

Sommaire

Géographie de Passapaïs. Sur la piste des ancêtres. Détours et châteaux. Ligne Castres-Bédarieux.. Il était une foi..... Le chemin des métiers 20-23 Fait maison Segment: Mons - Bédarieux .. La voie verte mode d'emploi. Les panneaux de la voie verte... .42-43



EDITORIAL

La voie verte du Haut-Languedoc Passapaïs, tracée sur une ancienne voie ferrée, ce sont aujourd'hui près de 80 kilomètres en site propre entre Bédarieux et Mazamet. Elle est dédiée aux formes de randonnée non motorisées, à pied, à cheval, à vélo. Accessible aux personnes en situation de handicap, elle est aussi idéale pour les jeunes enfants qui y découvriront les premiers rudiments de conduite. Plus qu'un simple itinéraire, c'est la clé pour découvrir ce pays à échelle humaine. Carburez à l'énergie douce, faites le plein des sens ! Ce carnet de voyage est aussi un album d'images et le prétexte à de nouvelles rencontres : histoire, géographie, patrimoine, nature, produits locaux... autant d'idées d'escapades le temps d'un jour ou d'un séjour. Que vous soyez plutôt balade tranquille ou jogging musclé, que vous ayez le profil vélo de plaisance ou bien croisière cycliste, seul ou en famille, ce guide souhaite être le passeport de vos prochaines découvertes. La voie est libre, allez-y par quatre chemins!

Daniel Vialelle, Président du Parc naturel régional du Haut-Languedoc

Gérard Bastide, vice-président du Parc naturel régional du Haut-Languedoc



Une autre vie s'invente ici

Randonner, explorer, s'émerveiller... en pleine nature Dans le Parc naturel régional du Haut-Languedoc

Benvenguda al Pargue natural regional de Lengadòc Naut!

Le Parc naturel régional du Haut-Languedoc est né en 1973. Il regroupe 119 communes et 90 000 habitants. Il s'appuie sur les derniers contreforts méridionaux du Massif central, sur une partie de l'ouest de l'Hérault et de l'est du Tarn : ici se rencontrent les deux midis!

Le parc qu'es aquò?

exceptionnelle valeur patrimoniale et paysagère et pour sa fragilité.

Un Parc naturel régional a pour vocation de mettre en œuvre une politique d'aménagement et de fondée sur la protection et la valorisation de son

L'une des particularités du Parc naturel régional du Haut-Languedoc est la ligne de partage des eaux qui le traverse. A l'ouest de cette ligne, les eaux partent se jeter dans l'océan atlantique et à l'est, dans la mer méditerranée. C'est un élé-



ment fort de l'identité du Haut-Languedoc qui bénéficie ainsi d'une triple influence climatique : atlantique, montagnarde et méditerranéenne, d'où une exceptionnelle diversité biologique et des paysages très différents, du charme mystérieux des forêts de chênes aux plantes colorées qui annoncent la garrique...

entre Mazamet et Bédarieux, sans passer par la route!

tarn

St-Pons-de-Thomières



Baptisée « Passapaïs » (prononcer « Passopaïs »), ce qui signifie en occitan « Passe-Pays », la voie verte du Haut-Languedoc franchit la ligne de partage des eaux entre Courniou-les-Grottes (Hérault) et Labastide-Rouairoux (Tarn). C'est un passage du département de l'Hérault à celui du Tarn, de la région Languedoc-Roussillon à la région Midi-Pyrénées, d'un climat méditerranéen à un climat atlantique.

De Mazamet jusqu'à Bédarieux, la voie verte Passapaïs permet de parcourir plus de 75 km en toute sécurité et sans nuisance puisqu'elle est réservée au déplacement non motorisé.

Passapaïs est aussi jalonnée d'étapes propices aux découvertes et à l'émerveillement : le château du Maréchal Soult-Berg, le musée du textile de Labastide-Rouairoux. la grotte de la Devèze et l'espace Aussillon-Mazamet souterrain à Courniou-les-

Grottes.

le musée de la préhistoire à Saint-Ponsde-Thomières, le village d'Olargues, qui bénéficie du label « Plus beaux villages de France », les splendides gorges d'Héric et de Colombières, les points de vue sur le Caroux, la Maison des arts de Bédarieux... Pour faire

> une virée de quelques heures, du sport ou juste prendre l'air, celui des moyennes montagnes du · Haut-Languedoc, pour découvrir des paysages de vignes, de forêts, de prairies, d'eaux, des tunnels et des ponts type Eiffel... Vous êtes sur la bonne voie!



Au plan géologique, la diversité est au rendez-vous : au long de l'itinéraire, on rencontrera argiles, schistes, calcaires, marbres, gneiss. Sans oublier les richesses karstiques du monde souterrain et le granite utilisé dans de nombreux ouvrages d'art.

