

Le Puy – Palavas-les-Flots sur un VTT

Ce texte n'a qu'un but modeste : vous donner l'envie d'enfourcher votre VTT, découvrir de nouveaux paysages et en tirer du plaisir. L'âge respectable des quatre joyeux participants permet, de plus, de créer une catégorie inédite : les « VTTistes vétérans épicuriens ».

Nous remercions Benoît Cambuzat : ayant parcouru lui-même à VTT le chemin de Compostelle dans sa totalité, il a pu nous fournir plusieurs guides pratiques, cartes, et conseils éclairés. Nous remercions Julien Diebolt et Jean-Pierre Roman de nous avoir convoyés dans leurs véhicules ; pour le premier de Joyeuse au Puy ; pour le second, de Palavas à Joyeuse.

04/06/11 : Le Puy (884m) – St Privat d'Allier (875m)



Le départ s'effectue donc de Joyeuse en voiture, pour rejoindre le Puy vers 10h30. Traditionnellement, le pèlerin de Compostelle arbore une coquille et fait tamponner sa « crédencial » (carnet de route) à chaque étape. Nous respectons ces traditions ; la recherche spirituelle ou religieuse n'est pas une obligation... Mais le partage d'un même chemin, et des difficultés concrètes qui en découlent, provoque la convivialité et une reconnaissance réciproque des efforts fournis. Il faut s'élever vers la cathédrale du Puy par

d'étroites ruelles pour obtenir le tampon initial ; puis trouver le départ du GR65 : donc « départ simulé » à 11 heures et « départ réel » à 12 heures ; les deux premiers kms présentent une pente à 10% ! Quittant la voie goudronnée, nous empruntons ensuite une piste plutôt facile ; une petite caravane transformée en restaurant rapide nous fournit sandwiches et boissons. Nous suivons la piste roulante sur le plateau mais la pluie tombe dès 15h ; suivent des sentiers accidentés et glissants. Ne cherchez pas le « lac de l'œuf » : ce n'est qu'une prairie ; la chapelle Saint Roch (né à Montpellier) est, elle, bien présente. La pluie persiste : à l'abri d'une grange, deux d'entre nous essaient leurs ponchos. Nous arrivons au gîte, à Saint Privat D'allier vers 18h ; il pleuvra jusqu'à 18h30.

Une spécialité locale, le « sarasson », nous est servie à la table commune, où se retrouvent randonneurs pédestres et, donc, quatre VTTistes. (En fait, les randonneurs pédestres sont majoritaires à 95% ; parmi les 5% de cyclotouristes, certains empruntent les routes et jamais les sentiers) Au lit à 21h30 ; vu la météo, c'était une bonne demi-journée d'échauffement !

(30 km ; moyenne 10km/h)

05/06/11 : St Privat d'Allier (875m) – St Alban sur Limignole (950m)



Réveil à 7h30 : le brouillard recouvre le paysage. Dans la majorité des gîtes que nous utiliserons, le petit déjeuner est copieux, varié et digne d'un hôtel 2 ou 3 *, la chaleur humaine en plus.

Départ à 9h : après un court chemin « casse-pattes », nous nous engageons dans la descente de Rochegude : un sentier en plein bois sur des rochers glissants, où le portage occupe 80% du parcours : il restera dans nos mémoires comme le passage le plus difficile.

La route goudronnée nous amène dans la vallée au beau village de Monistrol-sur-Allier (892m) : pause café. Mais il faut sortir de cette vallée par un sentier étroit et plutôt raide : une portion est d'ailleurs aménagée en marches d'escalier ; une petite chapelle est carrément incrustée dans la roche volcanique ; celle-ci est elle-même creusée de plusieurs abris. Une dizaine de kms s'effectuent ensuite sur le goudron jusqu'à Saugues (983 m).



C'est dimanche, les paroissiens sortent de l'église ; une dame âgée, dans son petit local attendant, tapissé de cartes postales envoyées par des pèlerins de nombreux pays, tamponne notre crédencial. Après l'achat de nourritures terrestres, nous pique-niquons au soleil. Le trajet reprend sur une piste ascendante en continu : la « route des 3 tours » ; nous n'en verrons qu'une, comme posée en équilibre sur des roches en surplomb. Nous quittons la Haute-Loire pour entrer en Lozère.

