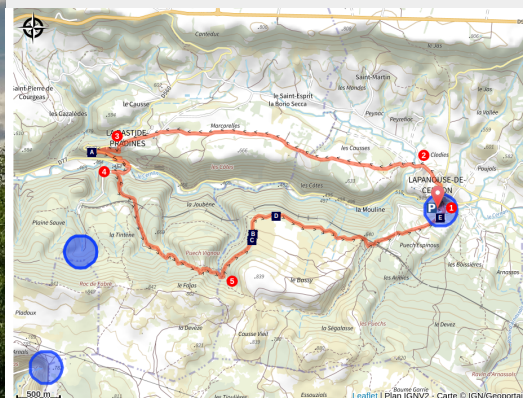


VTT N°38 - La Vallée du Cernon

Des Gorges du Tarn au Causse du Larzac



Le village de La Bastide - Pradines (Greg Alric - OT Larzac et Vallées)



Régalez-vous en perspective pour les spécialistes des terrains accidentés avec cette boucle de courte distance, mais hautement technique, sur les deux rives du Cernon. À réserver aux plus chevronnés!

Le village de Lapanouse et le nid d'aigle de La Bastide-Pradines sont les deux pôles de ce circuit qui enjambe le Cernon par des pistes et monotraces escarpés. Après une entrée en matière facile, une descente difficile vous emmène dans la vallée. La traversée de la forêt domaniale du Guiral alterne roulage et portage. Une partie de plaisir pour les experts!

Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 1 h 30

Longueur : 12.1 km

Dénivelé positif : 471 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : Histoire et patrimoine, Point de vue

Itinéraire

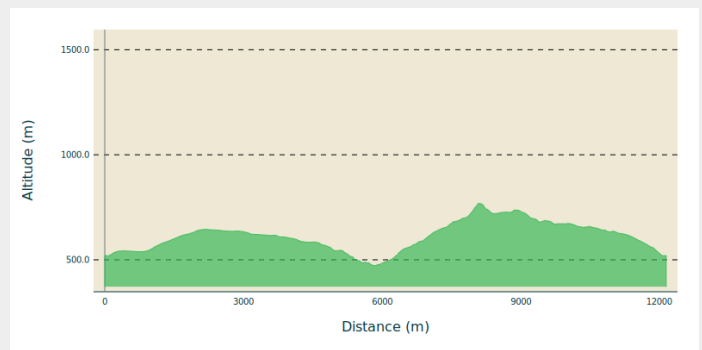
Départ : Lapanouse de Cernon

Arrivée : Lapanouse de Cernon

Balisage : ➤ VTT Parc

Communes : 1. Lapanouse-de-Cernon
2. La Bastide-Pradines

Profil altimétrique



Altitude min 472 m Altitude max 769 m

A partir de mai 2025, le site VTT-FFC n°269 Larzac et Vallées intègre le site VTT-FFC n°321 Grands Causses VTT.

Le circuit VTT N°3 La vallée du Cernon devient le circuit VTT N°38 La Vallée du Cernon du site VTT Grands Causses VTT.

Depuis le parking, rejoindre la D77 et la traverser pour accéder au village.

1. Depuis le village, prendre la route de la Baume puis à gauche celle en direction de Saint-Martin.
2. Après la ferme suivre la piste à gauche en direction de la Bastide.
3. Une fois dans le village prendre la ruelle sur la gauche puis le monotracer pour rejoindre la D560 et l'emprunter à gauche. Après le virage en épingle, tourner à gauche pour rejoindre la D77. La suivre à droite, puis prendre à gauche la direction de la gare pour traverser le Cernon.
4. Dans la cote, prendre le chemin sur votre gauche, traverser la voie ferrée pour rejoindre 70m plus loin le PR (sentier pédestre). Après 1,3km d'ascension technique prendre le monotracer à gauche. (Détour possible par la droite pour voir la grotte des résistants : Baoumasse 100m au-dessus).
5. Redescendre dans la vallée en direction de Lapanouse.

Sur votre route...



-  La Bastide-Pradines (A)
-  Panorama sur La Bastide-Pradines (C)
-  Chemins de pierres précieuses (E)

-  Abreuvoirs (B)
-  La devèze de Lapanouse (D)

Toutes les informations pratiques

UNESCO Causses et Cévennes

Cet itinéraire est situé dans la zone cœur du Bien Causses et Cévennes, paysage culturel de l'agropastoralisme méditerranéen.

Comment venir ?