Variété étonnante des climats, mosaïque des paysages! Bordé de frênes et de chênes dans sa partie tarnaise, l'itinéraire

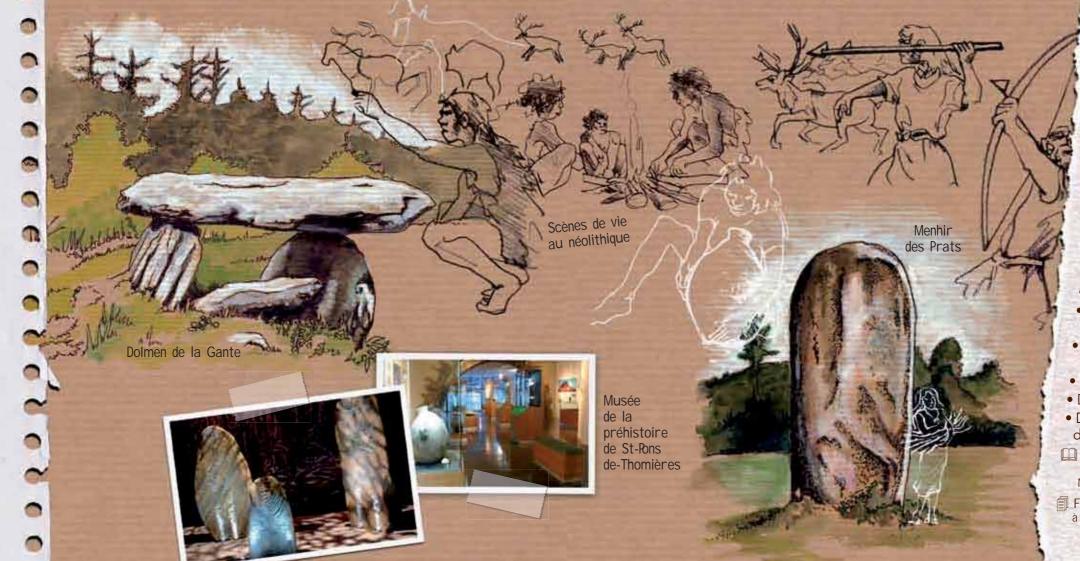
traverse des paysages bocagers dominés au sud par la Montagne noire, au nord par les moutonnements du plateau d'Anglès.





Sur la piste des ancêtres Lo camin dels ancians

Au début du néolithique, un peuple arrivé des Alpes s'installe le long de la vallée du Jaur puis s'implante sur un large territoire. Baptisés « Saint-Poniens », ces Hommes sont porteurs d'une culture, de savoir-faire et dotés d'un grand dynamisme. Outre des aptitudes à l'agriculture, au pastoralisme et à l'artisanat, ce peuple affirme de réels talents artistiques et érige des statues-menhirs, représentations de personnages féminins et masculins importants dans la vie de la communauté, l'une des toutes premières manifestations de la statuaire européenne. Vous pourrez les découvrir aux abords de la voie verte, ainsi que dolmens et menhirs, témoignant de la présence de cette civilisation ancienne.



A VISITER Proche de la voie verte

- Le menhir des deux sœurs à Lacabarède
- Musée de la préhistoire à Saint-Pons-de-Thomières pour découvrir l'histoire et les vestiges de la culture saint-ponienne découverts dans les grottes du Haut-Languedoc.

D'autres sites, pour aller plus loin. Se renseigner auprès des offices de tourisme

- Menhir des Prats à Mazamet
- Menhir de la Pierre Pause (*Pèira Pausa*) à St-Amans-Soult
- Dolmen du Plo de la Gante à Labastide-Rouairoux
- Pèira Escrita à Olargues
- Dolmen d'Ichis à Prémian
- Dolmens à St-Vincent d'Olarques (Raspaillac)
- Les statues menhirs saint-poniennes en Haut-Languedoc, G. Rodriguez, Montpellier, a2c Edition, 2009.
- Fiche patrimoine n°26 Disponible à la maison du Parc, sur le site et dans les OT.



Détours et châteaux A l'entorn dels castels

Bâtir pour habiter, mais tout autant pour se protéger de l'assaillant : ce fut durant des siècles le souci permanent des habitants, du puissant seigneur au simple villageois. Les nombreux vestiges de tours et châteaux, villages fortifiés, simples tours à feu ou postes de surveillance racontent à leur facon la longue histoire du pays : croisade des Albigeois, guerres de religion, destructions de Richelieu. Plus près de nous, la paix revenue, de nouveaux châteaux abandonnent le vocabulaire militaire pour devenir demeure noble, gentilhommière ou maison de prestige.



A VISITER

Proche de la voie verte

- Château de Valtoret,
 à St-Amans-Valtoret
- Bastide fortifiée à St-Amans-Soult
- Porte Nòstre Sénher et vestiges des fortifications à St-Pons-de-Thomières
- Castrum d'Olargues

Pour aller plus loin

- Hautpoul (à proximité de Mazamet)
- Tour de Gaillergues à St-Vincent-d'Olargues
- Castellas d'Olargues-le-vieux à St-julien
- Tour carrée de Colombières-sur-Orb
- Tour de Mirande et porte fortifiée la Barbacane à Villemagne-l'Argentière

