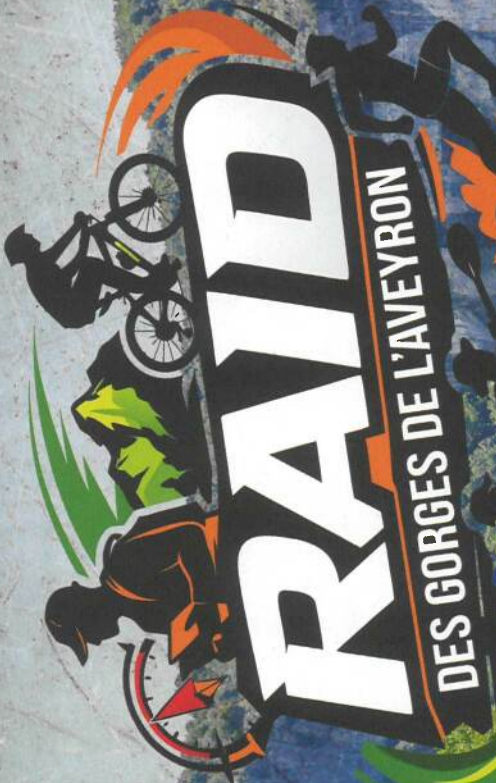


SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL (82)



Samedi
20 juin
2026

Par équipe de 2 :

Canoe - VTT - Trail - Course d'orientation



Inscription,
renseignements

- 9H - Raid sportif 40 à 58km (12 ans et +), 5h maxi
- 16H - Raid famille 18km à partir de 8 ans, 2h30 maxi



PROPOSÉ PAR L'OFFICE DE TOURISME
CAUSSES ET GORGES DE L'AVEYRON



Saison 2026
www.causses-gorgesaveyron.com

Randonnées

65 chemins pour ressentir les Causses et Gorges de l'Aveyron

Marcher, c'est changer de décor à chaque pas.

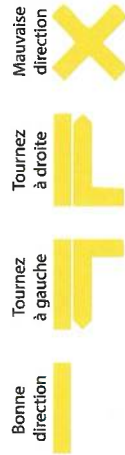
Plus de 65 chemins balisés vous emmènent des plateaux calcaires aux rives de l'Aveyron.

Un instant, vous traversez une pelouse sèche parfumée au thym. Quelques pas plus loin, le regard plonge dans les gorges, vertigineuses. En contrebas, la rivière serpente, brillante sous le soleil.

À chacun son rythme

- Balades douces en famille, le long de l'eau
- Boucles panoramiques sur les causses
- Sentiers «patrimoine» entre villages de pierre, moulins, lavoirs, édifices religieux, fermes...
- Parcours plus sportifs avec des dénivelés et des points de vue spectaculaires

Le balisage officiel vous guide en toute simplicité.



- Topoguides et carte IGN en vente à l'Office de Tourisme

Parcours accessibles via l'application Cirkwi

En famille : Le sentier de la loutre (St-Antonin), Roger le brochet (Parisot), Le martinet noir (Caylus), Le sentier du Livron (Lacapelle-Livron).

Retrouvez tous nos circuits



82 SPORT NATURE



La nouvelle appli gratuite des activités de pleine nature en Tarn-et-Garonne

- 132 chemins de rando
- 83 boucles vélos
- 11 grands itinéraires rando, vélo et équestre
- 7 sentiers nature
- infos canoë et pêche



En téléchargement sur Android et ios

Tarn & Garonne
OÙ LA VIE RÉSONNE !



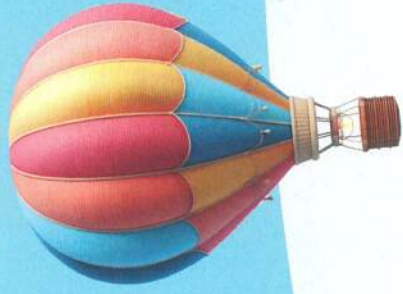
Vous avez des questions ?
Appelez-nous ou rendez-nous visite.

NOS BUREAUX D'INFORMATION :

- Saint-Antonin-Noble-Val : 10, rue de la Pelisserie
- Caylus : 20, rue droite
- Laguépie : 2, place Henri Granier

www.causses-gorgesaveyron.com tourisme@cc-grga.fr 05 63 30 63 47

Sur les réseaux : @caussesetgorgesdelaveyron Facebook Youtube



Montgolfière & Parapente

Prendre de la hauteur

Parapente ou montgolfière au-dessus des Causses et Gorges de l'Aveyron : un vol magique pour admirer des paysages sauvages et spectaculaires.

