Département de l'Hérault
1 000 rue d'Alco
34087 Montpellier cedex 04
Tél 04 67 67 67 67

Plaisirs d'Hérault

herault.fr
herault-tourisme.com

Disponibles sur herault.fr et sur herault-tourisme.com, les cartes :
- des routes et du réseau Hérault Transport,
- des itinéraires moto sécurisés,
- de la mer et des activités nautiques,
- de la randonnée dans l'Hérault.

Les traces GPS des 19 étapes du Réseau Vert® sont à télécharger sur herault.fr

Direction de la communication du Département de l'Hérault - Conception et création : Lowe Stratéus - Crédits photos : Parc Naturel Régional Haut Languedoc (voie verte), Philippe Martin (Larzac Méditerranée), C. Agnnier (Larzac brebis Tour), C. Cambon (pistes cyclables), Fabien Rivière (Roger Pingeon) - Mai 2015

CARTE VÉLO - VTT DE L'HÉRAULT

RÉSEAU VERT®
TRAVERSÉE LARZAC-MÉDITERRANÉE
ESPACES VTT
VOIE VERTE
PISTES CYCLABLES
BOUCLES CYCLOTOURISTIQUES

Ici, les déplacements durables, c'est une affaire qui roule !

herault.fr

L'HÉRAULT DANS LE PELOTON DE TÊTE DES DÉPARTEMENTS

En 10 ans, le nombre de kilomètres de pistes cyclables a triplé dans l'Hérault. Ce résultat est le fruit d'un engagement pris en 2002 par le Conseil général au travers du schéma départemental cyclable. Par ailleurs, 3 100 km d'itinéraires adaptés à la pratique du VTT et des boucles cyclo-touristiques complètent l'offre. Ces aménagements permettent de se rendre gratuitement au collège, à son travail, à la mer, ou encore de découvrir les paysages variés de l'Hérault sans polluer et dans les meilleures conditions de sécurité. Ils sont également un formidable équipement pour les nombreux touristes qui séjournent dans notre département. Cette carte est l'outil indispensable des amoureux du vélo. Bonnes balades !

Les itinéraires VTT

Labellisés «Grande Traversée de l'Hérault», le Réseau Vert® et la traversée Larzac-Méditerranée complètent l'offre proposée par les espaces VTT-FFC. Au total, 3 100 km de sentiers, ce qui place l'Hérault en tête des départements français pour cette pratique.

- balisage circuits locaux
- balisage dans les parcs naturels
- balisage Grandes Traversées

Le Réseau Vert®

Destiné aux vététistes, mais aussi aux randonneurs pédestres et aux cavaliers, le Réseau vert® traverse tout le département de l'Hérault d'est en ouest. Des montagnes du Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc aux garrigues du Pic Saint-Loup, du Causse du Larzac aux vallées de l'Orb et de l'Hérault, ce sont près de 550 km de chemins balisés pour la pratique sportive et le loisir. Au total, 19 étapes à découvrir.
Pour vos haltes, le Département de l'Hérault propose 8 relais d'étapes ouverts toute l'année :

DOMAINE DÉPARTEMENTAL DE ROUSSIÈRES
Viols en Laval – **Tél. : 04 67 86 37 94**
DOMAINE DÉPARTEMENTAL DE LA FONT DU GRIFFE
Montpeyroux – **Tél. : 04 67 88 60 59**
DOMAINE DÉPARTEMENTAL DE LA VERNÈDE
Saint Michel – **Tél. : 04 67 44 62 54**
RELAIS DÉPARTEMENTAL DE DIO ET VALQUIÈRES
Dio et Valquières – **Tél. : 04 67 95 09 64**
RELAIS DÉPARTEMENTAL DE SERVIES
Avène – **Tél. : 04 67 23 42 25**
RELAIS DÉPARTEMENTAL DE FAGAIROLLES
Castanet-le-Haut – **Tél. : 04 67 23 65 55**
RELAIS DÉPARTEMENTAL DE CABREROLLES
Tél. : 06 32 43 87 61
RELAIS DÉPARTEMENTAL DE ROQUEREDONDE
Roqueredonde – **Tél. : 06 12 48 59 93**

Téléchargez les fiches étapes et les informations utiles du Réseau Vert® sur herault.fr rubrique sports & loisirs.

