



Avenue de Saint Pierre 12500 ESPALION



05 65 48 85 05



apdma@orange.fr



# Aux Portes des Monts d'Aubrac

*Cyclotourisme en Aveyron*



## Bienvenue à Espalion !

- - - - x



Il ne suffit pas de traverser “le pays” pour le connaître. L’Aveyron n’est pas un musée à visiter mais bien une civilisation à rencontrer. Ici, vous tomberez toujours sur un vieux sage à l’accent fleurant le bon roc. Il vous sortira de son sac quelques anecdotes, quelques dictons sur le temps qui passe et le temps qu’il fait.

Et s’il vous trouve un peu trop pressé, il vous dira « nous arriverons tous en même temps au 31 décembre ».

Alors posez votre sac sur un flanc de basalte moussu, allongez vous sur une botte de foin odorante, contemplez le ciel et retrouver le goût des choses simples.

Fermez les yeux pour mieux entendre la nature qui s’ébroue dans les herbes au rythme du ruisseau se faufilant dans le sillon qui le conduit au Lot.

Ici le naturel marche au pas, il s’écoute, il fait partie de la vie quotidienne. On ne le chasse pas.

Mais sachez déjà que soit vous n’irez jamais, soit vous y reviendrez souvent, seul, en famille, à pied, à vélo, en voiture ou à cheval !

Bon séjour.





CONQUES



MUSEE SOULAGES



LES GORGES DE L'AVEYRON



L'AUBRAC



LES GORGES DU TARN



LES LACS ET MONTS DU LEVEZOU



ROQUEFORT ET SES CAVES

# Découvrir l'Aveyron



---

# Les circuits

|   |    |
|---|----|
| Laguiole (103km).....                     | 5  |
| Causse de Séverac-Le-Château (133km)..... | 9  |
| Conques (116km).....                      | 13 |
| Aubrac (138km).....                       | 17 |
| Villecomtal (108km).....                  | 21 |
| Bozouls (46km).....                       | 25 |