Dans un hameau, nous buvons un café servi par un pratiquant de VTT et ski nordique ; il nous assure que la piste descend ensuite, sauf deux ou trois « petites côtes » ; il nous conseille d'emprunter « le Sauvage » : sous-bois en effet magnifique, alternant avec des champs de violettes et de gentiane ; la crête culmine à 1300m. Nous ne regrettons pas nos efforts, d'autant plus que les nuages menaçants s'éloignent.



La ferme de « Sauvage » comprend des gîtes et est géré par le Conseil Général ; puis, une autre chapelle (Saint Roch) nous fournit un tampon supplémentaire. Une piste puis une route descendante nous rapprochent de Saint-Alban sur Limagnole (1013m), village de 2000 habitants. Arrivée au gîte à 18h30 : l'accueil est à la fois professionnel et familial.

Au restaurant, l'un d'entre nous fête son anniversaire ; la salle est remplie de randonneurs et un convive hilare, kinésithérapeute (?), propose ses soins aux randonneuses épuisées : l'ambiance est excellente...

(56 km ; moyenne 10 km/h)

06/06/11 : Saint-Alban sur Limagnole(950 m) – Nasbinals (1180m)

Réveil 7h15. Nous goûtons la brioche maison (la « fouace »). Départ à 9h après nettoyage et graissage des vélos. Le trajet débute par un sentier accidenté où le portage est souvent nécessaire : à VTT nous nous faisons doubler par des Anglaises à pied ! C'est logique : elles avancent en miles, alors que nous ne progressons qu'en kilomètres... Nous les distançons cependant dans une descente rapide et caillouteuse : l'un d'entre nous chute et s'égratigne le bras gauche dans des barbelés ; puis, à l'arrêt, oubliant ses cales de pédales, chute à nouveau et se blesse le genou droit. Mais le courage et le spray antiseptique nous permettent de rejoindre Aumont-Aubrac (1050m) et d'admirer l'église Saint-Étienne. Dans un café, notre crédencial reçoit le tampon « officiel de la paroisse »...Des randonneurs pédestres peu chargés nous expliquent le fonctionnement très bien organisé du service de portage des bagages.



Une piste ascendante, les « 4 chemins », nous fait croiser l'A75. Visite d'une toute petite chapelle de 1522 entre La Chaze de Peyre et Lasbros ; altitude 1075m. Les troupeaux de vaches et veaux se font plus nombreux, ainsi que les barrières barbelés à ouvrir puis refermer. Piste ou sentier tranquilles nous offrent de belles vues sur les étendues de l'Aubrac. Le temps devient orageux, la piste caillouteuse mais praticable. A perte de vue, des pâturages séparés par des murets...Au sommet d'une crête, le village de Nasbinals est visible (1180m) : nous y arrivons à 16h. Au dîner, nous goûtons l'aligot ; le gîte qui nous abrite est plutôt spartiate (dortoir de 16 lits) mais cela ne nous empêchera pas de dormir.

(44 km ; moyenne 11,4 km/h)

07/06/11 : Nasbinals (1180m) - Estaing (760m)



Réveil 7h (dans un dortoir occupé par 12 personnes, comme par magie, tout le monde se lève en même temps...). Au petit déjeuner, un marcheur expérimenté avoisinant le 1,90 m est envié en aparté, par un autre de taille moyenne : « quand il fait un pas, je dois en faire deux ! »

Départ à 8h pour une montée assez raide dans les pâturages et leurs ornières et ruisseaux, sans rien d'autre visible à l'horizon. Une descente fait apparaître un grand bâtiment, ancien sanatorium, aujourd'hui « Le royal gîte ». Nous entrons dans l'Aveyron par une pente pierreuse facile puis plus technique : option cascadeurs ou randonneurs ?

Si le versant lozérien ne comprend que des pâtures, le versant aveyronnais est couvert d'arbres ; dans leur pré, tranquilles, deux bisons nous toisent : nous ne les provoquerons pas. Arrivée à Saint Chély d'Aubrac (808m) et petite pause café. A la sortie du village, dans un sentier pentu, nous ne sommes plus que trois : une marcheuse suisse nous informe : elle a aperçu notre compagnon, dont le vélo aurait perdu « une pièce essentielle ». En effet, il s'agit d'une pédale, désolidarisée de son axe ! Après deux réparations successives chez les mécaniciens locaux utilisant clé alène et colle forte, nous repartons, peut être shootés aux vapeurs de Loctite, sur le goudron, pour regagner le temps perdu. Une descente de 8% sur 5 km permet à deux d'entre nous d'atteindre les 58 km/h.