La Traversée Larzac – Méditerranée

Ce sont 188 km de parcours VTT depuis Le Caylar jusqu'à Agde. Ce parcours traverse certains paysages remarquables de l'Hérault : causse du Larzac, collines de l'Escandorgue, Salagou, vignobles de la basse vallée de l'Hérault, jusqu'au littoral volcanique du Cap d'Agde. L'itinéraire relie également la base d'activités de pleine nature de Bessilles, haut lieu de la pratique VTT.

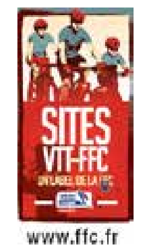
Chiffres clés

550 km d'aménagements cyclables

25 personnes mobilisées pour l'entretien du réseau

527 km de chemins balisés et sécurisés du Réseau Vert®

Les espaces VTT-FFC



L'Hérault, c'est un terrain de jeu de près de 2 400 km de sentiers répartis sur 10 espaces :

SALAGOU (18 circuits, 274 km)
Contact : 04 67 96 27 17
SALVETAT HAUT-LANGUEDOC (11 circuits, 300 km)
Contact : 04 67 97 55 14
VALLÉE DE L'HÉRAULT (7 circuits, 125 km)
Contact : 04 67 57 58 83
HÉRAULT CANAL DU MIDI MÉDITERRANÉE (21 circuits, 500 km)
Contact : 04 67 24 07 26
PAYS DE LUNEL (8 circuits, 157 km)
Contact : 04 67 71 01 37
PAYS DE LAMALOU-LES-BAINS (6 circuits, 101 km)
Contact : 04 67 95 70 91
BÉDARIEUX HAUT-LANGUEDOC (6 circuits, 110 km)
Contact : 04 67 95 08 79
CAROUX EN HAUT-LANGUEDOC (17 circuits, 275 km)
Contact : 04 67 97 64 42)
BÉZIERS MÉDITERRANÉE (7 circuits, 118 km)
Contact : 04 67 76 20 20
TERROIR DU ST CHINIANNAIS (23 circuits, 420 km)
Contact : 04 67 38 02 67

Les parcours sont labellisés par la Fédération Française de Cyclisme. Ils sont balisés et équipés d'un plan d'ensemble au départ du circuit. Les niveaux de difficultés sont symbolisés par des couleurs (du plus facile au plus difficile : vert, bleu, rouge, noir). Un point d'accueil vous dispense toutes les infos utiles sur téléphone et au départ.
Si l'on ajoute à ces sites le Réseau Vert® et la Traversée Larzac-Méditerranée, l'Hérault propose environ 3 100 km de parcours !

La voie verte «Passa païs»

Ce sont près de 50 km de Mons-la-Trivalle à Bédarieux en passant par Courniou-les-Grottes. Elle se poursuit dans le Tarn jusqu'à Mazamet pour une traversée pittoresque de la vallée du Jaur. Entièrement sécurisé, même si les règles de prudence restent de mise, ce tracé se prête parfaitement aux sorties familiales.

Les pistes cyclables

Suivez le guide !

Des TOTEMS marquent les entrées des pistes cyclables et des voies vertes.
Les pistes du nord du bassin de Thau, des Aresquiers, de Lattes à Palavas et celles entre Lavérune et Cournonsec le long de la RD5 sont équipées.
Les autres itinéraires sont en cours d'équipement.