Autres sites. Se renseigner auprès des offices de tourisme

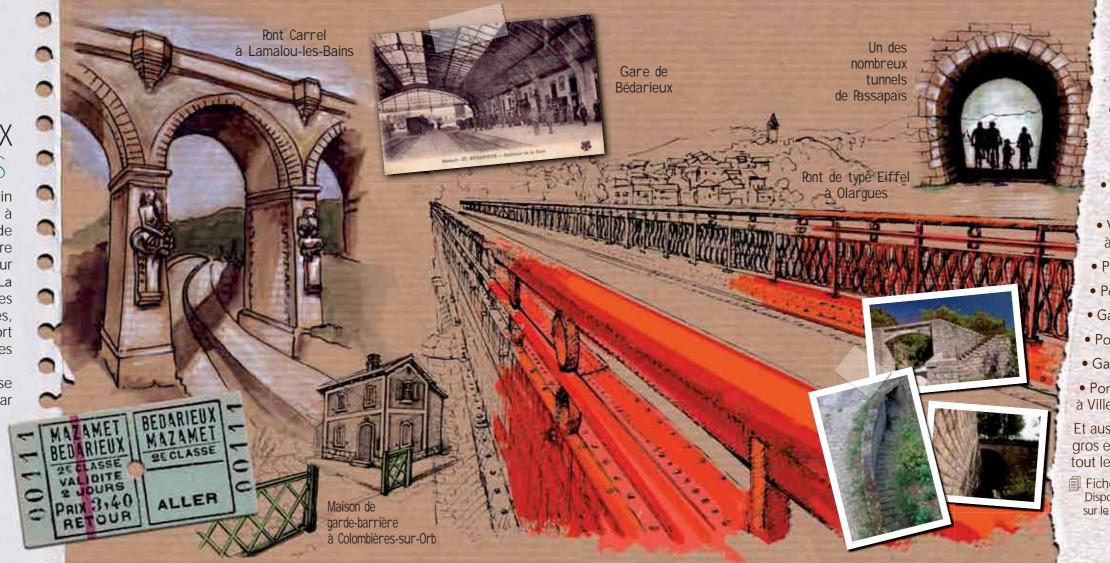
- Château du Maréchal Soult à St-Amans-Soult
- Château de Sauveterre
- Château de Campan à Anglès
- Château des comtes de Thézan au Poujol-sur-Orb



Lo tren Castras-Bedarieux

La création de la ligne de chemin de fer Bédarieux-Castres de 1860 à 1880, a nécessité la construction de nombreux ponts et viaducs en marbre ou acier et de nombreux tunnels pour « dompter » ce relief tourmenté. La voie ferrée permettra de relier Castres à Montpellier en moins de 3 heures, avant que ne s'arrête le transport des voyageurs en 1972 et celui des marchandises en 1986.

Déclassée puis déferrée, son emprise a été progressivement acquise par les Conseils généraux du Tarn et de l'Hérault. Aujourd'hui, la voie et ses nombreux ouvrages d'art, vestiges de la courte histoire du train Bédarieux-Castres, ont trouvé une nouvelle vocation, celle de la voie verte Passapaïs.



Sur la voie verte

- Pont de Gautard
 au Bout-du-Pont-de-l'Arn
- Tunnel de la Fenille de Labastide-Rouairoux à Courniou-les-Grottes, long de 766m
- Viaduc du Colombier à Courniou-les-Grottes
- Viaduc de Ponderach à St-Pons-de-Thomières
- Pont d'Ardouane à Riols
- Pont type Eiffel à Olargues
- Galerie voutée du Poujol-sur-Orb
- Pont Carrel à Lamalou-les-Bains
- Gare de Lamalou-les-Bains
- Pont sur la Mare à Villemagne-l'Argentière

Et aussi nombreux tunnels, gros et petits ouvrages d'art... tout le long de l'ancienne voie ferrée

Fiche patrimoine : n°33 Disponible à la maison du Parc, sur le site et dans les OT.



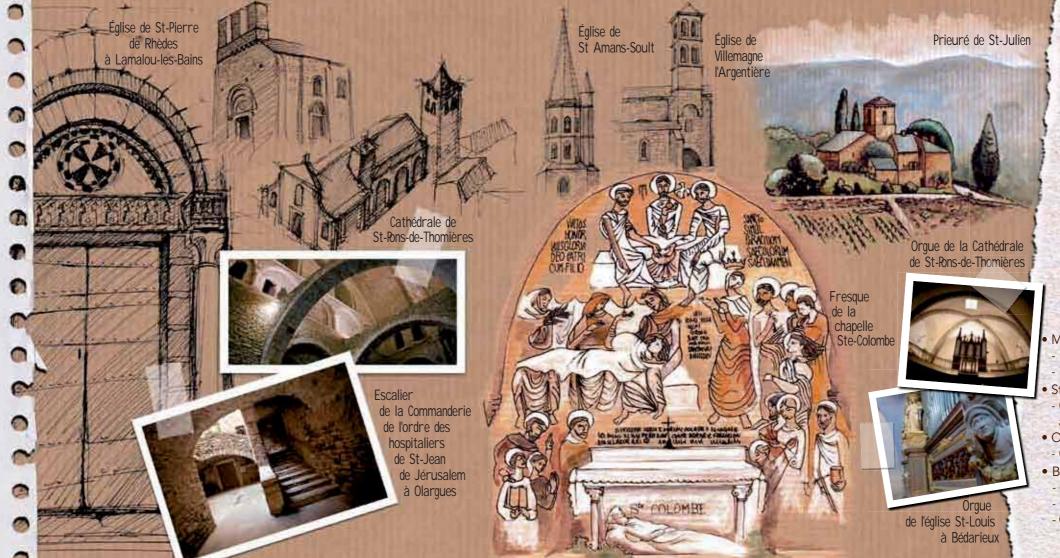
Il était une foi... Dralhadas de fe

Ferveur populaire, la piété des hommes se lit dans les traces qu'ils ont imprimées dans le paysage. Clocher hardi ou modeste croix de carrefour, chemin de pèlerinage, grandes orgues ou chapelles discrètes au détour du chemin, cultes ou événements musicaux racontent à qui veut l'entendre cette longue terre de convictions.