---



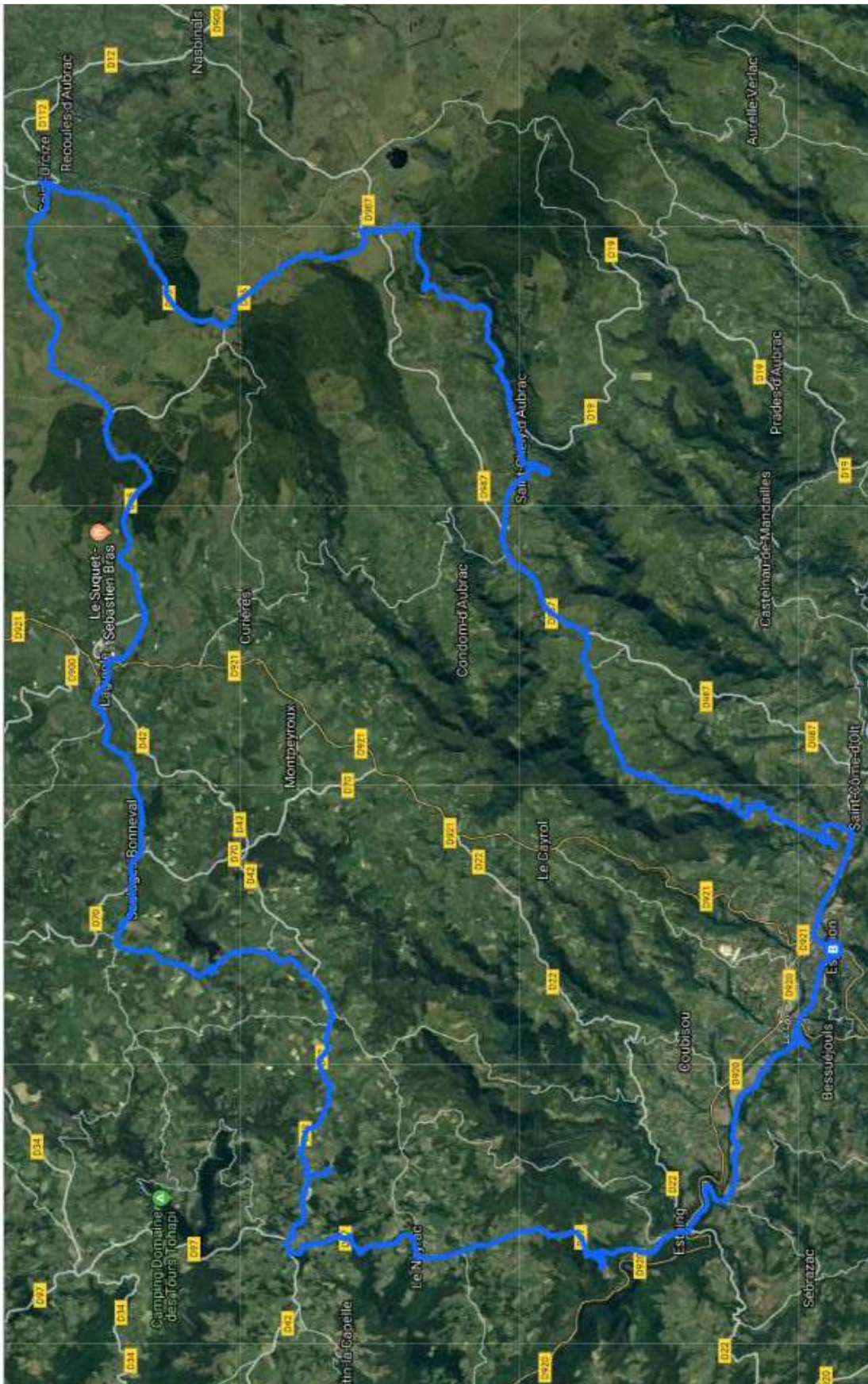
---

# Découvrir la commune de Laguiole





Circuit de 103 km au départ d'Espalion



## Villes traversées :

Espalion, La Bastide d'Aubrac, Salgues, La Remise, Saint Chély d'Aubrac, Aubrac, Saint Urcize, Laguiole, Soulagès Bonneval, Tesq, Le Nayrac, Estaing, Espalion.

## A voir en chemin

→ La Bastide d'Aubrac : ancienne Bastide

→ Saint Chély d'Aubrac : Église du 16ème siècle - Pont gothique

→ Aubrac : Tour des anglais - Église romane

→ Saint Urcize : Église romane à clocher peigne avec déambulatoire le seul en Haute Auvergne

→ Laguiole : Coutelleries - Taureau en bronze sur la place - Spécialités gastronomiques (Fouace, Aligot, Fromage)

***Pause déjeuner au restaurant L'aubrac à Laguiole : 0565443213***



→ Tesq : Lac des Galens

→ Le Nayrac : Village fleuri - Église en granit aux vitraux modernes

→ Estaing : Château du 13ème siècle demeures du 16ème siècle - Croix sur le pont

→ Espalion : Pont du 11ème siècle - Vieux Palais renaissance - Musée du Scaphandre



## Pour plus d'informations...

La Viadène mérite le détour. Entre les Gorges de La Truyère qui la séparent du Carladez (aussi appelé Barrez) et la vallée du Lot au sud, limitée à l'est par le plateau d'Aubrac qu'elle prolonge, il y a là un pays sauvage qui cache bien son jeu. Une nature reine ponctuée de nombreux villages pittoresques (Saint Amans des Côtes, Campouriez, Florentin La Capelle, Huparlac, Montézic, Saint Symphorien de Thénieres). Entourés de lacs, ils sonnent comme des promesses de moments heureux et épanouis.



Sur ce socle de granit forêts, pâturages et ses petites vallées recelant des perles cachées comme le hameau de Bez Beden. L'eau est encore omniprésente. Calme et relaxante avec le barrage de Montézic, vive et jaillissante avec les cours d'eau et les cascades comme celle du célèbre Saut du Chien.



Pas étonnant alors qu'avec 14 sentiers balisés pour un total de 120 km, la Viadène soit un paradis pour randonneurs en quête de circuits faciles ou des randonnées plus escarpées.

Bénis les amoureux des vieilles pierres ! Ici, les églises à clochers-peigne abondent tels que Bez-Bédène bâti sur son éperon rocheux. Sans parler des vestiges comme ceux du château de Thénier qui offre une vue sans limites. D'ailleurs le seul nom de Viadène est une plongée dans l'histoire, puisqu'une légende prétend qu'elle serait baptisée ainsi en référence à la dixième voie romaine. (Via Dène). Et il y a bien des traces d'une voie romaine, du côté de Bez-Bédène et Campouriez.