A Saint Côme d'Olt, nouveau tampon et un conseil justifié : quitter la route départementale pour longer le Lot au plus près sur 5 km. A Espalion, un réparateur de vélos nous confirme la solidité de la pédale auparavant défectueuse. Donc, partons vers Estaing joyeusement, sous la pluie, sur une distance de 12km. Nous arrivons au gîte trempés, notamment celui, seul sur les quatre, qui n'a pas voulu déplier son poncho.

Repas et petite belote dans une brasserie dominant le Lot.

(64 km ; moyenne : cachée par la pluie)



08/06/11 : Estaing (760m) – Decazeville (450m)



Réveil 7h : le linge a presque séché et nous partons à 8h sur le goudron, où nous roulons avec 4 VTTistes de Haute Savoie, suivis d'un véhicule d'assistance. Nous les quittons pour descendre vers Villecomtal (petite pointe à 48 km/h) ; les sentiers étant détremvés, nous continuons sur le goudron très roulant jusqu'à Conques ; nous traversons les villages de Nauviale, Saint Cyprien, apercevons le château de La Servayrie. L'abbatiale de Conques est très fréquentée, le village très touristique. Après le déjeuner, nous faisons demi-tour vers Decazeville, sur la route nationale, les poids lourds nous frôlant. Le gîte réservé est situé dans un lieu-dit assez difficile à trouver ; au final, deux policiers, avec leur véhicule, nous ouvre la route jusqu'à l'adresse voulue : arrivée triomphale à l'étape et photo officielle ! La dame âgée, propriétaire du gîte, est très conviviale, gaie, prend son repas avec nous.

(75 km ; moyenne 18,5 km/h)



09/06/11 : Decazeville (450 m) – Cajarc (160m)

Réveil 8h. Après un petit-déjeuner dans une ambiance toujours familiale, nous empruntons des sentiers plus ou moins caillouteux vers Livihnac-le-Haut : à proximité, au sommet, se fait la jonction entre trois départements : l'Aveyron, le Lot et le Cantal. Nous sommes donc dans le Lot, longeons un petit lac ; il nous semble faire des boucles : le pèlerin doit traverser les villages, visiter les chapelles, pourquoi pas dynamiser le commerce local, aujourd'hui comme jadis... 5 km se font sur le goudron avant d'entrer dans Figeac où nous prenons une rapide collation. Débutant une montée sur un sentier, nous alternons ensuite goudron et sentiers pierreux. La descente sur Cajarc est elle-même dispersée : deux empruntent les sentiers, deux la route ouverte aux voitures.

Le motel choisi permet d'abriter, grâce à ses vastes chambres, nos corps perclus et nos montures presque intactes.



(71 km ; moyenne 13 km/h)



10/06/11 : Cajarc (160 m) – Cahors (340m)

Réveil 7h. Départ à 8h45 sous une pluie fine pour 20 km jusqu'à Saint Cirq Lapopie, village perché sur les falaises dominant le Lot : nous marchons pour apprécier la vue.



La route mouillée mais roulante nous permet d'entrer à Cahors à 13h ; le repas est pris dans un restaurant pourvu d'une terrasse dominant le Lot : détente complète. Mais la chambre d'hôtes réservée se situe à l'extérieur de la ville ; de plus, un obstacle s'élève entre elle et nous : un dénivelé, jusqu'à 23%, se déroulant sur 2 km ! Notre hôte a proposé de nous convoier dans sa voiture ; mais la fierté l'emporte sur la facilité, et nous parvenons au sommet. (pour être honnêtes, par un itinéraire plus long donc moins pentu)



Le propriétaire du lieu est un ancien coureur cycliste professionnel ; aujourd'hui retraité, il s'est reconverti en « magicien professionnel » : devant nous, il fait apparaître et disparaître avec



talent cartes ou pièces ; il dit aussi présenter des spectacles en public, utiliser des colombes...ou son épouse qu'il scie sur scène ! C'est factice bien sûr, et nous rencontrerons sa moitié le lendemain matin en bonne santé.

Où nous mène le chemin de Compostelle !