A VISITER

Proche de la voie verte :

- Clocher octogonal de l'église de St-Amans-Soult
- Cathédrale de St-Pons-de-Thomières
- Vierge du Mercadal et église de la Caminade à Prémian
- Eglise St-Laurent et ancienne commanderie des Hospitaliers de St-Jean à Olarques
- Prieuré roman à St-Julien
- Eglise romane St-Pierre de Rhèdes à Lamalou-les-Bains
- Eglise St-Martial à Hérépian



Pour aller plus loin

- Chapelle St-Roch à La Voulte à Mons-la-Trivalle
- Chapelle Ste-Colombe
 à Colombières-sur-Orb
 (fresque de Jacques Bruguier)
- Abbaye et églises à Villemagne l'Argentière
- Fiches patrimoine: n°29 et 30 Disponibles à la maison du Parc, sur le site et dans les OT



La voie des Orgues

- Mazamet : 3 orques Cavaillé :
- Églises St Sauveur et Notre Dame
- Temple de l'Oratoire
- St-Pons-de-Thomières :
- Orque Jean-Batiste Micot
- à la cathédrale (monument historique)
- Olargues :
- Orgue de l'église St-Laurent
- Bédarieux :
- Orque Puget de l'église St-Alexandre
- Orque Don Bedos au Temple (MH)
- Orgue Cavaillé de l'église St-Louis (MH)



Le chemin des métiers Lo camin dels mestièrs

Ici le soleil, la vigne, l'olivier, les fruits de la terre. Là, l'eau, le bois, la pierre, la laine, le cuir... Les deux midis, celui tourné vers la Méditerranée et celui orienté vers l'Océan. ont fourni les matières premières. Les hommes ont patiemment apprivoisé les éléments, dompté les énergies, affiné les gestes au fil du temps. Le métier, l'emploi, la production, le savoir-faire, la belle ouvrage. Précieuse, la mémoire des métiers se conserve ici. Comment éclairer le passé pour mieux comprendre le présent, c'est la leçon des ressources non délocalisables.



A VISITER

Proche de la voie verte

- Randonnée "Au fil de l'eau' de Mazamet à Hautpoul
- Sentiers du facteur dans la Haute-Vallée du Thoré
- Musée du textile à Labastide-Rouairoux (Musée de France)
- Circuit de l'Art et du Marbre à Saint-Pons-de-Thomières
- Musée des arts et traditions populaires à Olargues
- Musée de la cloche et de la sonnaille à Hérépian (Musée de France)

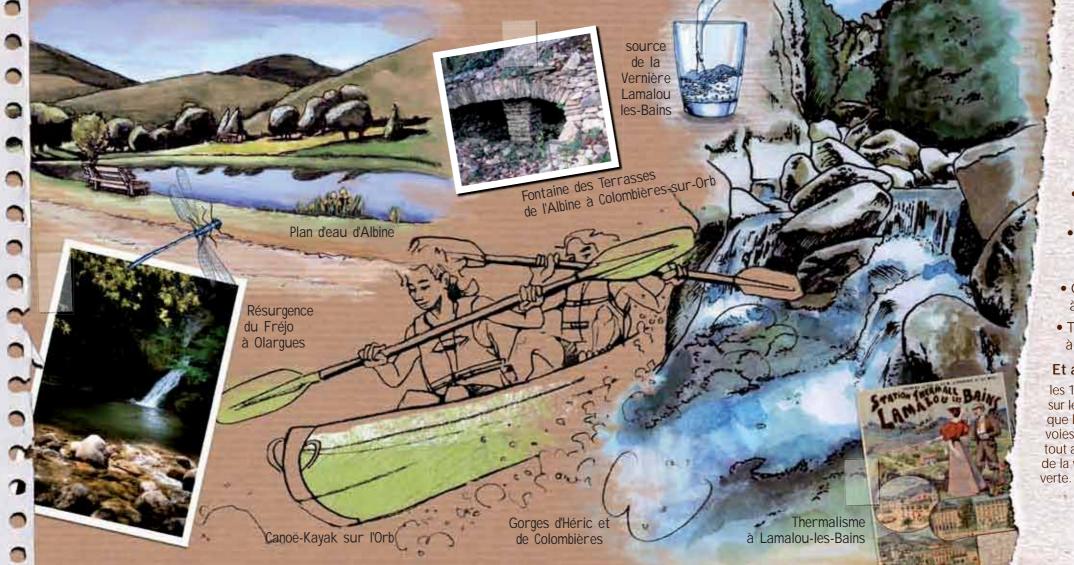
Pour aller plus loin

- Espace dédié au métier de forgeron au Théron à Colombières-sur-Orb
- Fiches patrimoine: n° 38, 40, 42 Disponibles à la maison du Parc, sur le site et dans les OT.