Montgolfière : la magie du lever du jour

À l'aube, quand la lumière est douce et que la brume flotte encore au-dessus de la vallée, la montgolfière s'élève lentement.

- L'horizon s'ouvre à 360°
- Sensations garanties
- Idéal pour en groupe, en famille ou en couple

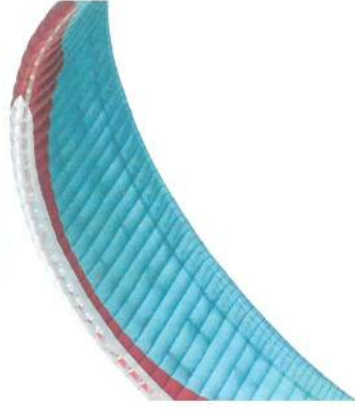
Une expérience paisible, presque irréelle.

Parapente : la liberté pure

On survole les falaises, on glisse au-dessus des causses, on découvre le territoire dans toute sa dimension. Une expérience sensationnelle.

Après des clubs de parapente, vous pourrez faire un saut d'initiation, un stage de perfectionnement, mais il est également possible de pratiquer le vol libre sur les différents sites de vol (Roc d'Anglars, clos de Méniot...).

Renseignements à l'office de tourisme des Causses et Gorges de l'Aveyron : 05 63 30 63 47



10



Trail

L'énergie brute des Causses et Gorges de l'Aveyron

Courir, pas seulement pour la performance. mais aussi pour le paysage.

Les Causses et Gorges de l'Aveyron proposent 6 parcours trail balisés :

- 4 parcours à Saint-Antonin-Noble-Val
- 2 parcours à Caylus

Des tracés pensés pour alterner les relances, les montées techniques, les descentes rapides et les passages panoramiques.

Sous les semelles : terre, calcaire, racines.
Dans les jambes : du dénivelé.
Dans les yeux : les gorges de l'Aveyron.

Des parcours pour se dépasser

- Des boucles accessibles pour découvrir le trail
- Des circuits plus exigeants avec de forts dénivelés
- Des points de vue spectaculaires en récompense des montées
- Des terrains variés, typiques des causses et des Gorges de l'Aveyron



Le balisage officiel



Préparez votre sortie

- Parcours détaillés disponibles sur le site web de l'Office de Tourisme
- Tracés et informations pratiques sur l'application Cirkwi

Distance, dénivelé, difficulté : tout est accessible en quelques clics.



Un scan pour découvrir tous les parcours

3

Véloroute

Longer la rivière,
savourer le paysage



Prendre le temps.

Dans les Causses et Gorges de l'Aveyron, la véloroute épouse les courbes de la rivière Aveyron et vous fera découvrir des villages de caractère, des plages naturelles et des panoramas spectaculaires.

Reliant Montauban à Laguëpie, le tracé suit la vallée de l'Aveyron. Le relief est doux et la cadence régulière avec le clapotis de l'eau en fond sonore. Sur votre parcours vous découvrirez notamment Saint-Antonin-Noble-Val, Féneyrols, Montrosier ou encore Varen.

Une expérience accessible à tous

- Parcours adapté aux familles, aux cyclistes loisirs et expérimentés
- Sections sécurisées et signalées
- Aires de pause et points de baignade
- Liaisons vers les villages perchés et les belvédères

Le balisage officiel de la véloroute vous guide



Préparez votre sortie en vélo

- Carte de la véloroute disponible à l'office de tourisme de Saint-Antonin-N-V
 - Tracés accessibles sur l'application Cirkwi
 - Accès à la véloroute depuis les gares SNCF de Lexos et de Laguëpie
- La ligne vélo-train de LIO Occitanie Toulouse Figéac desservira les gares de Lexos et de Laguëpie du 4 juillet au 30 août sur réservation



Retrouvez tous
nos circuits

Via Ferrata & Spéléo

Entre ciel
et profondeur



Via ferrata : l'émotion verticale

Accrochée aux falaises dominant la rivière Aveyron, la via ferrata offre un itinéraire sécurisé, avec deux parcours possibles : débutant et expérimenté.



Infos pratiques :

- Possibilité de louer le matériel seul ou d'être accompagné d'un professionnel
- Liste des prestataires sur le site de l'office de tourisme
- Accès limité à certaines périodes de l'année pour respecter le nichage des faucons pèlerins.



Spéléologie : explorer le monde souterrain

Sous les plateaux calcaires des causses se cache un autre univers. En spéléologie, on rampe, on descend, on observe. Encadrées par des professionnels, ces sorties permettent de découvrir la richesse géologique du territoire en toute sécurité.

