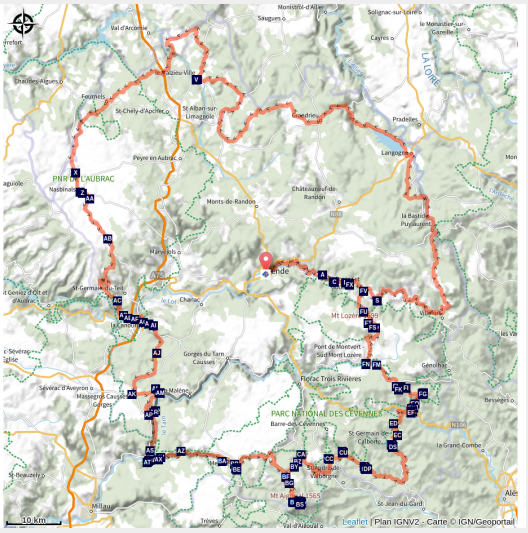
Tour de Lozère à Vélo

Vallée du Lot

Vélo dans les Gorges du Tarn (© Benoît Colomb - Lozère Tourisme)



Toute la Lozère à portée de roue

Venez découvrir la diversité des paysages Lozériens en pédalant sur les 560 km du Tour de Lozère pour un dénivelé total de plus de 9 000 m.

Vous voyagerez entre les vastes forêts de la Montagne de la Margeride et les gorges du Tarn en passant par l'Aubrac et les Cévennes. Un voyage de 6 jours qui vous promet chaque jour un dépaysement total.

Infos pratiques

Pratique : A vélo

Durée : 6 jours

Longueur : 561.3 km

Dénivelé positif : 11565 m

Difficulté : Très difficile

Type : Boucle

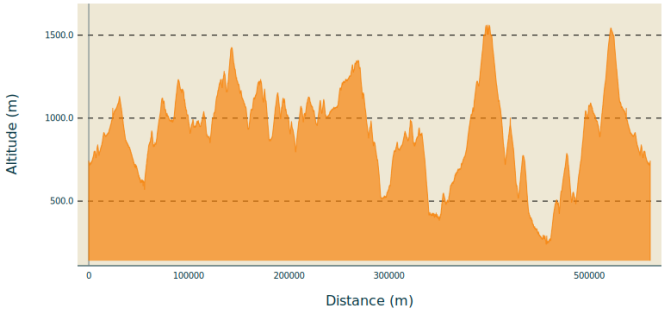
Thèmes : Architecture et Village, Cols et Sommets

Itinéraire

Départ : Parking du Foirail à Mende
Arrivée : Parking du Foirail à Mende
Communes : 1. Mende
2. Badaroux
3. Sainte-Hélène
4. Chadenet
5. Mont-Lozère-et-Goulet
6. Cubières
7. Altier
8. Pourcharesses
9. Villefort
10. Prévenchères
11. La Bastide-Puylaurent
12. Saint-Laurent-les-bains-Laval-d'Aurelle
13. Laveyrune
14. Luc
15. Saint-Flour-de-Mercoire
16. Langogne
17. Naussac-Fontanes
18. Auroux
19. Saint-Bonnet-Laval
20. Bel-Air-Val-d'Ance
21. Grandrieu
22. Saint-Paul-le-Froid
23. Sainte-Eulalie
24. Saint-Denis-en-Margeride
25. Fontans
26. Saint-Alban-sur-Limagnole
27. Lajo
28. Le Malzieu-Forain
29. Le Malzieu-Ville
30. Saint-Léger-du-Malzieu
31. Saint-Privat-du-Fau
32. Julianges
33. Chaulhac
34. Albaret-Sainte-Marie
35. Blavignac
36. Les Monts-Verts
37. Termes
38. Albaret-le-Comtal
39. Fournels
40. Noalhac
41. Chauchailles
42. Brion
43. Grandvals
44. Saint-Urcize
45. Recoules-d'Aubrac
46. Nasbinals