EAU LANGUEDOC De bona font

Ce Haut-Languedoc est né sous le signe de l'Eau, ascendant Source. Depuis les forêts d'altitude qui piègent les neiges et les nuages, de sagnes en tourbières, naissent les ruisseaux qui hésitent un moment le long de la ligne de partage des eaux avant de choisir leur destin de torrents. Naguère on utilisait cette ressource pour l'irrigation: béals, pesquièrs... Aujourd'hui, l'eau se décline sous toutes ses formes: hydroélectricité, barrages de retenue, plans de loisir, canoë-kayak, thermalisme, eaux minérales. Le Haut-Languedoc, ça coule de source!



A VOIR

Proche de la voie verte

- Sentier de Puech Balmes,
 à St-Amans-Valtoret
- Plan d'eau d'Albine
- Source du Jaur à Saint-Pons-de-Thomières
- Résurgence du Fréjo à Olargues
- Gorges d'Héric
 à Mons-la-Trivalle
 et gorges de Colombières
- Canoë-kayak dans l'Orb à Mons-La-Trivalle
- Thermalisme à Lamalou-les-Bains

Et aussi à découvrir

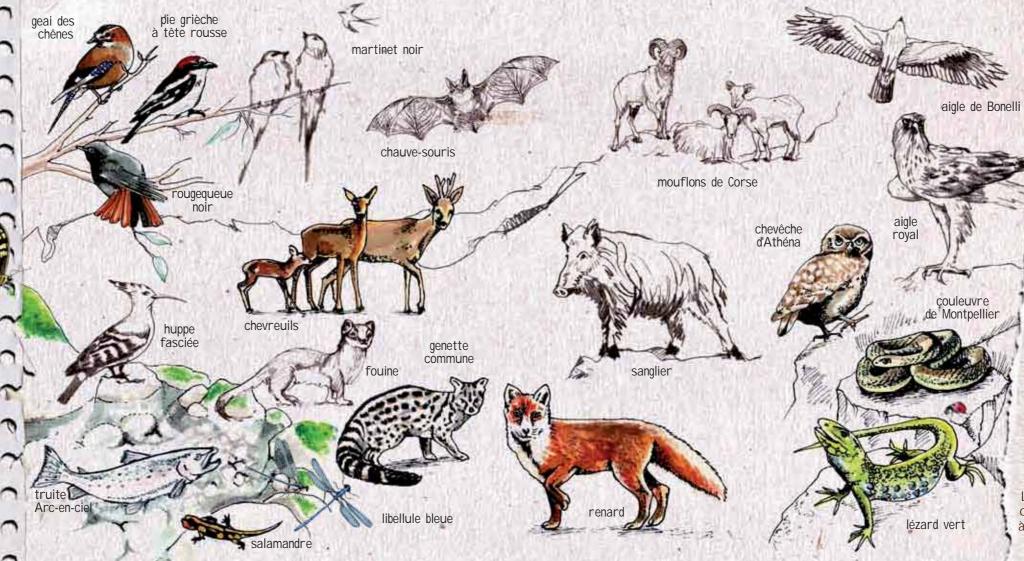
les 10 panneaux d'information sur le patrimoine de l'eau ainsi que les nombreux passages, voies d'eau, *pesquièrs, béals...* tout au long de la voie



La faune La fauna

C'est le propre des carrefours : tout le monde s'y retrouve ! Le Parc naturel régional du Haut-Languedoc, à la rencontre de trois influences climatiques - atlantique, méditerranéenne et montagnarde - offre une diversité biologique exceptionnelle : 170 espèces animales considérées comme remarquables, pas loin de 250 espèces d'oiseaux dont 120 nicheuses régulières, 26 espèces de chauve-souris sur les 33 présentes en France... Le Parc abrite un très grand nombre d'espèces endémiques, rares et protégées.





POUR MIEUX DÉCOUVRIR Les livres et brochures :

- Les Oiseaux du Parc naturel régional du Haut-Languedoc JM. Cugnasse, éd. du Rouergue/PnrHL, 2001. En vente en librairie
- L'Aigle royal: biologie, histoire et conservation dans le Massif Central B. Ricau et V. Decorde. éd. Biotope, « col. Parthénope », 2009. En vente en librairie.

Brochures, carnets et cahiers techniques du Parc

Disponibles à la maison du Parc ou sur le site www.parc-haut-languedoc.fr

- Brochure *Où voir les oiseaux dans le Parc naturel régional du Haut-Languedoc*?
- en français et en anglais
- Carnet oiseaux
- Les espèces emblématiques du HL
- Les rapaces nocturnes du H-L
- Les rapaces diurnes nicheurs du H-L
- Les hirondelles et martinets du H-L
- La migration des oiseaux en H-L
- La migration des diseaux en m
- La chevêche d'Athéna du H-L