(65 km ; moyenne 17 km/h)

11/06/11 : Cahors (340m) – Moissac (70m)

Des détours, la ville de Cahors nous en procurera...Partis du gîte à 8h30, nous parcourons 8 km jusqu'à l'ancien octroi situé sur un pont point de passage du GR65. Arrivés la veille par la route,

nous empruntons le sentier dans la mauvaise direction et grimpons deux côtes assez dures ; donc, demi-tour à Cahors-centre et nouveau départ, guidés par le balisage classique des GR. L'un d'entre nous, ancien scout, nous que les durs sentiers pierreux, auparavant vaincus, nous font suivre le GR36 ! Deux jeunes VTTistes nous le confirment : il faut retourner à Cahors (peut-être aussi passer à la Fnac pour se procurer un GPS).



A 13h, nous avons effectué 45 km, en majorité difficiles, et nous sommes toujours à Cahors ; le repas ne nous restitue par tout le courage nécessaire : Moissac est lointain de 65 km. Mais les trains ne fonctionnent pas, aucun véhicule de location n'est disponible, l'évacuation sanitaire pour cause de fesses endolories est exclue. Nous roulons alors sur la route nationale vers Moissac : une vraie course tactique avec prise de relais et sprint surprise à l'arrivée ; notre but : déguster un magret de canard, juste après l'installation dans le gîte, immense demeure aménagée par des Anglais. Mission accomplie.

(116 km ; moyenne : invivable)

12/06/11 : Moissac (70m) – Villeneuve (170m)

Réveil 7h. Vers 9 h, nous commençons à longer le canal latéral à la Garonne ; nous nous assurons plusieurs fois ne pas prendre la direction de Bordeaux ! Car nous quittons le chemin de Compostelle pour bifurquer vers le sud-est. La piste est goudronnée, roulante ; après 23 km, nous découvrons la pente d'eau de Montech, censée remplacer cinq écluses ; petite pause café au village de Montech. A 13h30, 61 km ont été avalés : il nous faut aussi ajouter quelques pizzas et quiches trouvées au village de Fenouillet ; l'accent des aimables boulangères le prouve : au Tarn-et-Garonne succède la Haute-Garonne, et Toulouse est proche.

Une zone industrielle accueille un immense dépôt de véhicules neufs. Nous côtoyons de nombreux citadins juchés sur des vélos de location ou des rollers, jusqu'à un débit de boissons, pris d'assaut car la température monte. Mais il faut trouver un hébergement pour la nuit : à Villeneuve, une superbe chambre d'hôtes nous accueille : « chez Joséphine » appartient à de jeunes et sympathiques Irlandais. A des pizzas et du vin rosé (la boisson des sportifs !) succéderont deux parties amicales de billard : c'est une joyeuse soirée !

(112 km ; moyenne 17 km/h)

13/06/11 : Villeneuve (170m) – Trèbes (90m)

Réveil 7h45. Nous partons à 9 h sous une pluie fine ; l'un des quatre comparses a oublié de charger son sac à dos : sur 2 km, il lui semblera avancer plus aisément... Nous retrouvons le canal du Midi : sa profondeur minimale est de 1,50 m, il est fréquenté par une majorité de bateaux de location à fond plat, plusieurs péniches luxueusement aménagées, quelques voiliers démantés afin de passer sous des ponts aux dimensions limitées. De nombreux platanes qui bordent les rives sont marqués d'un ou deux traits verts fluo : ils sont condamnés à être déracinés, atteints par un champignon (ils n'ont que 100 ans). Le charme des sinuosités de ce trait d'eau attire de simples promeneurs, les sportifs à pied ou à vélo (nous rencontrerons des Hollandais sur un tandem !), quelques pêcheurs ; mieux vaut actionner sa sonnette (ou imiter un klaxon...). Les passages près des écluses ou des ponts sont occasions à forcer sur les pédales, ou à stopper et admirer le fonctionnement simple mais génial de cet ouvrage, conçu depuis plus de trois siècles, construit par 15000 ouvriers durant vingt ans. Castelnaudary est agrémenté d'un véritable port ; à Villepinte nous dégustons à 13h un excellent cassoulet ; après un tel déjeuner et quelques kms, la sieste s'impose : un groupe de cyclotouristes chenus passe vaillamment, et nous adresse des plaisanteries méritées sur notre dynamisme. Mais nous les doublerons ensuite : l'honneur est sauf !