Transports

Se déplacer [en bus ou en train](#), en covoiturage [Aires de covoiturage](#), en autostop [Rezopouce](#)

Accès routier

A 25km au sud de Millau, par la D809 ou par l'A75, sortie n°47- La Cavalerie, puis la D999 direction St-Affrique et la D562E.

Parking conseillé

Parking de la Jasse

Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

Zones interdites au bivouac

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre

Lieux de renseignement

Office de Tourisme Larzac et Vallées

Place du Claux, 12230 NANT

infos@tourisme-larzac.com

Tel : +33(0)565622364

<http://www.visit-larzac.com/>



Source



C.C. Larzac et Vallées - Site VTT-FFC N°269



PROJET FINANCÉ DANS LE CADRE DU PÔLE DE
PLEINE NATURE "GRANDS CAUSSES - LÉVEZOU"

Site VTT cofinancé par l'Union Européenne.

Sur votre route...



La Bastide-Pradines (A)

Situé à 575m d'altitude, le village de La Bastide-Pradines constitue un des plus beaux sites de la vallée du Cernon. C'est au XIII^{ème} siècle que le Comte de Rodez lègue, aux Hospitaliers de St-Félix de Sorgues, ce qu'il possède à La Bastide notamment le Castel-Granieyras (une bastide faisant office de bâtiment de garde et de conservation des denrées), rebâti au XIV^{ème} siècle et propriété privée depuis la Révolution. Dans la rue du Barri, située sous l'église et le château, on aperçoit des maisons d'architecture caussenarde du XVI^{ème} siècle avec des linteaux sculptés.

L'église actuelle a été restaurée au XIX^{ème} siècle. Au sommet du clocher, un coq tourne, la queue au vent.

La célèbre cantatrice, Emma Calvé, affectionnait tout particulièrement le village et y passait ses vacances chez sa tante Caylet, soeur de son père Justin.

Crédit : Greg Alric - OT Larzac et Vallées



Abreuvoirs (B)

L'eau, c'est la richesse de la devèze de Lapanouse. Elle provient de la source de Fontplattelle dont le captage fut réalisé vers 1950 et permet d'alimenter les abreuvoirs.

Les troupeaux de brebis de la commune montaient le premier septembre dans ces pâturages et passaient la nuit dans les bergeries communales. On retrouve cette tradition dans les règlements du moyen âge.

Crédit : Frédéric Pélissier



Panorama sur La Bastide-Pradines (C)

Le village de La Bastide-Pradines, un des plus beaux sites de la Vallée du Cernon, est construit sur un site escarpé, véritable "nid d'aigle", à 575 m d'altitude. A l'ouest, on aperçoit les monts du Lévézou.

Crédit : Frédéric Pélissier



La devèze de Lapanouse (D)

Ce circuit traverse la devèze, propriété des habitants du village. Pendant des siècles, une gestion rigoureuse de cet espace permettait la pâture pour les bœufs au printemps et les brebis à l'automne, ensuite uniquement les brebis et puis plus rien : quelques vaches et des broussailles.

Ce milieu autrefois ouvert grâce au pâturage et aux coupes de bois était en train de se fermer.

Il a récemment connu un renouveau avec le classement en zone Natura 2000 pour la richesse de la flore.

Le Parc régional des Grands Causses a entrepris le débroussaillage et créé des parcs clôturés pour favoriser un pâturage sélectif.

Ici, fut décrit l'ophrys de l'Aveyron, rare endémique qui attire chaque année au mois de mai des centaines d'orchidophiles.

Au-delà des orchidées (toutes protégées), les botanistes auront un bon aperçu de la flore caussenarde, mélange d'espèces méditerranéennes, montagnardes et océaniques (aster des Alpes, fritillaire des Pyrénées, anémone pulsatille, arméria, lin, cardabelle...). Quelques-unes, menacées de disparition, sont strictement protégées.

Une photo plutôt qu'un bouquet laissera plus de souvenirs...

Crédit : Virginie Govignon - OT Larzac et Vallées



Chemins de pierres précieuses (E)

Les marnes et les bancs calcaires le long de ce chemin sont très riches en fossiles. Ces terrains sédimentaires ont été formés il y a environ 200 millions d'années.

Les marnes grises sont des terres inaptes à la culture mais qui abritent des trésors du patrimoine naturel : fossiles marins du Jurassique (bélemnites). Les marnes sont des roches sédimentaires, constituées de calcite et d'argile dans des proportions à peu près équivalentes (35% à 65%).

Sur ce chemin, on y trouve également de la pyrite (vient du grec: pierre à feu), minéral composé de disulfure de fer.

Crédit : Frédéric Pélissier