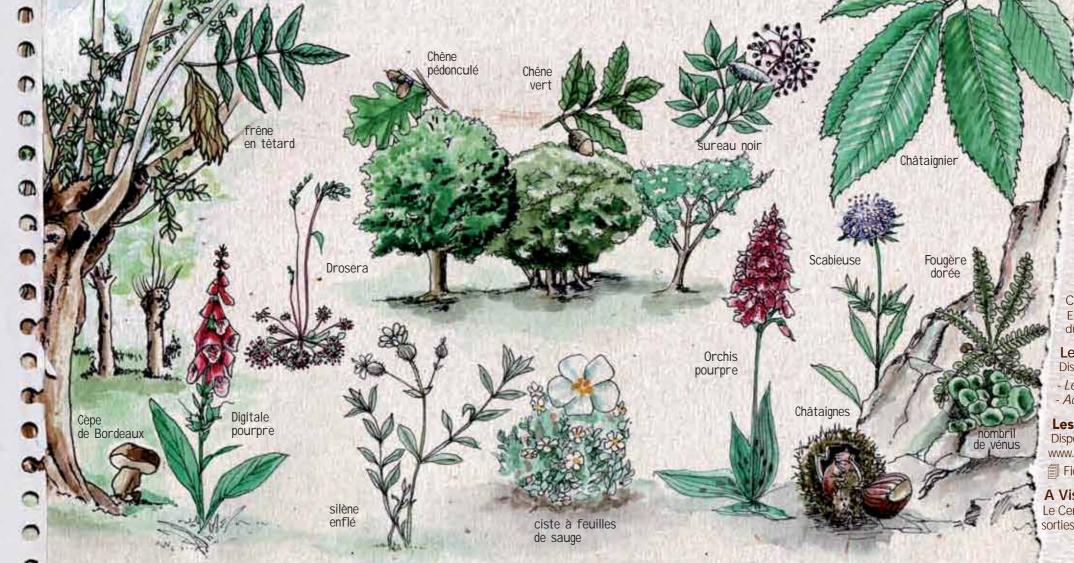
A Visiter

Le Centre Cebenna à Olargues organise des sorties nature, à voir aussi le diaporama nature en 3D



la fLore La Flora

Des sous-bois aux talus rocheux, des remblais aux pistes ensoleillées, des habitats méditerranéens aux habitats atlantiques... Progressivement disséminées par le vent ou les eaux de ruissellement, transportées par les animaux ou plantées par l'Homme, dans cette mosaïque de milieux qu'est le Parc naturel régional du Haut Languedoc, se rencontrent pas moins de 2500 espèces de fleurs! Certaines d'entre elles sont propres à l'aire du Parc, rares et protégées au niveau national, voire européen.



POUR MIEUX DÉCOUVRIR

Livres édités par le Parc

- A la Découverte de la flore du Haut-Languedoc P. Durand - éd. du Rouerque/PnrHL, 2004. En vente en librairie.
- Un siècle de botanique en Haut-Languedoc F. Andrieu et J. Salabert, 2011 éd. Biotope, « coll. Parthénope ». En vente à la Maison du Parc.
- La Flore du Parc naturel régional du Haut-Languedoc, J. Salabert et Ph. Durand, naturalia publications/PnrHL, 2014

En vente à la Maison du Parc et en librairie. CD-Rom : Les Orchidées du HL

En vente au Centre de recherches du patrimoine de Rieumontagné

Les cahiers techniques du Parc Disponibles à la maison du Parc ou sur le site

- Les espèces emblématiques du HL
- Accueillir la nature au jardin

Les fiches patrimoine

Disponibles à la maison du Parc, sur le site www.parc-haut-languedoc.fr et dans les OT.

Fiches patrimoine n° de 10 à 13 et 15 à 18

A Visiter

Le Centre Cebenna à Olarques organise des sorties nature, à voir le diaporama nature en 3D



Plein les yeux! Miradas e miradors

Gras pâturages et forêts sombres, coteaux viticoles et lacs cachés, villages sudistes et hameaux perchés, dentelles de roche et canyons profonds, parmi ces mille paysages, l'œil ne sait plus où donner de la tête! Au cœur d'un milieu naturel préservé comme dans un village qui a su préserver son identité, chaque coup de pédale réserve une découverte, chaque découverte est un nouveau voyage.



A VOIR Paysages remarquables et villages pittoresques

- Pic de Nore : vue sur la Montagne noire
- Paysages de bocages et pâturages dans la vallée du Thoré, dans le Tarn
- Table d'orientation
 à Courniou-les-Grottes
- Espace de découverte du monde souterrain et Grotte de la Devèze à Courniou-les-Grottes
- Cultures en terrasses
 avec villages et hameaux typiques
 dans les vallées du Jaur
 et de l'Orb
- Village d'Olargues
- Vues sur le Caroux
- Les Gorges du Caroux : Gorges d'Héric et de Colombières
- Ville de Lamalou-les-Bains et son architecture Belle Epoque
- Pic de Tantajo à Bédarieux...



fait maison Góstos e espitalièr

Le Haut-Languedoc, terre de bons vivants, pays de bonne bouche ! Les producteurs d'ici ont su tirer parti du soleil et des ressources de la terre pour proposer une riche palette de produits locaux. Tout au long de l'année, les fêtes, foires et marchés invitent à la dégustation et à la découverte de goûts et de saveurs authentiques. Il sera prudent de prévoir des sacoches sur le vélo pour faire le plein de bonnes choses !

Produits de la Marque Parc

 Jus de pomme, miel, viande bovine, châtaignes et produits dérivés de la châtaigne. Voir page 36

Vins d'Appelation d'Origine Contrôlée

- AOC St Chinian,
- AOC Faugères,
- AOC Muscat St-Jean-de-Minervois
- AOC Minerve



Marchés/foires/fêtes

- Marché hebdomadaire:
 mardi et samedi à Mazamet
 jeudi à Labastide-Rouairoux
 mercredi à St-Pons-de-Thomières
 dimanche à Olargues
 jeudi et dimanche à Mons-la-Trivalle (été)
 jeudi au Poujol-sur-Orb
 mardi, jeudi et samedi à Lamalou-les-Bains
 samedi à Hérépian
 lundi, vendredi et samedi à Bédarieux
- De nombreux marchés de producteurs l'été. Consultez les sites web des offices de tourisme
- Foire bio le 15 août à Olargues
- A chaque saison, découvrez les nombreuses fêtes et foires traditionnelles: "Châtaignes", "Cochon", "Cerises", "Jardins"....