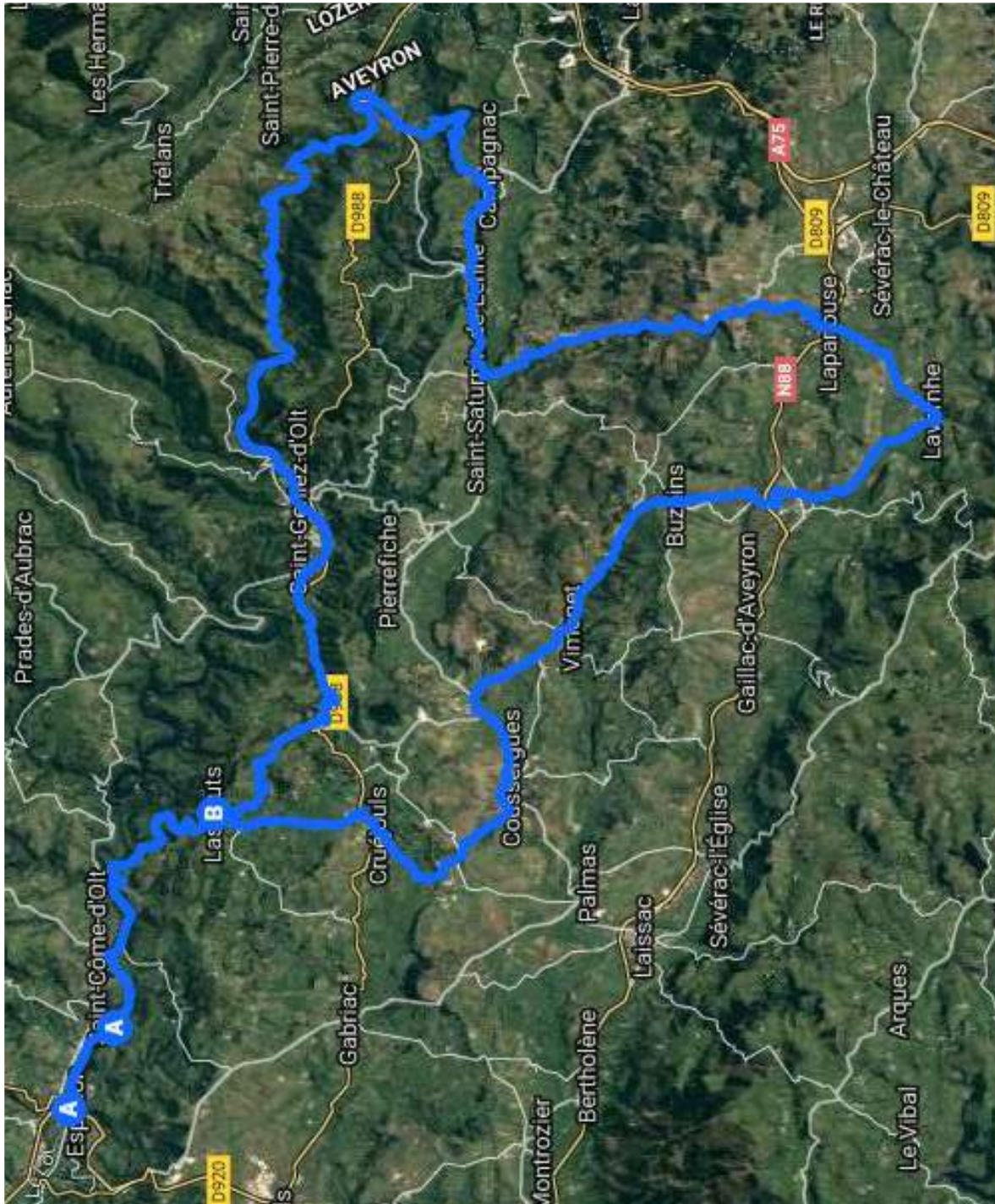
---

# Découvrir la région du Causse de Séverac





Circuit de 133 km au Départ d'Espalion



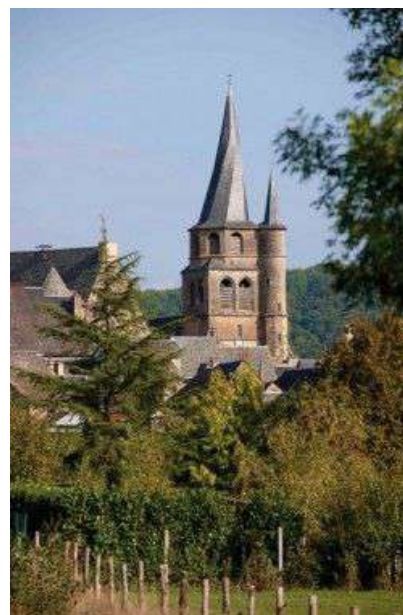


## Villes traversées :

Espalion, Saint-Côme-d'Olt, Lassouts, Saint Géniez d'Olt, Pomayrols, Les falguières, Saint Laurent d'Olt, Campagnac, Saint Saturnin de Lenne, Lagarde, Lapanousse, Saint Grégoire, Lavernhe, Recoules Prévinquières, Buzeins, Vimenet, Galinières, Coussergues.

## A voir en chemin :

- Saint-Côme-d'Olt : église gothique flamboyant avec clocher flammée en vrille
- Lassouts : église romane
- Sainte Eulalie d'Olt : un des plus beaux villages de France
- Saint Géniez d'Olt : Anciennes demeures à colombage - Hôtels du 18ème siècle - Chapelle des pénitents 14ème siècle
- Saint Laurent d'Olt : Pont du 13ème siècle
- Campagnac : Vieilles maisons en calcaire
- Saint Saturnin de Lenne : église romane en grés rouge 12ème siècle
- Saint Grégoire : très beau village fleuri
- Lavernhe : Belle vallée de l'OLP - Maisons aux toits de Lauzes - église à abside romane
- Buzeins : Château église du 13ème siècle
- Vimenet : Village fortifié - Vestige de mur d'enceinte - église avec clocher peigne maison natale de Trousselieu ex-vainqueur du tour de France 1905
- Galinières : Château du 14ème siècle
- Cruéjouls : Château du 15ème siècle



