

Vélo et fromages : route du Laguiole AOP et des fromages de l'Aubrac et du Carladez



Laguiole



Remontée depuis le lac de Sarrans vers Thérondeils (B. Colomb - Lozère Sauvage/ Tourisme en Aubrac)



114 km à vélo pour régaler ses yeux et ses papilles avec 15 étapes fromagères gourmandes sur l'Aubrac, le Carladez et la Viadène.

Partez sur les traces du Laguiole AOP, délicieux fromage de vache au lait cru et des fromages du Carladez. Rencontrez les éleveurs(euses), les fromagers et leur savoir-faire, dégustez leurs spécialités riches d'un terroir de moyenne montagne.

Au delà de l'exploit sportif, vous repartirez avec les sens comblés !

Découvrez le livret de présentation de l'itinéraire avec les adresses des fromagers : <https://www.tourisme-en-aubrac.com/app/uploads/2023/07/circuit-velo-fromages-web.pdf>

Infos pratiques

Pratique : Cyclo

Durée : 3 jours

Longueur : 113.9 km

Dénivelé positif : 2305 m

Difficulté : Difficile

Type : Séjour itinérant

Thèmes : Agropastoralisme, Savoir-faire

Itinéraire

Départ : Laguiole, place du foirail

Arrivée : Laguiole, place du foirail

Communes : 1. Laguiole

2. Cassuejous

3. Argences-en-Aubrac

4. Brommat

5. Therondels

6. Mur-de-Barrez

7. Taussac

8. Lacroix-Barrez

9. Saint-Hippolyte

10. Montezic

11. Saint-Amans-des-Côts

12. Huparlac

13. Soulages-Bonneval

14. Montpeyroux

Profil altimétrique



Altitude min 301 m Altitude max 1012 m

Déviation du parcours suite à la fermeture du Pont de Phalip, entre Valon et Montezic, du 5 mai au 27 juin 2025 (travaux de peinture) :

>>> Route alternative via les Route des Gorges de la Truyère :
Saint-Amans-des-Côts - Montezic (D 97) - Le Brézou - Labarthe (D621) - Brommat (D 900 puis D 98).

Départ de n'importe où sur le parcours, suivez la signalétique "Vélo et fromages, route du Laguiole AOP".

Les étapes gourmandes :

- Coopérative Jeune Montagne

(sur le parcours, La Borie Neuve - Laguiole, GPS : 44.687029, 2.852122)

Visite gratuite, dégustation et vente directe : ouvert du lundi au samedi : 8h-19h, le dimanche : 9h-13h/ 14h-18h.

Fromages : Laguiole AOP, Tôme Fraîche de l'Aubrac, Aligot de l'Aubrac, Ecir, Buronnier.

- Marché de Laguiole

(sur le parcours, place du foirail, les samedis matin).

- Fromagerie les buronniers

(Allée de l'Amicale - Laguiole, GPS : 44.684323, 2.847485)

Fromages : fromages régionaux.

- GAEC de la Borie du Cauvel

(à 300 m du parcours, Ucafol - Laguiole, GPS : 44.696460, 2.797131)

Visite et goûter à la ferme : sur réservation auprès de la Coopérative Jeune

Montagne (05 65 44 35 54).

Fromages : Laguiole AOP, Tome Fraîche de l'Aubrac.

- **GAEC du Roucadel**

(à 1,8 km du parcours, La Borie de Mondou - Laguiole, GPS : 44.719615, 2.833496)

Vente directe à la ferme : sur rendez-vous : 05 65 48 44 30/ 06 88 96 02 46.

Fromages : Laguiole AOP, Tome Fraîche de l'Aubrac.

- **Earl de Fayt**

(sur le parcours, 2 impasse de Ramonet - Cassuejous, GPS : 44.728431, 2.820095)

Visite et goûter à la ferme : sur réservation auprès de la Coopérative Jeune Montagne (05 65 44 35 54).

Fromages : Laguiole AOP, Tome Fraîche de l'Aubrac.

- **Lionel Viguié**

(sur le parcours, le bourg - La Terrisse, GPS : 44.752810851742524, 2.818625737348083)

Visite et goûter à la ferme : sur réservation auprès de la Coopérative Jeune Montagne (05 65 44 35 54).

Fromages : Laguiole AOP, Tome Fraîche de l'Aubrac.

- **GAEC Valadier en Argences**

(sur le parcours, Les Clauzels - La Terisse, GPS : 44.75515356845236, 2.8166197951240086)

Visite et goûter à la ferme : sur réservation auprès de la Coopérative Jeune Montagne (05 65 44 35 54).

