

# Appel d'air

*5 respirations*  
à prendre en Aveyron

**TOURISME  
AVEYRON**

[www.tourisme-aveyron.com](http://www.tourisme-aveyron.com)  
DOSSIER DE PRESSE 2022



# Musardez le long du chemin...

Peu d'endroits se révèlent aussi propices à la flânerie que les sentiers de l'Aveyron : caressé par les rayons du soleil et ivre du vent des plateaux, vous vous y attardez entre vallées profondes et énigmatiques sculptures rocheuses. Le causse du Larzac murmure à vos oreilles des histoires plurimillénaires. Le patrimoine bâti se déploie au détour de chaque virage, entre château médiéval de Calmont-d'Olt, burons de lauzes et bastides de caractère. Au rythme de vos pas ou bien juché sur votre vélo, sillonnez ces paysages spectaculaires à l'affût de mille et une merveilles : village de Conques et pont classé d'Estaing, « jasse du Combalou » ou site hospitalier de Mascourbe admirablement conservé sont autant de perles, au cœur de verdoyants théâtres naturels.

Loin des sentiers battus, méditez sur les traces des pèlerins empruntant le GR®65, partez à la recherche des fragiles orchidées du causse du Larzac, prenez-vous pour un véritable berger des causses près de Roquefort-sur-Soulzon ou échappez-vous au cours d'un périple bucolique entre Lot et Dourdou. Les années écoulées ont su façonner les multiples visages de ce territoire, à vous à présent de prendre le temps de les contempler !

[www.tourisme-aveyron.com](http://www.tourisme-aveyron.com)

## SOMMAIRE

- P4...** Randonnée spirituelle sur les traces des pèlerins  
*GR®65 entre Aubrac et Conques*
- P5...** Excursion sauvage au cœur d'une nature ensorcelante  
*Les dolomies des Carols au départ de Lapanouse-de-Cernon*
- P6...** Déambulation cycliste au bon goût de Roquefort  
*Itinéraire Vélo & Fromages Brebis'Cyclelette*
- P7...** Patrimoine et art de vivre en roue libre  
*Vallée du Lot à vélo par la voie verte et la « variante de Conques »*
- P8...** Vigoureuse vadrouille aux accents sylvestres  
*Randonnée autour de Najac, village perché*



*Bienvenue en Aveyron !*





# RANDONNÉE SPIRITUELLE SUR LES TRACES DES PÈLERINS



## Levez-vous et marchez !

GR®65 entre Aubrac et Conques

Le GR®65 se déploie comme une aventure humaine vieille de plus de 1000 ans : mettez vos pas dans ceux des pèlerins qui, venus des quatre coins de l'Europe, ont dirigé leur ferveur et leur trajectoire vers Saint-Jacques-de-Compostelle. La partie aveyronnaise vous emmène des steppes de l'Aubrac jusqu'aux villages de la vallée du Lot et du vallon de Marcillac jusqu'à Livinhac-le-Haut, à travers de spectaculaires paysages propices à la méditation et à l'émerveillement. Parcourez Saint-Chély-d'Aubrac aux belles maisons traditionnelles, puis engagez-vous dans la vallée du Lot et arrêtez-vous quelques instants sous le clocher « flammé » de Saint-Côme-d'Olt. Quittez l'atmosphère médiévale d'Espalion, sous le bienveillant patronage du château de Calmont d'Olt, et parcourez les vignobles en terrasses jusqu'au pont gothique d'Estaing. Une progression dans la luxuriante végétation vous emmène ensuite vers Conques et Decazeville, à la découverte d'un patrimoine architectural et culturel exceptionnel. Pas à pas, laissez-vous guider par l'émotion au fil d'édifices inscrits sur la liste du patrimoine de l'UNESCO et prenez le temps de savourer cette itinérance par des chemins uniques et universels.

Tracé du GR®65 en Aveyron - 102 km - environ 5 jours - difficulté selon tronçon  
[www.tourisme-aveyron.com](http://www.tourisme-aveyron.com)