Aller au collège à vélo

Le Département développe un réseau de pistes cyclables dans un rayon de trois kilomètres autour des collèges. Déjà une douzaine d'établissements est équipée, comme les collèges de Jacou, Clapiers, Villeneuve-les-Maguelone, Fabrègues, Pérols, Saint-Clément-de-Rivière, Vendres, Mauguio, Lansargues, Pignan et Marseillan. Un parking sécurisé est toujours prévu à l'intérieur des collèges.

Aller à la mer

Le réseau cyclable offre de nombreuses possibilités pour se rendre à la mer depuis les grandes villes, ou tout simplement pour se promener à proximité du littoral. Exemples :

Lattes-Palavas-Villeneuve-les-Maguelone : cette boucle de 29 km est sans difficulté. Elle permet de découvrir Palavas-les-Flots, la cathédrale de Villeneuve-les-Maguelone, le canal du Rhône à Sète et la mer (un court tronçon passe même par la plage) à l'aller, puis les étangs de Prévost, du Grec, d'Arnel et du Méjean au retour.

Béziers-Portiragnes-Plage : 15 km relativement plats séparent la gare de Béziers de la place des Embruns à Portiragnes-Plage. L'itinéraire longe pour une bonne partie le célèbre canal du Midi.

Liaison Jacou-la mer (20 km) : la piste cyclable longe d'abord la ligne de tramway pour contourner Castelnau-le-Lez et Montpellier par l'est avant de traverser Lattes et Pérols pour une arrivée à Carnon.

Se balader autour des étangs

Moins connus des touristes que les plages, les bords des étangs offrent des sites de découverte exceptionnels. Entre Vendres à l'ouest et la Grande-Motte à l'est, le Département a aménagé de nombreux itinéraires.

Balaruc-Mèze : cette voie verte emprunte pour une grande partie l'ancienne voie ferrée. Au total : 11,5 km entre les lagunes côtières du bassin de Thau, la garrigue et les vignes.

Les boucles cyclotouristiques

Ce sont des circuits jalonnés qui empruntent des routes à faible trafic. Elles utilisent les infrastructures existantes, au confort de roulement adapté, et aux niveaux de difficulté variés.
Vous les parcourrez en profitant des panoramas, des richesses patrimoniales et culturelles.
Vous trouverez, ci-dessous, quelques exemples de boucles réalisées.

Balade au pied de la Gardiole
25,8 km – Facile
À mi-chemin entre Montpellier et l'étang de Thau, ce circuit, sans difficulté (sauf les jours de vent) mais pas sans intérêt, vous permettra de parcourir le vignoble et de traverser les garrigues adossées aux collines de la Gardiole au sud et de la Moure au nord.

Du lac du Salagou au cirque de Mourèze
23 km – Difficile
Cette boucle assez sportive ravira les amateurs de paysages spectaculaires. Entre les ruffes emblématiques qui entourent le lac du Salagou et les roches dolomitiques du cirque de Mourèze, seulement quelques centaines de mètres, et pourtant, deux mondes très différents ! À découvrir ou à revisiter sans modération.

À travers les vignobles du Minervois et de Saint-Chinian
48 km – Moyen
Cette balade, qui passe à quelques tours de roue de Saint-Chinian, sillonne les collines du Minervois, célèbres pour son vignoble et pour son village cathare, Minerve, classé parmi les plus beaux villages de France. Ce parcours offre une sortie sportive dans un cadre parmi les plus fascinants du département.

Autour du Pic Saint-Loup
42,2 km – Difficile
Cette boucle vous offre un panorama sous tous les angles d'une montagne emblématique s'il en est, le pic Saint-Loup. À vélo ou à pied pour ceux qui la gravissent, c'est un grand classique pour les amateurs de randonnées cyclistes ou pédestres.

Découverte de la plaine de Lunel
41,5 km – De moyen à difficile
Vous êtes ici aux portes de la petite Camargue, au cœur du vignoble de Saint-Christol. Des reliefs doux, des villages à l'âme préservée, quelques vues sur l'étang de l'Or et la mer, tout est rassemblé pour faire de ce circuit un grand moment de plaisir.