47. Marchastel
48. Les Salces
49. Les Hermaux
50. Saint-Pierre-de-Nogaret
51. Trélans
52. Banassac-Canilhac
53. La Canourgue
54. Massegros Causses Gorges
55. Mostuéjouls
56. Le Rozier
57. Saint-Pierre-des-Tripiers
58. Hures-la-Parade
59. Meyrueis
60. Gatuzières
61. Fraissinet-de-Fourques
62. Rousses
63. Bassurels
64. Val d'Aigoual
65. Saint-André-de-Valborgne
66. Le Pompidou
67. Molezon
68. Gabriac
69. Sainte-Croix-Vallée-Française
70. Moissac-Vallée-Française
71. Saint-Étienne-Vallée-Française
72. Saint-Germain-de-Calberte
73. Saint-André-de-Lancize
74. Saint-Hilaire-de-Lavit
75. Saint-Privat-de-Vallongue
76. Ventalon-en-Cévennes
77. Pont-de-Montvert-Sud-Mont-Lozère

Profil altimétrique



Altitude min 241 m Altitude max 1560 m

Votre voyage débutera de Mende par la remontée de la Vallée du Lot jusqu'au Bleymard puis la descente de l'Altier jusqu'au Lac de Villefort, suivie de la traversée de la mystérieuse Margeride avec l'histoire de la bête du Gévaudan entre Langogne et Le Malzieu.

Vous parcourez ensuite les routes de l'Aubrac sous le regard maquillé de ses vaches caractéristiques et pourrez profiter de sa gastronomie (Aligot, pavé d'Aubrac...)

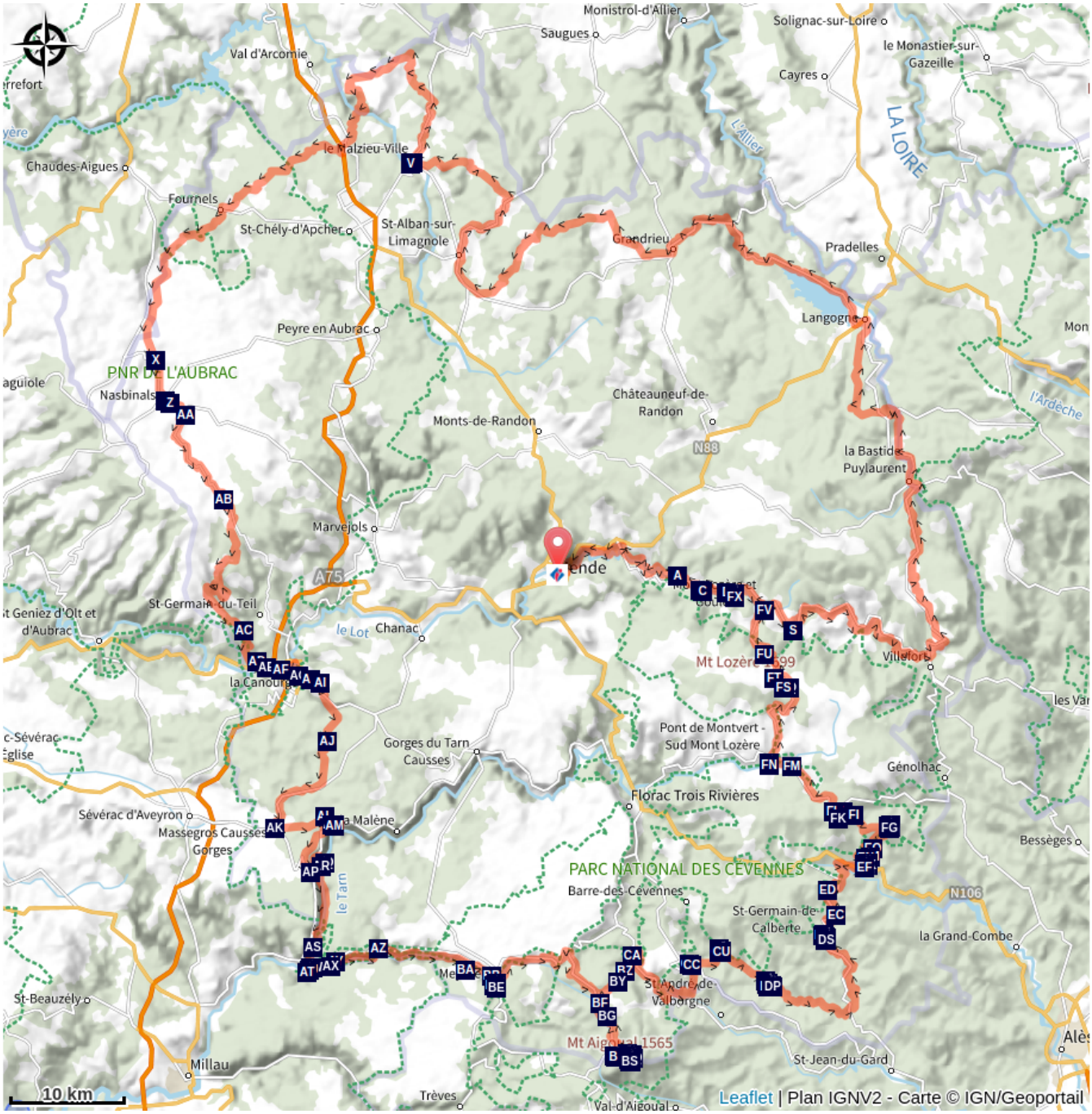
Vous descendrez ensuite sur les Causses et les gorges du Tarn et de la Jonte pour rouler sous le vol silencieux des vautours et admirez la beauté de la roche et de l'eau.

