites touristiques partout en Lozère, grâce au Pass' Lozère !

TÉLÉCHARGEZ VOTRE  
PASS' LOZÈRE !







**CHERS PARTICIPANTS ET ACCOMPAGNATEURS À**

**LA LOZÉRIENNE**

**NOUS VOUS SOUHAITONS UN MERVEILLEUX WEEK-END  
À LA DÉCOUVERTE DE NOTRE TERRITOIRE !**

**[www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com)**



**@aubracgorgesdutarn**



**Office de Tourisme  
de l'Aubrac aux Gorges du Tarn**



**@gorgesdutarn**