



## Le Causse du Larzac et ses Vallées « La magie des grands espaces »

Observez ce célèbre causse du Larzac aride à perte de vue, parsemé de rochers ruiniformes, de pelouses riches en orchidées ainsi que les vallées verdoyantes de la Dourbie, du Cernon et de la Sorgues d'où surgit, comme par miracle, l'eau si précieuse.

Véritable terrain de jeu grandeur nature, seul, en famille ou entre amis, parcourez à votre guise, à pied, à cheval, à vtt, les nombreux sentiers balisés à la découverte de ces magnifiques paysages et villages qu'offrent le Larzac et ses vallées. Pour les plus nomades, laissez-vous tenter par des randonnées de plusieurs jours en parcourant le célèbre GR71 C ET D « Tour du Larzac Templier Hospitalier entre Causse et Vallées » au cœur du Parc Naturel Régional des Grands Causses. Ses itinéraires vous fascineront par le patrimoine bâti et vernaculaire, formidablement bien conservé. Sur votre parcours, découvrez villages fortifiés, lavognes, toits-citernes et autres attributs qui sont les témoins de l'activité agropastorale inscrit au Patrimoine mondial de l'humanité « Causses et Cévennes ».

Envie de relever de nouveaux défis, amateurs ou confirmés, devenez acteurs du territoire du Larzac et ses Vallées en participant aux nombreux Trails : « Le Roc de la Lune » à Saint-Jean-du-Bruel, « Le Festival des Hospitaliers » à Nant ou bien le « Trail de la Devèze » à Lapanouse de Cernon..

En quête d'émotions et de sensations, partez en randonnée aquatique dans les eaux limpides de la Haute Dourbie, explorez les avens et grottes en spéléologie, sautez à l'élastique dans la vallée du Cernon, grimpez sur les sites de Cantobre à Nant, de La Roque à Saint Jean du Bruel !

Une sélection d'idées de visites et d'activités pour vous donner envie de découvrir notre destination :

### En famille :

#### Avec les 3/5 ans

- Visiter les **fermes du Frayssinet, d'Alcas ou de Castelnaud** et faire un câlin à une brebis;
- Découvrir de nouvelles saveurs en **mangeant une glace au lait de brebis** pour le goûter ou lors d'un marché;
- Aller à la rencontre des animaux domestiques du monde en poussette et à l'ombre des buis au **parc le Theil**.

### **Avec les 6/12 ans**

- Gravir les remparts et les tours des **villages templiers et hospitaliers** et partir à la recherche des trésors perdus lors d'un jeu de piste ou en visite costumée; *Chaque été, les **Sites Templiers et Hospitaliers se replongent dans le Moyen-Âge!** L'occasion de passer une agréable journée en famille et de voir des combats de chevaliers ou des spectacles de saltimbanques. A ne pas rater!*
- Grimper dans les rochers et s'élaner sur les tyroliennes de l'**Accroroc des Infruts**;
- Aiguiser sa patience à la **pêche à la truite** dans le Cernon, la Sorgues ou la Dourbie;

### **Avec les 13 ans et + :**

- **Rouler en quad** ou **en VTT électriques** sur le Larzac et découvrir des paysages grandioses;
- Sauter à pieds joints dans les vasques naturelles de la Dourbie et se rafraîchir en **randonnée aquatique** au départ du Tayrac;
- Explorer un tunnel de chemin de fer à la lumière d'une frontale au **vélorail du Larzac**;

### **En couple :**

- Faire un bond dans l'histoire des chevaliers Templiers et Hospitaliers à **St-Jean d'Alcas, Sainte-Eulalie de Cernon, le Viala du Pas de Jaux, La Couvertoirade ou la Cavalerie**, véritables bijoux architecturaux;
- S'imprégner de l'art de vivre local lors d'un **marché nocturne** et goûter aux saveurs de nos producteurs fermiers;
- Admirer la beauté des **gorges de la Dourbie** et prendre le temps de s'arrêter dans les **villages perchés** de Cantobre, St-Véran ou Montméjean;
- Pédaler en toute facilité en **vélorail** sur la voie ferrée en se délectant des paysages de la vallée du Cernon;
- **Randonner dans une nature préservée**, riche d'une flore colorée sur le plateau du Guilhaumard ou dans le cirque de St-Paul des Fonts.

### **CONTACT :**

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

OFFICE DE TOURISME LARZAC ET VALLEES

12230 NANT – TEL 05 65 62 23 64