## Pour plus d'informations

La cité médiévale de Séverac-le-Château est un dédale de ruelles à la découverte d'un patrimoine médiéval riche. Deux portes fortifiées vous donnent l'accès aux ruelles étroites de la cité, qui est l'une des plus étendues de l'Aveyron. Dans cet espace presque clos, les demeures nobles côtoient les



maisons plus modestes, la Maison des Consuls du XVème siècle, le marché couvert appelé « Sestayral », des échoppes médiévales, l'église St Sauveur, le musée archéologique, la fontaine, le lavoir et la Maison de Jeanne qui est l'une des plus anciennes maisons du Rouergue (Aveyron) et qui daterait du XIIIème siècle.

Le château de Séverac est un château médiéval, où activités et spectacles font le bonheur de tous. Le temps et les grandes époques de l'Histoire de France ont laissé des marques visibles sur

l'édifice. D'abord un château fort au XIème siècle, la bâtisse est ensuite remaniée au XIVème et XVème siècles en un petit palais de style Renaissance.



### ← INSOLITE

La Maison de Jeanne est l'une des plus vieilles maisons de l'Aveyron. Vous la reconnaîtrez entre mille avec ses encorbellements et ses colombages ; elle daterait du XIIIème siècle. Ça reste entre nous : le seul moyen d'entrer dans cette maison est de suivre en été une animation avec deux gentes dames du Moyen-Age...