Fromages : Laguiole AOP, Tome Fraîche de l'Aubrac.

- **Ferme Lou Brenac - Benoît Fagegaltier**

(sur le parcours, Brénac - Argences-en-Aubrac, GPS : 44.788502, 2.801262)

Vente directe à la ferme : sur rendez-vous : 06 85 71 52 46.

Fromages : Laguiole fermier AOP, Tomme de Brenac, Tome fraîche de l'Aubrac.

- **Marché de Sainte Geneviève sur Argence**

(sur le parcours, place des Tilleuls, les mercredis matins).

- **Gaec de la Volte**

(à 4 km du parcours, Biac - Cantoin, GPS : 44.8215969326146, 2.7860020315583176)

Visite et goûter à la ferme : sur réservation auprès de la Coopérative Jeune Montagne (05 65 44 35 54)

Fromages : Laguiole AOP, Tome Fraîche de l'Aubrac.

- **Coopérative Fromagère de Thérondeles**

(sur le parcours, Zone d'activité - Thérondeles, GPS : 44.888720, 2.756613)

Visite gratuite, dégustation et vente directe : les vendredi et samedi 9h-12h + mercredi matin en juillet et août

Fromages : Cantal AOP au lait cru, Fromage Le Thérondeles, Aligot de Thérondeles, Tarte à l'Encalat

- **Boulangerie Le pain des montagnes**

(sur le parcours, place de Monaco, Mur-de-Barrez, GPS : 44.843675, 2.660487)

Ouvert mardi, jeudi, vendredi, samedi : 7h-12h30 et 15h-18h30 ; dimanche et mercredi : 7h-12h30.

Fromages : tarte à la tome.

- Marché de Mur-de-Barrez

(sur le parcours, les jeudis matin)

- La Ferme de Dilhac

(à 1,5 km du parcours, Dilhac-Lacroix-Barrez, GPS : 44.77759332120558, 2.619014614232268)

Vente directe à la ferme : du lundi au samedi 7h30-19h30 et le dimanche 17h30-19h30.

Fromages : Fromage, produits laitiers et glaces fermières Bio.

- Marché de Saint Amans-des-Côts (sur le parcours, place du village, les jeudis matins).

- Ferme de la Borie Alte

(sur le parcours, La Borie Haute - Saint-Amans-des-Côts, GPS : 44.702890474368864, 2.705548876559599)

Visite et goûter à la ferme : sur réservation auprès de la Coopérative Jeune Montagne (05 65 44 35 54).

Vente directe : les lundis et vendredis matins, ou sur rendez-vous (05.65.44.39.77/06.31.07.03.14).

Fromages : Laguiole AOP, fourmette de la Viadène, Tome Fraîche de l'Aubrac.

- GAEC Cestrières des Pradelles

(à 6km du parcours, Lieu-dit Lindières -Montpeyroux, GPS : 2 sites de production en fonction de la saison

(Été : 44.654299798646846, 2.833380566555154 / Hiver : 44.620220, 2.839485)

Visite et goûter à la ferme : sur réservation auprès de la Coopérative Jeune Montagne (05 65 44 35 54).

Fromages : Laguiole AOP, Tome Fraîche de l'Aubrac.

- La Ferme d'Ambert

(sur le parcours, Ambert - Montpeyroux, GPS : 44.656167, 2.778016)

Vente directe à la ferme : Sur rendez-vous (06 87 09 52 81).

Fromages : Laguiole AOP, Tome Fraîche de l'Aubrac, glaces de l'Aubrac.