Vous remonterez à la découverte des routes cévenoles et du Mont Lozère, toit du département en passant par le Mont Aigoual et Florac, siège du Parc National des Cévennes. La douce vallée du Lot vous raccompagnera pour votre retour à votre point de départ à Mende.

Étapes :

1. Tour de Lozère à vélo - Etape 1
   97.4 km / 1643 m D+ / 1 jour
2. Tour de Lozère à Vélo - Etape 2
   80.5 km / 1890 m D+ / 1 jour
3. Tour de Lozère à Vélo - Etape 3
   117.5 km / 2154 m D+ / 1 jour
4. Tour de Lozère à Vélo - Etape 4
   72.9 km / 1420 m D+ / 1 jour
5. Tour de Lozère à Vélo - Etape 5
   95.9 km / 2168 m D+ / 1 jour
6. Tour de Lozère à Vélo - Etape 6
   102.1 km / 2358 m D+ / 1 jour

Sur votre route...



L'Eglise Saint-Privat (A)
Château (B)
Bagnols-les-Bains (C)
Flore (D)
Schiste, socle et matériau (E)
Moulin (F)
Abandon du site (G)
Choix défensifs (H)
Installation du village primitif (I)
Rocher aux cupules (J)
Tour de surveillance (K)
Axes de circulations (L)
Panorama (M)
Réduit (N)

Toutes les informations pratiques

⚠ Recommandations

Cet itinéraire n'est pas balisé sur le terrain. Nous vous recommandons de télécharger la trace gpx pour vous guider lors de votre séjour.

Comment venir ?

Accès routier

A partir de l'A75, prendre la sortie n°39.1 pour accéder à Mende par la RN88.

En venant du Puy, suivre la RN88 jusqu'à Langogne puis rejoindre Mende.

Parking conseillé

Parking du Foirail à Mende

Lieux de renseignement

Office de Tourisme de Mende
Place du Foirail, 48000 MENDE
Tel : 04 66 94 00 23
https://www.mende-coeur-lozere.fr/

Source

Département de la Lozère

https://www.lozere.fr

Sur votre route...

L'Eglise Saint-Privat (A)

Mentionnée pour la première fois en 1258, l’église Saint-Privat semble avoir été construite entre XIIe et le début du XIIIe siècle. Elle subit les dommages des guerres de Religion comme beaucoup d’églises du Gévaudan. Malgré les nombreux remaniements, elle présente une architecture soignée.