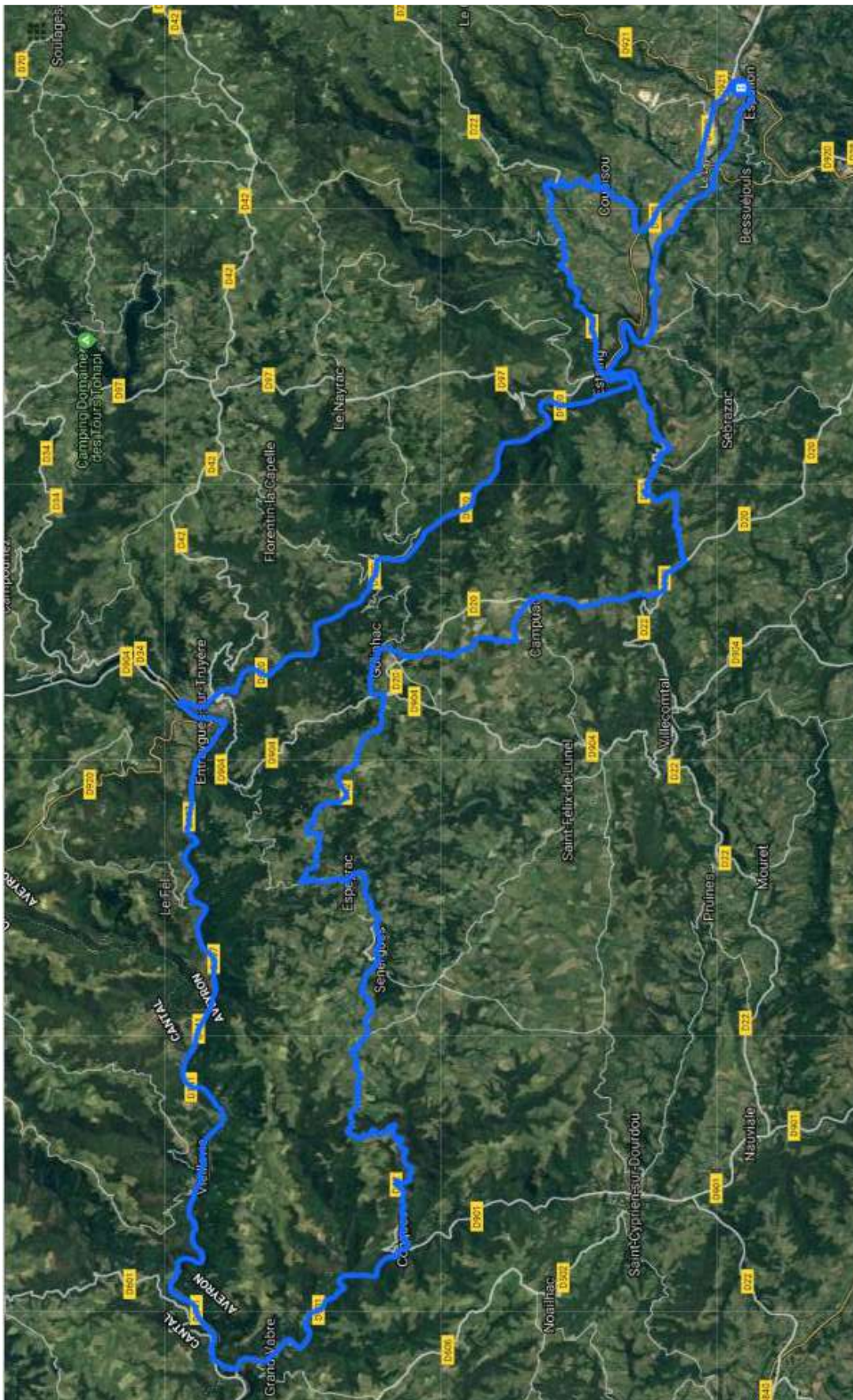


# Découvrir la commune de Conques





Circuit de 116km au départ d'Espalion



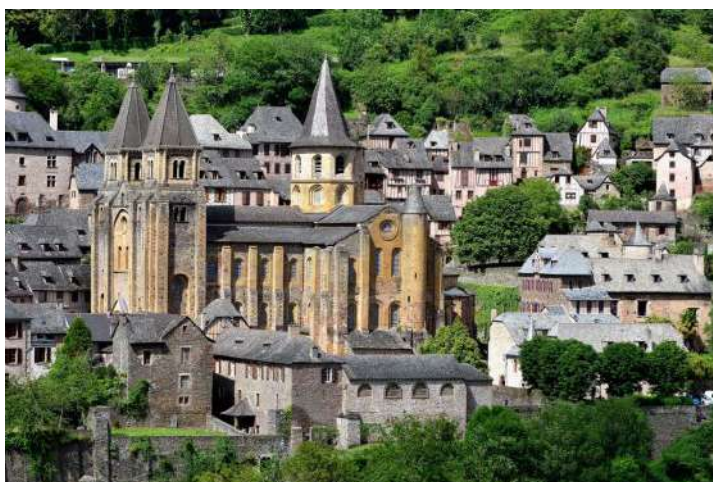


## Villes traversées :

Espalion, Estaing, Entraygues, Vieilleville, Saint Projet, Grand Vabre, Conques, Sénergues, Espeyrac, Le poteau, Golin hac, Estaing, Le Causse, Coubisou, Espalion