# EXCURSION SAUVAGE AU CŒUR D'UNE NATURE ENSORCELANTE



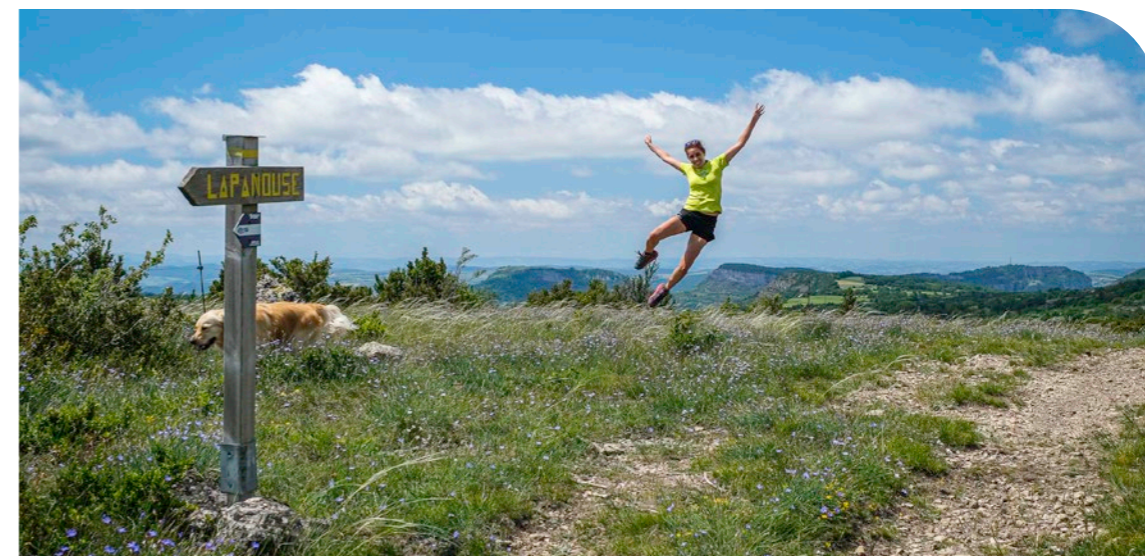
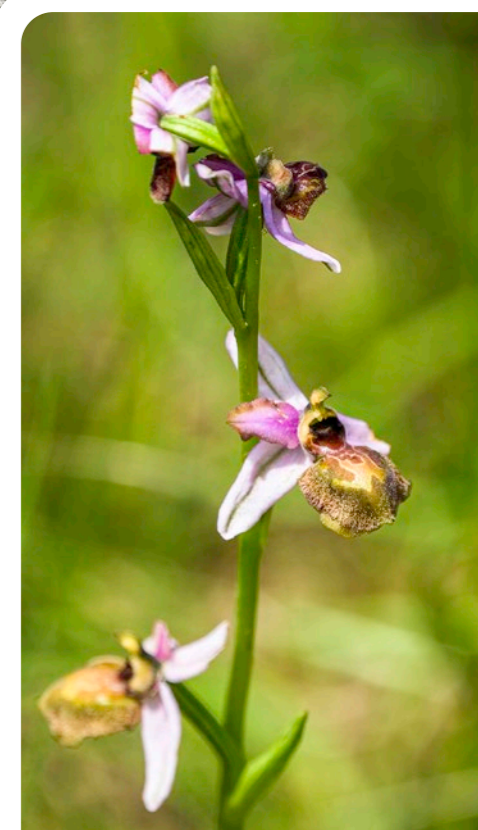
## Vagabondez à travers les roches dolomitiques du causse du Larzac

Randonnée à travers les dolomies des Carols  
au départ de Lapanouse-de-Cernon

Sur l'horizon se découpent des formes imposantes et extraordinaires : le sommet des Carols et l'emblématique rocher troué rivalisent d'étrangeté pour aimer votre regard. Ici dans la vallée du Cernon vous évoluez entre marnes grises, riches en pyrite et fossiles marins, et splendides points de vue, comme celui du village de La Bastide-Pradines, véritable « nid d'aigle » perché à 575 mètres d'altitude.

Continuez votre ascension vers Le Pas de la Selle : de forme rectangulaire, ce site gallo-romain proche d'une voie de passage était probablement un sanctuaire servant à abriter les offrandes. Autour de vous s'étend la « devèze de Lapanouse », propriété des habitants du village devenue espace classé Natura 2000 qui fait le bonheur des botanistes à la recherche de la rare ophrys de l'Aveyron, orchidée endémique protégée. Vous y croisez les indices d'une activité pastorale remontant au Moyen Âge : abreuvoirs, enclos de pierres appelés « pargues » ou antiques bergeries... sans parler des moutons ! Les vieilles pierres n'éclipsent pas la silhouette majestueuse des 11 arches du viaduc de Lapanouse, dernière curiosité qui surplombe votre descente finale vers le village.

Randonnée à travers les dolomies des Carols - 11,8 km - environ 3 h 30 - difficulté moyenne  
[www.rando.parc-grands-causses.fr](http://www.rando.parc-grands-causses.fr)







# Déambulation cycliste au bon goût de Roquefort



## Roulez à la découverte du roi des fromages



Itinéraire Vélo & Fromages Brebis'Cyclette

Des jolies circonvolutions bleutées du Roquefort aux courbes ondoyantes du parc naturel régional des Grands Causses, il n'y a qu'un tour de roue ! Enfourchez votre destrier roulant et partez dans les grands espaces au fil de plus de 60 kilomètres d'itinéraire cyclo-touristique dans ce pays de caractère, entre tradition agro-pastorale et histoire médiévale.