Livres édités par le Parc :

- Éloge culinaire de la châtaigne
 M. Chabran Nîmes, PNR des Monts
 d'Ardèche, 2005. En vente à la maison du Parc.
- Saveurs et jardins du HL M. Amir et J. Albarel - éd. du Rouergue/PnrHL, 2009. En vente à la maison du Parc et en librairie.
- 4 livrets gratuits de recettes gourmandes : Châtaigne, Viande bovine, Navet du Pardailhan, Muscat de St-Jean-de Minervois
- Fiches patrimoine n° 48, 49 et 50 et de 15 à 18. Disponibles à la maison du Parc, sur le site et dans les OT.







Préférez la marque parc!

La marque Parc, propriété du Ministère de l'Environnement, est un outil dont dispose l'ensemble des Parcs naturels régionaux de



France. Elle fait la promotion des prestations et des produits des professionnels dont les pratiques respectent les valeurs fondamentales du Parc :

Appartenance au territoire : elle valorise l'implantation des activités sur le Parc, tout ce qui concerne l'origine locale (variétés, race, matériaux) ainsi que la culture du Parc naturel régional du Haut-Languedoc.

Environnement préservé et valorisé dans les activités économiques : économie d'énergie, traitements phytosanitaires, préservation de la biodiversité, gestion des espaces...

Dimension humaine des activités: l'Homme au cœur du développement économique se traduit dans les marques par la valorisation des compétences et l'accès aux formations. l'intégration des salariés, l'accueil des visiteurs...

Ces trois valeurs sont vérifiées par un auditeur externe. Le Parc a développé sa marque sur :

- Les hébergements touristiques
- Les activités de pleine nature « Itinérance en milieu naturel »
- La viande bovine
- Les jus de pommes naturels
- La châtaigne et ses produits
- Le miel et produits issus de la ruche (n'hésitez pas à vous procurer la brochure « Bzz. l'abeille ». accessible aux plus jeunes, pour tout savoir sur les abeilles et la production de miel!)
- Le granit du Tarn (Sidobre). Tous les bénéficiaires sont répertoriés sur le site : www.parc-haut-languedoc.com

Pour rencontrer ces professionnels, consultez le guide « Produits, accueils, activités. Préférez la marque Parc! », disponible à la Maison du Parc à Saint-Pons-de-Thomières et dans les Offices de tourisme.



Le saviez-vous?

UNE VOIE VERTE est un itinéraire en site propre, signalé par des panneaux officiels et dédié à la randonnée non motorisée piétons, cyclistes, cavaliers, rollers, selon les sites et les revêtements.

UNE VÉLOROUTE

est un itinéraire partagé sur des voies à faible circulation (moins de 1000 véhicules/ jour) et avec des pentes raisonnables (autour de 5%). Certaines véloroutes francaises dépassent les mille kilomètres! Déià se constitue un réseau à l'échelle européenne, les **EUROVÉLOROUTES**.

La voie verte, mode d'emploi

CONSEILS AUX USAGERS

Cette voie verte est dédiée aux déplacements non motorisés: piétons, cyclistes, cavaliers. Toutefois, son revêtement stabilisé ne permet pas la pratique du roller et est moins adapté aux pneus fins des vélos de route. Par ailleurs, les fauteuils électriques des personnes à mobilité réduite sont les bienvenus et une tolérance est accordée aux vélos à assistance électrique (VAE).

Pour vous garer, utilisez les parkings fléchés et aménagés. La voie verte est un espace convivial et privilégié où les règles du code de la route s'appliquent. Rappelons qu'en cas d'accident impliquant des tiers, les assurances rechercheront toujours à établir les responsabilités.

Soyez vigilants: sur certaines portions (traversée de certains villages), la voie verte perd son statut car l'itinéraire est partagé avec d'autres usagers, notamment motorisés. La vitesse est alors ré-

duite à 20 Km/heure pour tous les usagers. En débuts et fins de voie, les intersections sont dûment matéria-

lisées par les panneaux officiels du code de la route (voir page 40).

Evitez de cueillir fleurs et plantes, souvent situées dans des milieux fragiles, et les fruits qui ont forcément un propriétaire. Les feux sont interdits. Pour vos déchets, utilisez les moyens de collecte mis à votre disposition... ou ramenez-les.

Même si de nombreux troncons sont ombragés, il est bon de veiller à se couvrir la tête, surtout en été, et de s'hydrater convenablement. Vous avez oublié votre gourde? Pas de problème, les cafés sont accueillants dans chaque village!

Les tunnels sont éclairés en règle générale. Toutefois, une petite lampe au fond du sac pourra rendre service en cas de

Cette voie verte est notre bien commun et partagé. Nous en sommes tous coresponsables. Si vous constatez une dégradation, un problème (tunnel éteint, arbre en travers...), signalez-le à l'office de tourisme le plus proche ou au Parc.