## A voir en chemin :

→ Estaing : “L’un des plus beaux villages de France”, château du 11ème siècle remanié du 13ème siècle à nos jours



→ Entraygues : Au confluent du Lot et de la Truyère - Maisons du 16ème et 17ème siècles

→ Conques : Plus beau village de France -

Abbatiale du 11ème siècle - Tympan remarquable - Vitraux de soulages - Trésor de Sainte Foy

→ Sénergues : église en granit avec vitraux romains. Pause déjeuner au restaurant Bibal 05 65 69 80 05



→ Espeyrac : chemin de Saint Jacques

→ Coubisou : église romane inachevée du 15ème siècle, maison de la Vigne du Vin et des Paysages d'Estaing

## Pour plus d'informations

Labellisé « Grands Sites de Midi-Pyrénées » et « Plus beaux villages de France », Conques se niche dans un cadre naturel préservé. A la fin du VIII<sup>e</sup> siècle, un ermite choisit ce site sauvage pour se retirer, puis un monastère bénédictin s'y établit.



Grâce aux reliques de sainte Foy, Conques devint un centre de pèlerinage puis une étape du chemin de Compostelle. Progressivement, un bourg se développa autour du centre religieux.



L'abbatiale de Conques (XI-XII<sup>e</sup> siècles) abrite un patrimoine incomparable de sculptures romanes (tympan du Jugement dernier, chapiteaux romans) mis en lumière par les vitraux de Pierre Soulages.

L'abbatiale, comme le pont sur le Dourdou, sont inscrits sur la liste du Patrimoine mondial par l'UNESCO au titre des chemins de Compostelle.

Le Trésor d'orfèvrerie compte parmi les plus anciens et les plus beaux du Moyen Age (reliquaires conçus par les moines de Conques). Sa pièce majeure est la Majesté de sainte Foy, couverte d'or et de pierres précieuses, d'émaux et d'intailles antiques.



---

# Découvrir la commune d'Aubrac





Circuit de 138km au départ d'Espalion





## Villes traversées :

Espalion, Saint Côme d'Olt, Bonauberg, Castelnau de Mandailles, Vignac Artigues, Bonnefon, Vieurals, Rieuzens-Moncar, Les Cats Trelans, Les Hermaux, Les Salces, Nasbinals, Prades d'Aubrac, Mandailles.



## A voir en chemin :



- Castelnau de Mandailles : Village fortifié 3 tours dont une constitue le clocher de l'église
- L'aubrac dans toute sa splendeur sauvage au travers différents petits villages
- Col de Trébatut : pause déjeuner au restaurant l'auberge du Radal 04 66 32 61 71

→ Entre Les Salces et Nasbinals : La cascade du Déroc

→ Col d'Aubrac : 1320m d'altitude

→ Prades d'Aubrac : Maisons anciennes - Panorama sur la vallée du Lot

→ Mandailles : Village sur une arête dominant le Lot - Maisons du 16ème siècle



---

## Pour plus d'informations

Dès la moitié du XIX<sup>e</sup> siècle des burons (ou « mazucs » en occitan) sont construits sur l'Aubrac. Au début du XX<sup>e</sup> siècle on en comptait près de 300 sur le plateau.

Soit, 300 montagnes, 300 burons et 300 sources d'eau, chaque montagne avait son buron et sa source.



Le buron était composé de 3 pièces : au rez-de-chaussée la pièce principale où l'on retrouvait les outils pour la fabrication du fromage et un semblant de cuisine (table et bancs), à l'étage le grenier où les hommes dormaient et entreposaient des réserves de foin pour les veaux, et enfin la cave toujours située au nord et en partie enterrée où les fromages étaient stockés et affinés. Proche du buron, était souvent édifiée une porcherie, le petit lait servait de nourriture aux cochons.