La cité de Carcassonne domine la ville ; elle est bien visible du canal. Y grimper à vélo ? Nos mollets n'y ont pas pensé... Il est alors temps de se reposer : par goût de la variété nous optons pour un bungalow dans un camping. Cela signifie quatre adultes et quatre VTT à caser dans 20 m² : c'est fort possible.

Un repas est pris sur le quai du canal ; de nombreux Anglais sont présents ; un ragondin habitant du canal vient quêter du pain : nous avons choisi une bonne table...



(94 km ; moyenne 17,4 km/h)

14/06/11 : Trèbes (90m) – Portiragnes-Plage (30m)

Réveil 7h. Nous avons correctement dormi sous ce toit léger et roulons dès 9h. A l'écluse de Marseillette, des sculptures originales retiennent notre attention ; les abords des écluses sont toujours impeccablement entretenus et fleuris ; les employés des Voies Navigables de France sont bien occupés, mais n'hésitent pas à fournir tout renseignement.

Jusqu'à trois bateaux peuvent occuper la même écluse ; alors apparaît l'inexpérience de quelques plaisanciers. Si un couple occupe un bateau, nous remarquons que, invariablement, l'homme ne lâche pas le gouvernail et la femme doit se démêler des différents cordages...

Nous traversons le Pont-Canal du Répudre, le premier du genre construit par Pierre Paul Riquet en 1676. Le repas est pris à Saint-Nazaire d'Aude ; euphoriques, deux d'entre nous empruntent le canal de la Robine en direction de Narbonne ; un bonus de 15 km à leur actif. Pour les deux autres, une petite sieste les attend ! Nous rafraichissons nos gosiers à Capestang, photographions l'étroit tunnel du Malpas ; le sentier se poursuit jusqu'aux fameuses sept écluses de



Fontseranes, où Béziers apparait. Le pont canal permet de sauter l'Orb. Nous retrouvons le goudron pour traverser la ville, puis Villeneuve-les-Béziers, longer Portiragnes-Village, parvenir à Portiragnes-Plage et tremper nos jambes dans l'eau salée !

La chambre d'hôte est surchauffée ; mais, au restaurant, le buffet d'entrées est à volonté : certains se lâchent...

(115 km ; moyenne 17,5 km/h)

15/06/11 : Portiragnes-Plage(30m) – Palavas (1m)

Réveil 7h. Dès le départ à 8h30, nous dépassons Port-Cassafières où attendent de nombreux bateaux à louer. A Agde, l'écluse ronde, pourvue de trois entrées, fait communiquer le canal avec l'Hérault. Pour suivre le canal, il faut circuler un peu en ville, rejoindre l'écluse de Bagnes, près d'une guinguette, puis suivre un sentier « monotrace » rendu étroit par la végétation : bordée par une réserve naturelle c'est sans doute la partie la moins fréquentée du canal.

Passé Marseillan-Plage, nous descendons la dune pour accéder à la mer : l'eau encore fraîche nous réconforte. Nous remontons sur nos vélos, longeons l'étang de Thau sur une piste cyclable, le mont Saint-Clair en vue : c'est à Sète que nous nous restaurons. Puis, par la route, nous traversons Frontignan-Plage, toujours sur une piste cyclable, jusqu'au bois des Aresquiers. Nous choisissons



alors de suivre la canal du Rhône à Sète sur une piste par endroits inondée : nos VTT arrivent à Palavas couverts de boue. C'est une façon d'arroser le terme de notre périple.

(85 km ; moyenne masquée par la chaleur)

Les 4 participants

Jean-François Poirier, le logisticien convivial

« Ah, c'est pas simple, les choses... »

Michel Bénéfice, la bonne humeur permanente

(voyant passer un cyclotouriste portant d'immenses sacoches) « Celui-là, c'est un représentant »

Patrick Bovagnet, qui prend de plus en plus de plaisir à VTT

« On avait dit qu'on ferait des siestes, mais on n'en fait pas beaucoup »

Claude Fabre, le prévoyant

(sous la pluie) « Je préfère ne pas déplier mon poncho car ensuite il tiendra plus de place »



Les kilomètres parcourus

	04/06	30 km
	05/06	36
	06/06	44
	07/06	64
	08/06	75
	09/06	71
	10/06	65
	11/06	116
	12/06	112
	13/06	94
	14/06	115
	15/06	85
		Total : 927 km.