CONSEILS AUX PIÉTONS

Le bon sens comme le code de la route (article R 412-36) imposent de marcher "face au danger", c'est à dire près du bord gauche de la voie dans le sens de votre marche. N'oubliez pas que la vitesse d'un cycliste est nettement supérieure à celle d'un piéton. Si vous êtes arrêtés et en groupe, veillez à laisser libre une voie de circulation pour les autres usagers. Des balises indiquent le kilométrage depuis le point 0, gare de Mazamet-Aussillon. En cas d'incident, il peut être utile de signaler à quel endroit de la voie vous vous trouvez. Elles permettront aussi aux joggers de tester leurs chronos!



Le promeneur est responsable de son chien. Certains secteurs de la voie verte traversent des zones d'élevage veillez à la tranquillité des troupeaux en

respectant les clôtures. Certaines communes ont déjà pris des arrêtés obligeant que le chien soit tenu en laisse Mais attention! Dans certains cas, une laisse trop longue peut se révéler plus dangereuse que l'animal lui-même!



SPECIAL ENFANTS

La voie verte, parcours idéal pour se promener en famille, c'est aussi pour les jeunes enfants l'occasion d'apprendre les premiers rudiments du Code de la Route : apprendre le rôle des panneaux, garder sa trajectoire, signaler ses changements de direction ne pas s'arrêter au milieu de la voie et faire attention aux autres usagers sont les premières consignes à faire découvrir aux juniors!



HANDICAP Des efforts particuliers sont entrepris pour favoriser l'accès et

l'usage de la voie verte aux personnes à mobilité réduite. Toutefois, la voie n'est pas intégralement accessible. Un itinéraire d'interprétation sur le thème de l'eau a déjà été mis en place : les 10 stations s'adressent en priorité aux personnes en situation de handicap moteur, visuel ou cognitif.



Un cycliste se déplace de 3 à 8 fois plus vite qu'un piéton. Evitez de le surprendre! La règle d'or : priorité au plus lent. Dans tous les cas, il convient de signaler sa présence par un signal sonore ou un "bonjour". Une sortie à vélo peut être gâchée par une crevaison. Il est bon d'apprendre à réparer soi-même : pièce autocollante, chambre à air ou bombe anti-crevaison. Il existe aussi des vélocistes à proximité et certains offices de tourisme se sont dotés d'un kit de réparation (voir \ ci-contre).

La gourde d'eau fait partie de l'équipement de base. Quant au casque, même s'il n'est pas obligatoire et ne protège que la tête, il reste conseillé. Il



faut aussi rappeler que la voie verte est dédiée aux déplacements doux, elle n'a pas vocation à être un circuit de compétition.



CAVALIERS

La voie verte est une piste dédiée à la promenade. Les allures au trot et au galop sont interdites. Pour des raisons de sécurité et de maintenance de la piste, les attelages, roulottes... ne sont pas autorisés sauf dérogation particulière et limitée (fêtes locales, marchés...).

Location et réparation

2X2 ROUES

BOUT-DU-PONT-DE-L'ARN - Rond point La Richarde 05 63 97 16 27 - 2x2roues@orange.fr

>VTC - Vélo élec. - kit de réparation remorque enfant ou bagage

STATION U

ST-PONS-DE-THOMIÈRES - 74 av. de la gare 04 67 97 13 55 - uexpress.saintpons@systeme-u.fr

> VTT - VTC - kit de réparation - remorque enfant

OXYGÈNE Jean-Paul Molières OLARGUES - Chemin de Coulayro 06 84 39 16 35 - jpmolieres.oxygene@free.fr >VTT - VTC - kit de réparation remorque enfant ou bagage

VÉLO COOL Daniel Blasco Camping d'OLARGUES - 06 62 28 33 64 lebaous.campingmunicipal@sfr.fr

> Vélo élec. - sièges et remorque enfant

RELAIS DES GORGES D'HERIC

MONS-LA -TRIVALLE - Station service 04 67 97 64 42 / 06 72 90 77 42 - station-occi@orange.fr >VTT

VÉLO D'ORB

LE-POUJOL-SUR-ORB - 6 place de l'Imbaïsse 04 67 95 02 71 / 06 17 32 67 02 - contact@velodorb.com

>VTT - VTC - Vélo élec. - kit de réparation remorque enfant ou bagage

CYCLES HORIZON Olivier Denizot BÉDARIEUX - 13 avenue Abbé Tarroux 04 67 95 34 25 - cycleshorizon@neuf.fr

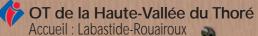
>VTT - VTC - Vélo élec. - kit de réparation

OFFICES DE Tourisme



OT Mazamet Montagne noire Tél.: 05.63.61.27.07

www.tourisme-mazamet.com



Tél.: 05.63.98.07.58

www.tourisme-hautevalleeduthore.com

OT du Pays Saint-Ponais

Accueil: St-Pons-de-Thomières

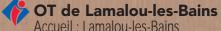
www.saint-pons-tourisme.com

OT Caroux en Haut-Languedoc

(Vallée du Jaur et de l'Orb) Accueils: Olarques,

Mons-la-Trivalle et Roquebrun

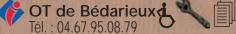
Tél.: 04.67.23.02.21 - www.ot-caroux.fr



Tél.: 04.67.95.70.91

www.ot-lamaloulesbains.fr

Point info: Hérépian Tél.: 04.67.23.23.96



www.bedarieux.fr