Ils étaient 4 hommes au buron du 25 mai au 13 octobre : le Cantalès, dirigeait le buron et la fabrication du fromage, le Pastre, s'occupait du troupeau, le Bédélièr des veaux, et le Rouï, le plus jeune, faisait

l'apprentissage de la montagne dès 8/12 ans et les tâches ingrates. Au village d'Aubrac la statue du Cantalès en bois de 1990, trône sur la place.

---



---

# Découvrir la région de Villecomtal









## Villes traversées :

Espalion, Trédou, Sébrazac, Rodelle, Lagnac, Muret-Le-Château, Villecomtal, Polissal, Lunel, Pruines, La Garde, Bezannes, Bozouls, Envoux, Saint Pierre de Bessuejols

## A voir en chemin :

→ Sébrazac : Village en grès du Rougier - Eglise romane du 12ème siècle à clocher peigne

→ Rodelle : Place forte sur un arête calcaire - Église du 15ème siècle

→ Lagnac : Eglise du 13ème siècle - Château de la Goudalie - Grange au toit en forme de coque de bateau renversé

→ Muret le Château : Château - Maisons à colombages

→ Villecomtal : Bastide du 12ème siècle - Beffroi - Église gothique à 3 nefes - Cité des enfarinés

→ Polissal : Panorama - Pause déjeuner à l'auberge de la Cascade  
05 65 44 61 54



→ Lunel : Château

→ Pruines : Château et église du 15ème siècle

→ Saint Pierre de Bessuéjols : Édifice gothique - clocher porche - Chapelle du 11ème siècle

## Pour plus d'informations

Villecomtal, fondé vers 1295 par Henri II, comte de Rodez, fut bâti le long d'une voie desservant la vallée du Dourdou suivant un plan en damier.



Il ne reste du bâtiment primitif que le donjon, le corps de logis; mais ces deux derniers modifiés pour les besoins des religieuses ne présentent plus aucun caractère de ce qu'ils pouvaient être à l'origine. Vers 1437, aux frais de la population, le village fut ceinturé d'une muraille longue d'environ 400 mètres, haute, par endroits, de 8 mètres. Le château fut construit à la même époque par Pierre de Rolland, Sénéchal de Castres.

Deux portes fortifiées s'ouvraient sur la rue Droite, artère principale du bourg : « lo portal haut » et « lo portal bas » qui seul subsiste bien que très profondément modifié par l'adjonction d'un campanile achevé en 1785. Situé sur un passage, Villecomtal offrait de nombreuses auberges et écuries aux voyageurs et marchands.