Au sud du cirque de Navacelles
29,5 km – Moyen
Ici, c'est le Larzac, avec ses paysages caractéristiques, façonnés par le climat, l'agro-pastoralisme et le calcaire. Un cadre parfait pour rouler et s'imprégner cette atmosphère caussenarde si particulière.

La «vélo attitude»

Pour une bonne pratique du vélo, quelques règles de sécurité et de bonne conduite sont à suivre :

— respecter les règles du code de la route,
— disposer d'un éclairage avant et arrière, d'un moyen de signalisation sonore et d'un dispositif de freinage efficace,
— porter un casque (pas obligatoire mais fortement recommandé),
— prévoir un matériel de réparation en cas de crevaison et, selon la saison, une protection solaire (crème, casquette) ou un vêtement imperméable,
— de nuit ou de jour, lorsque la visibilité est insuffisante, porter un gilet de sécurité, hors agglomération,
— prendre de l'eau et des barres de céréales,
— indiquer son itinéraire à son entourage avant de partir,
— rester maître de sa vitesse,
— en VTT, emprunter les chemins balisés et respecter le sens des itinéraires, se souvenir que le piéton est prioritaire (de manière générale, respecter les autres pratiques : chasse, randonnée pédestre, équestre…), penser à refermer les barrières et à ne pas troubler la tranquillité des animaux sauvages.

En toute circonstance, adoptez la «vélo attitude» : prudence et courtoisie.

Le vélo pour tous !

Des balades sur des handbikes sont organisées par le Montpellier club handisport toute l'année sur les voies et chemins cyclables du département.
Tél. : 04 67 41 78 19

Les rendez-vous

Hérault Sport, organisme associé du Département, apporte un soutien conséquent à de nombreuses épreuves cyclistes et coproduit deux grandes classiques : « L'Héraultaise - Cyclosportive La Roger Pingeon » et la « Caylar en Larzac VTT ».

Manifestation cycliste sur route « Cyclosportive L'Héraultaise – Roger Pingeon » au départ de Gignac en avril.

Randonnées VTT « Le Caylar en Larzac » en septembre

L'info des clubs et des comités

Hérault Sport, les fédérations et les comités départementaux sont à votre service. Contactez-les pour connaître les clubs près de chez vous, le calendrier des compétitions, la réglementation.

Hérault Sport
Tél. : 04 67 67 38 00

Fédération Française de Cyclisme
ffc.fr

Fédération Française de Cyclotourisme
ffct.org

Comité départemental de cyclisme
cd34cyclisme@gmail.com

Comité départemental de cyclotourisme
contact@codep34.fr

Retrouver les coordonnées des clubs et prestataires sur :
herault-tourisme.com

Carte Vélo-VTT de l'Hérault

Echelle : 1/200 000

- Aménagement cyclable
- Aménagement cyclable en projet
- Boucle cyclotouristique

Grandes Traversées de l'Hérault

- Réseau Vert®
- Relais hébergement Réseau Vert®
- Point-étape Réseau Vert®
- Traversée Larzac-Mediterranée

- Espace VTT-FFC
- Autoroute
- Route

Abeilhan — Chef-lieu de commune
Agde — Chef-lieu de canton
Montpellier — Chef-lieu de département

0 2 4 6 8 10 Kilomètres

Aveyron
Gard
Tarn
Aude
Mer Méditerranée

Salagou
Salvetat Haut-Languedoc
Bédarieux Haut-Languedoc
Pays de Lamalou-les-Bains
Caroux en Haut-Languedoc
Terroir du Saint Chinianais
Béziers Méditerranée
Vallée de l'Hérault
Hérault Canal du Midi Méditerranée
Pays de Lunel

Hérault, le Languedoc

Département Hérault

Réalisation CG34 Service Information Géographique - Mars 2014