- Sorties adaptées à différents niveaux de pratique
- Matériel fourni par les prestataires



Infos pratiques :

- Trouvez votre prestataire sur le site de l'office de tourisme Causses et Gorges de l'Aveyron
- Même en été, les grottes sont fraîches, prévoyez un vêtement adapté



Escalade

Défi la roche
dans les gorges de l'Aveyron



La verticalité fait partie intégrante du paysage.

Les falaises calcaires qui bordent la rivière Aveyron offrent un terrain d'expression exceptionnel aux grimpeurs.

- Voies accessibles pour s'initier
- Longueurs techniques pour grimpeurs confirmés
- Grandes envolées avec vue panoramique sur les gorges
- Parois ombragées idéales en été



Préparez votre sortie

Le topoguide escalade est en vente à la boutique de l'Office de Tourisme. Vous y trouverez :

- La localisation des secteurs
- Les cotations des voies
- Les accès et les recommandations

Bon à savoir :

Accès limités à certaines périodes de l'année pour respecter le nichage des faucons pèlerins ou des Grands ducs.



Pour plus d'infos
scannez-moi

8

VTT

1 300 km de liberté
sur les Causses et Gorges de l'Aveyron



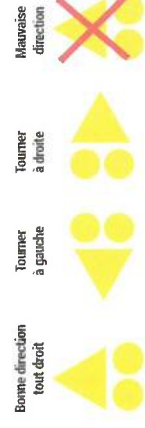
Quand la nature devient un terrain de jeu grandeur nature.

Plus de 50 circuits VTT balisés sillonnent 1 300 km de chemins. Des plateaux ouverts aux descentes techniques en sous-bois, chaque parcours révèle un nouveau visage du territoire.

Pour tous les mollets

- Circuits «découverte» accessibles aux familles
- Boucles sportives avec du dénivelé marqué
- Tracés techniques pour les amateurs de sensations
- Itinéraires longue distance pour avaler les kilomètres

Balisé à suivre :



Préparez votre sortie

- Carte VTT détaillée en vente à l'Office de Tourisme
- Parcours et tracés GPS disponibles sur l'application Cirkwi
- Location, réparation, vente de vélo :
Cycle de Bône Saint Antonin
06 44 88 06 38



Pour plus d'infos

5

Canoë-Kayak

Au fil de l'eau,
au cœur des gorges

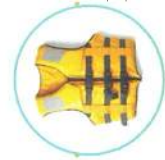


Descendre l'Aveyron, c'est découvrir les gorges sous un nouvel angle : glisser sur l'eau tandis que les majestueuses falaises calcaires se dressent au-dessus de vous. En couple, en famille ou entre amis, on profite d'un décor grandiose, on s'évade, et on se laisse porter par le courant pour un moment de détente absolue.

À chacun sa descente

- Une matinée pour une première immersion, accessible et rafraîchissante
- Une journée complète pour alterner pagaie et pauses sur les plages naturelles de l'Aveyron
- Un parcours itinérant sur plusieurs jours pour vivre la rivière en version aventure

En famille ou entre amis, les parcours s'adaptent à tous les niveaux.



Préparez votre descente en canoë

- Trouvez la liste des prestataires sur le site de l'office de tourisme Causses et Gorges de l'Aveyron
- Réservation fortement conseillée durant la saison estivale
- À mettre impérativement dans son sac : Chaussures d'eau, casquette, lunettes de soleil, protection solaire

Trouvez le bon prestataire



6

Baignade

Plonger au cœur des Causses
et Gorges de l'Aveyron



Quand la chaleur monte, l'eau devient une évidence.

La Piscine de Saint-Antonin-Noble-Val

Avec vue sur les falaises du Roc d'Anglars, dans un cadre exceptionnel.

- Bassins adaptés aux enfants
- Couloirs de nage
- Espace détente à l'ombre d'un parasol
- Ambiance familiale
- Vente de rafraîchissements sur place



La Base de loisirs de Laguépie

Au confluent de l'Aveyron et du Viaur, la base de loisirs de Laguépie offre une plage surveillée en saison estivale, des activités nautiques et de grands espaces ombragés.

- Accès gratuit
- Baignade surveillée
- Structure de jeu gonflable

La Base de loisirs de Parisot

Plus intimiste, la base de Parisot séduit par son cadre paisible. Plan d'eau aménagé, espaces verts, aire de détente : un spot parfait pour une pause rafraîchissante en famille.

- Baignade surveillée
- Structure de jeu gonflable
- Possibilité de faire du canoë, du paddle et du pédalo
- Vente de boissons et de glaces



Bon à savoir :

- Les shorts de bain ne sont pas autorisés à la Piscine de Saint-Antonin-Noble-Val
- Pensez à emporter votre protection solaire

7