Sur votre route se trouvent les caves d'affinage à l'inimitable parfum, ainsi que le cirque sauvage de Tournemire. Choisissez de poser le pied dans le hameau de Saint-Jean-d'Alcas pour admirer son église fortifiée dans un état de conservation remarquable : voyez les tours circulaires et la régularité de l'enceinte qui offrait à la population un abri au moment de la guerre de Cent Ans. Quant à la ferme de Mascourbe située un peu plus loin, elle appartenait à la commanderie des Hospitaliers de Saint-Jean-de-Jérusalem et vous pouvez en apprécier la vaste cour rectangulaire. Une fois remonté sur votre vélo, roulez en tandem avec votre gourmandise de Saint-Jean-d'Alcapiès à Saint-Affrique en passant par la belle vallée de la Sorgue !

Parcours cyclable Brebis'Cyclette - 62,7 kilomètres - environ 4 h  
Niveau difficile

[www.rando.parc-grands-causses.fr](http://www.rando.parc-grands-causses.fr)



# Patrimoine et art de vivre en roue libre

## Périple à bicyclette entre Lot et Dourdou

Vallée du Lot à vélo par la voie verte et la « variante de Conques »

Suivez le balisage « vallée du Lot à vélo » et engagez-vous sur l'itinéraire autour de Conques et de la vallée du Dourdou. Prenez votre temps, car ici la voie verte qui longe la rivière serpente à travers une myriade de villages authentiques : Conques, Montarnal, Entraygues-sur-Truyère, Estaing ou encore Espalion vous réjouissent de leur art de vivre et de leur typicité architecturale.

Les curiosités naturelles ne manquent pas le long de votre chemin : du rocher de Rodelle à la confluence du Lot et de la Truyère, en passant par le canyon de Bozouls, laissez-vous charmer par une ambiance de roches et de verdure, d'à-pics et de falaises ! C'est ensuite le château de Calmont d'Olt ou encore l'abbatiale Sainte-Foy de Conques qui vous impressionnent, sans compter que la gastronomie réconfortante et l'atmosphère accueillante des jolies bourgades traversées vous dépayseront en douceur. Cette échappée cycliste est décidément une délicieuse promenade aux accents à la fois historiques, champêtres et conviviaux.

Boucle cycliste « variante de Conques » - 130 km - environ 3 jours

Difficulté moyenne

[www.tourisme-aveyron.com](http://www.tourisme-aveyron.com)





# Vigoureuse vadrouille aux accents sylvestres



## Cheminez vers un château perché...

Randonnée autour de Najac, village perché

Serrées le long de la crête, les maisons qui mènent au bourg de Najac, labellisé Plus Beau Village de France, sont à l'image des vestiges fantastiques de sa forteresse : elles semblent en équilibre instable entre la terre et le ciel. Cheminant depuis la place du Faubourg, vous peinez à quitter des yeux l'église gothique, le château médiéval et la fontaine monolithe octogonale du XIV<sup>e</sup> siècle, mais il est l'heure d'aller prendre la mesure de l'importance de l'emplacement stratégique occupé par le château dont les ruines vous surplombent. Au départ du centre du village, vous vous enfoncez dans la forêt avec pour objectif de décrire une boucle autour du site spectaculaire de Najac, village perché. Traversant la rivière, vous amenant à proximité de hauts rochers, et longeant l'Aveyron au plus profond de ses gorges, cette randonnée au profil plutôt sportif vous en met plein les yeux : de combes en chemins forestiers, trottant le long d'une portion du GR®36, gravissant la colline abrupte, c'est un sentiment de devoir accompli qui vous comble au moment de revenir vers les maisons à pans de bois et sur le romantique pont Saint-Blaise !

*Randonnée à la découverte du bourg de Najac - 11 km*

*Environ 3 h - difficulté moyenne*

[www.tourisme-aveyron.com](http://www.tourisme-aveyron.com)





## Contacts presse

### AGENCE AIRPUR

Pascal Margueron

T. + 33 (0)3 81 57 13 29

M. + 33 (0)6 81 55 96 68

[pmargueron@agence-airpur.fr](mailto:pmargueron@agence-airpur.fr)

### TOURISME AVEYRON

Audrey Carles

T. + 33 (0)5 65 75 55 81

[presse@aveyron-attractivite.fr](mailto:presse@aveyron-attractivite.fr)

Rédaction : [www.agence-airpur.fr](http://www.agence-airpur.fr)

Graphisme : [www.midia14h.com](http://www.midia14h.com)

Crédits photos : D. Viet - Tourisme Occitanie / Fred & Aldo /  
G. Alric / J. Damase / M. Schulte-Kellinghaus / M. Hennessy -  
Tourisme Aveyron / Roquefort Tourisme / V. Govignon