Attribution : © Nathalie Thomas

Château (B)

Le petit château devant lequel vous passez fut construit au XVIIe siècle sur le chemin de Florac à Bagnols. La tour cache un bel escalier à vis. Pendant 59 années, cette maison forte fut celle de la gendarmerie à cheval. Les écuries étaient au premier niveau. En 1966, les gendarmes déménagèrent pour s'installer plus bas dans le village.

Attribution : N Thomas

Bagnols-les-Bains (C)

Près des sources du Lot, Bagnols-les-Bains est, depuis l'époque romaine, un lieu privilégié pour se détendre et retrouver la forme. Située à 900 mètres d'altitude, cette station climatique et thermale à dimension humaine dispose d'une source d'eau chaude qui jaillit de la montagne à une température de 41,5°C. Un lieu pour se ressourcer au cœur d’une nature préservée, en alternant activités de pleine nature et soins de remise en forme.

Attribution : © Nathalie Thomas

Flore (D)

Sur les chemins, de nombreuses fleurs nous font savoir que nous marchons sur une pente schisteuse. L'ornithogale se fait une beauté pour onze heures du matin, les digitales rehaussent leurs cloches pourpres, des touffes de fétuque ovine se sont échappées d'une prairie d'estive, un pied d'orpin brûlant se repaît de soleil, l'achillée millefeuille fait dans la dentelle tout l'ourlet du chemin, le serpolet foulé au pied exprime son parfum...

Attribution : Nathalie Thomas

Schiste, socle et matériau (E)

Balise n° 1
Au Tournel, le micaschiste est très présent. Entre 220-200 millions d’années avant notre ère, au moment de l’apparition de la chaîne hercynienne, les roches entraînées en profondeur dans les plissements et soumises à des températures et des pressions élevées se sont transformées pour donner des schistes et des micaschistes. Formées de quartz et de mica, ces roches finement feuilletées se débitent en lamelles et sont d’excellents matériaux de construction résistant au froid, à l’eau et au gel. Ils ont constitué la matière première pour la construction du château et du village. Plusieurs carrières sont encore exploitées, fournissant des matériaux de murs, sols et couverture.

Moulin (F)

A l’époque féodale, l’utilisation des moulins par les villageois imposait le paiement d’un droit au seigneur. A partir de la révolution, ils deviennent propriété collective des habitants qui ont la charge de leur entretien. Murs et toit en schiste, le moulin du Tournel a été construit en 1820, en contrebas du village et à quelques pas du Lot. Mû par l’eau dérivée dans un fossé à ciel ouvert ou béal, il fonctionnait pour produire la farine de seigle ou de froment avant chaque fabrication du pain, base de l’alimentation. Vers le milieu du XXème siècle les moulins ont cessé de fonctionner ; celui-ci, bien conservé, a fait l’objet d’une restauration récente.

Attribution : @ Guy Grégoire

Abandon du site (G)

À partir du XIVème siècle, les seigneurs préfèrent le château du Boy plus confortable, tandis que certains habitants privilégient la sécurité de la ville de Mende à la protection des châteaux. La situation escarpée du village, la crise démographique des XIVe et XVe siècles, la grande peste, l’arrêt des conquêtes de territoire peuvent également expliquer l’abandon progressif du site. Au XIXème siècle, seules quelques maisons sont encore habitées et les terres à peine exploitées. Le village-rue est définitivement abandonné en 1930 alors que l’actuel hameau du Tournel se crée le long du flanc ouest de l'éperon.

Attribution : @ Yannick Manche

Choix défensifs (H)

Balise n° 2
Au XIème siècle, le pouvoir royal a perdu de sa force. Des seigneurs laïcs, possesseurs de terres, bâtissent des forteresses pour protéger leurs biens et les gens dont ils ont la charge. Le château du Tournel est édifié, à 1080 m d'altitude, enserré dans une boucle du Lot qu'il est impossible de contourner. Ce «castrum» occupe un éperon rocheux, bordé de toute part, sauf au nord, par l'à-pic. Les parois rocheuses verticales des flancs est et ouest rendent l'accès au château extrêmement périlleux. Le choix du site suffit à l'essentiel de sa défense tandis que la position de l'édifice permet de dominer et surveiller la vallée du Lot.