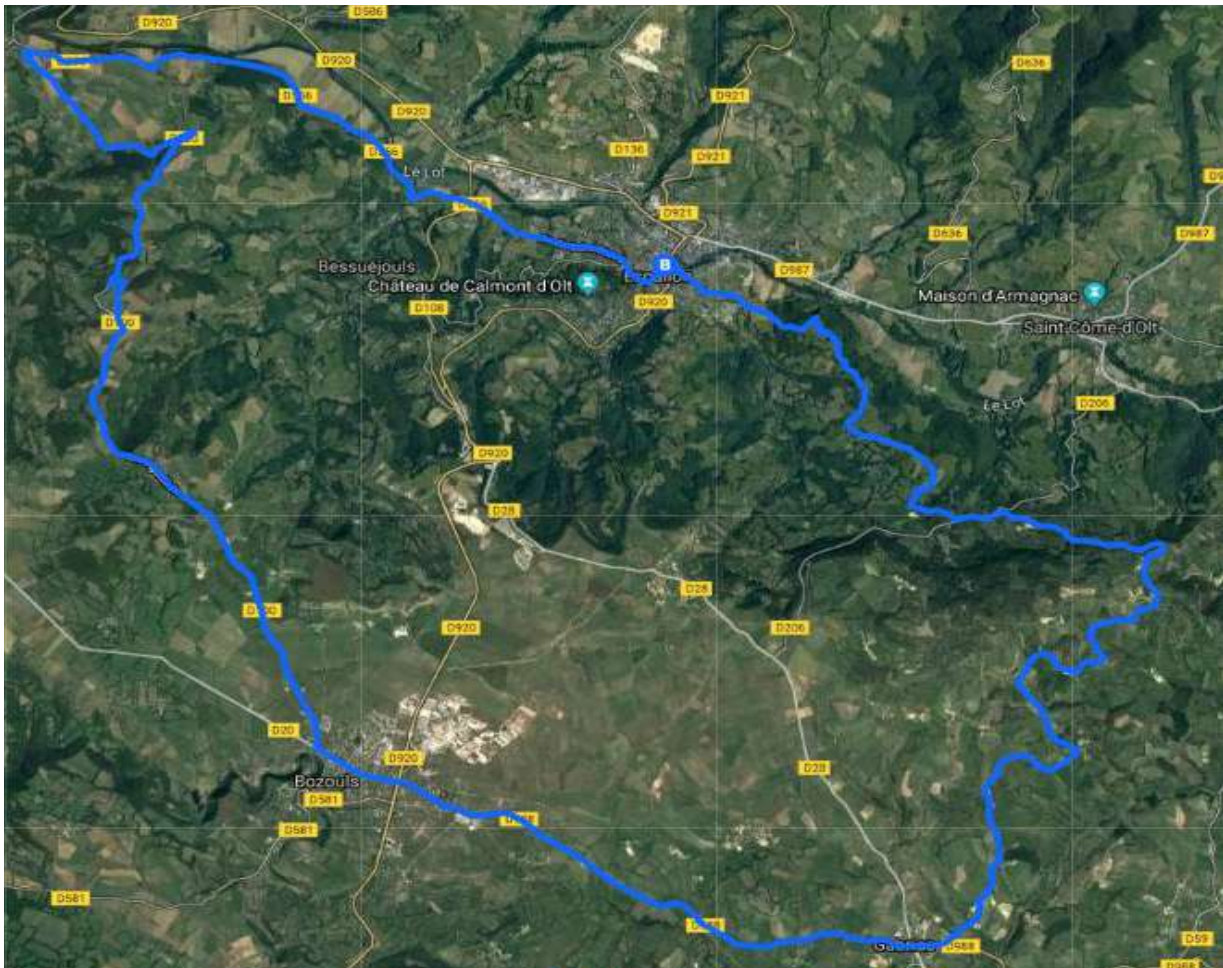
L'église saint Barthélémy fut construite entre 1700 et 1715 afin de doter le village d'un lieu de culte intra-muros. A la fin des travaux, l'édifice avait la forme d'une croix latine et le clocher en peigne à cinq cloches, se trouvait sur l'un des côtés. Au XIXème, elle connaît de grands changements : la boiserie du chœur, la chaire et la table de communion sont refaites et les deux chapelles latérales sont agrandies vers la façade (d'où sa forme actuelle rectangulaire).



# Découvrir la commune de Bozouls





*Circuit de 46 km au départ d'Espalion***Villes traversées :**

Espalion, Trédou, Bozouls, Gabriac, Saint Affrique du Causse, Roquelaure.

**A voir en chemin :**

- Bozouls : Le trou de bozouls - église romane du 12ème siècle
- Gabriac : Foire aux chevaux
- Saint Affrique du Causse : Maisons anciennes
- Roquelaure : Château sur un piton volcanique - Coulée de Moraine
- Espalion : Eglise de Perse, édifice roman du 11ème siècle





## Pour plus d'informations

La configuration géographique du site de Bozouls en a fait, de tout temps, une incomparable position de défense. Le premier village et son château, construits sur l'éperon rocheux, seulement accessibles par le sud, étaient ainsi fort bien protégés.



Baozol, Boazon, Boadonis, Bouzonem, tels furent à travers les âges ses diverses dénominations, le nom actuel Bozouls date du XVII<sup>ème</sup> siècle, vers 1650, et signifierait "pays des boeufs".

Le château semble avoir existé dès le IX<sup>ème</sup> siècle. Il ne reste pratiquement rien du château, en dehors de quelques blocs cyclopéens, vestiges de son système de défense, mais on continue à appeler "le château" le vieux village jadis bâti autour de ses remparts.

Au fil des siècles, les maisons ont essaimé vers la rive droite du Dourdou, d'abord à l'ombre de deux tours médiévales, sans rapport apparent avec l'ancien château puis ont escaladé la pente pour s'étendre en bordure du plateau.



Un cirque naturel de 400 m de diamètre et de plus de 100 m de profondeur. Ce canyon en fer à cheval a été creusé durant des millénaires par les eaux du Dourdou. Ce site géologique situé à une vingtaine de kilomètres de Rodez se prête particulièrement bien à l'interprétation géomorphologique.