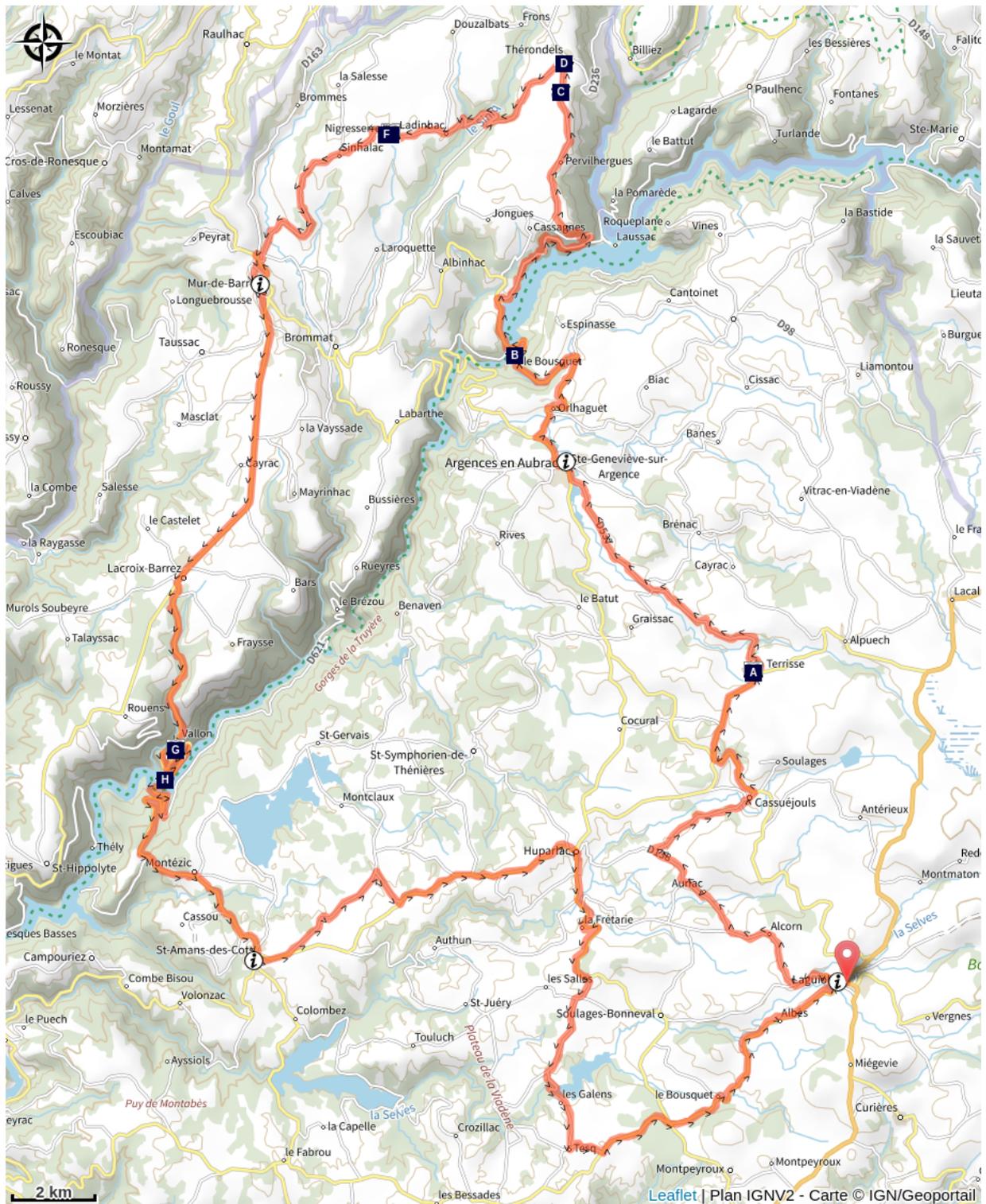
- GAEC Miquel

(à 1,5km du parcours, Cervel - Laguiole, GPS : 44.672087, 2.855623)

Visite et goûter à la ferme : sur réservation auprès de la Coopérative Jeune Montagne (05 65 44 35 54).

Fromages : Laguiole AOP, Tome Fraîche de l'Aubrac.

Sur votre chemin...



 Chapelle du XV^e siècle dans l'Eglise de la Terrisse (A)

 Belvédère du Barrage de Sarrans (C)

 Sentier de l'imaginaire de Thérondeles (E)

 Le tilleul pluri-centenaire de Nigresserre (G)

 Château de Valon (I)

 Observatoire Photographique des Paysages : bourg de Sainte-Geniève-sur-Argences (B)

 Coopérative fromagère de Thérondeles (D)

 Eglise de Nigresserre (F)

 Observatoire Photographique des Paysages : intersection routière (H)

 La Truyère (J)

Toutes les infos pratiques

Comment venir ?

Parking conseillé

Place du foirail, Laguiole

i Lieux de renseignement

Office de Tourisme Aubrac Laguiole Carladez et Viadène - Bureau d'Argences-en-Aubrac

Place des Tilleuls, Ste Geneviève sur
Argence, 12420 ARGENCES-EN-AUBRAC

argence@tourismeenaubrac.com

Tel : 05 65 66 19 75

<https://www.tourisme-en-aubrac.com/>



Office de Tourisme Aubrac Laguiole Carladez et Viadène - Bureau de Laguiole

Place de la Mairie, 12210 LAGUIOLE

laguiole@tourismeenaubrac.com

Tel : 05 65 44 35 94

<https://www.tourisme-en-aubrac.com/>



Office de Tourisme Aubrac Laguiole Carladez et Viadène - Bureau de Saint-Amans-des-Côts

Rue principale, 12460 SAINT-AMANS-DES-
CÔTS

viadene@tourismeenaubrac.com

Tel : 05 65 44 81 61

https://www.tourisme-en-aubrac.com



Office de Tourisme Aubrac Laguiole Carladez et Viadène - Bureau du Carladez

12, Grand'Rue, 12600 MUR-DE-BARREZ

carladez@tourismeenaubrac.com

Tel : 05 65 66 10 16

https://www.tourisme-en-aubrac.com



Sur votre chemin...