Attribution : @ Olivier Prohin

Installation du village primitif (I)

Aux pieds du château, un premier village prend place sur la bande étroite du sommet du piton entre le château et le bloc rocheux qui ferme l'éperon au Sud. Protégé par son inaccessibilité, il n'a jamais été ceinturé à l'intérieur d'un rempart. Encore perceptible par des traces d'aménagements dans le rocher, sous forme d'ancrages, cet habitat était composé de petites maisons installées parallèlement aux parois rocheuses de façon à les intégrer dans la construction. Cet habitat primitif est abandonné au XIIIe siècle, desservi par son inaccessibilité et balayé par des vents violents. Les maisons sont arasées, leurs murs devenant murs de terrasses.

Attribution : © Brigitte Mathieu

Rocher aux cupules (J)

Balise n° 4
En contrebas du bloc de barytine, qui barre l’éperon et protégeait le château et le village primitif, s’étend un rocher percé de neuf trous circulaires, de dimension variable : ce sont des cupules. Placées sans ordre précis sur le rocher, elles ne semblent pas avoir servi de point d’ancrage. L’érosion aurait-elle pu creuser la roche de la sorte ? En Cévennes le phénomène existe en de multiples endroits, toujours dans le schiste.
La conquête naturelle des parois rocheuses commence par l’installation des lichens. Ces encroûtements des rochers, diversement colorés, sont des végétaux qui assurent la première pulvérisation du minéral nécessaire à l’installation des autres plantes.

Tour de surveillance (K)

Balise n° 5
Les similitudes de construction entre la tour de surveillance et le donjon font remonter ces deux édifices au XIIIe siècle. Associée à la première occupation du site, la tour assurait la défense avancée de l’ancien village. Plus tard, se trouvant en position centrale sur le site, elle permettait la protection et le contrôle du village-rue. Ses murs épais d’un mètre vingt environ et le système de fermeture de porte à barre coulissante sont encore visibles. Endommagée semble-t-il lors d’un incendie, elle a été transformée en habitation à deux niveaux séparés par un plancher remplaçant la voûte détruite. On peut remarquer les ancrages de solives, aménagés dans la maçonnerie.

Axes de circulations (L)

Balise n° 6
Le site du Tournel s’inscrit dans un paysage quadrillé par un réseau de voies de communication : deux drailles de transhumance et la via Soteirana reliant Villefort à Mende. . Par sa position géographique, le château du Tournel s’imposait et jouait un rôle prépondérant dans la surveillance des terroirs, des hommes et de leur trafic. La via Soteirana, ancienne route royale, semble avoir notamment joué un rôle majeur dans l’exploitation minière des localités voisines. Elle constituait, pour tous les châteaux qui la jalonnaient, une source de revenus non négligeable grâce aux droits perçus sur tout ce qui l’empruntait.

Panorama (M)

Au loin, les croupes dénudées du mont Lozère sont maintenues par le pâturage des troupeaux de moutons transhumants. Les cultures occupent les dépressions fertiles et mécanisables, proches des villages. Le pin sylvestre couvre de vastes espaces ayant remplacé le chêne sur le calcaire ou le hêtre sur sol siliceux. Avec le bouleau, ils reconquièrent les terres abandonnées. Conséquence de la déprise agricole, les genêts, se contentant de sols pauvres, forment de vastes landes mises à feu périodiquement par les agriculteurs. L’évolution de ce paysage se poursuit au gré du temps et des facteurs naturels et humains.

Attribution : @ Guy Grégoire

Réduit (N)

Balise n° 8
Cette tour a sans doute répondu aux exigences de fortifications des châteaux lors de la guerre de Cent Ans. Ses murs extrêmement épais (1,70 m par comparaison 0,80 m pour le logis) renforcent un angle de l’enceinte et servent d’ultime défense en suivant le contour des parois verticales. Elle garde encore les vestiges de trois corbeaux juste au-dessus de la porte d’accès qui devait soutenir une bretèche (petit avant corps de protection). À l’intérieur, les étages séparés par des voûtes sont accessibles par des trous d’homme.