Chapelle du XV^e siècle dans l'Eglise de la Terrisse (A)

L'église placée sous le vocable de Saint Etienne et Saint Ferréol, était à la collation de l'évêque de Rodez. L'édifice primitif, dont la démolition fut décidée en 1374, fut transféré des fossés du château à l'emplacement actuel. De style gothique, elle a été érigée en 1371-1374 (autre date mentionnée : après 1374).

Elle abrite un buste de femme en marbre blanc réalisé par Denys Puech (classé aux Monuments Historiques le 18 juin 2013) ainsi que 2 autres bustes datant du XVIII^e siècle.

Dans la chapelle de droite, clef de voûte aux armes d'Estaing et dans la chapelle de gauche : clef de voûte représentant, dans le blason, le Tau de saint Antoine surmonté de 3 étoiles (Tau que l'on retrouve à la Croix « Des Cingles » belle croix énigmatique au milieu d'un couderc, non loin de Bouges).

Crédit photo :  Wiki Commons



Observatoire Photographique des Paysages : bourg de Sainte-Geniève-sur-Argences (B)

Grâce à l'Observatoire des Paysages, remontez le temps et plonger vous dans l'évolution des paysages au fil du temps. Certains clichés ont également un croquis de contexte

LIEN VERS LE CLICHÉ : [CLIQUEZ ICI.](#)

Enjeux d'observation : évolution de l'extension urbaine et des pratiques agricoles

Crédit photo :  K Guez



🏰 Belvédère du Barrage de Sarrans (C)

Le belvédère aménagé par EDF vous offre une vue imprenable sur les 105 mètres de hauteur du barrage, et le lac de Sarrans qu'il a créé, des panneaux expliquent l'épopée industrielle et humaine qu'a nécessité sa construction en 1934 : des milliers d'ouvriers venus de toute l'Europe et du Maghreb, la transformation de toute une vallée ...

Crédit photo : OT Tourisme en Aubrac



🐄 Coopérative fromagère de Thérondeles (D)

Visite gratuite de la fromagerie les vendredis et samedis de 9h à 12h. Vente directe de fromage au lait cru (Cantal, Tome à pâte pressée, le Thérondeles, aligot et tarte à l'encalat). 18 fermes alimentent cette production de qualité, soucieuse de l'alimentation des animaux.

Crédit photo : © OT Tourisme en Aubrac



🦋 Sentier de l'imaginaire de Thérondeles (E)

Avec les enfants, en famille, profitez de cette promenade sur le plateau, elle a un dénivelé très faible et rend le circuit accessible à tous.

Sur cette balade, créations et aménagement nous révèlent un tout : « La vie, la nature, l'Homme, la terre, sa culture, les traditions locales »

Les découvertes adorées ; à deux pas l'une de l'autre à l'orée de la forêt de sapin : la fourmilière géante réalisée en noisetier tressés et la cabane d'une sorcière vraiment accueillante, elle a installé des petites tables et chaises pour un pique-nique, un goûter.

Ballade de 1h30. Départ à côté de la supérette.

Crédit photo : OT aubrac Laguiole Carladez Viadène



Eglise de Nigresserre (F)

- Le lieu était connu au XIII^e siècle sous le nom de Neira-Serra.
- Siège d'une commanderie de Templiers, puis des chevaliers de St Jean de Jérusalem.
- Une nef romane. Le chevet plat du XV^e siècle possède un clocher à auvent.
- Une croix de Malte est sculptée sur la pierre d'un mur et sur une maison voisine
- La croix sculptée du cimetière date du XV^es.

Crédit photo : OT Aubrac Laguiole Carladez et Viadène



Le tilleul pluri-centenaire de Nigresserre (G)

Arbre majestueux, il aurait été planté entre 1400 et 1600, il fait partie des tilleuls dit «De Sully».

Ce ministre d'Henri IV, fit planter des ormes et des tilleuls dans toutes les paroisses, à proximité des églises, afin que les habitants puissent, avant et après les offices, discourir sous les ombrages de leurs intérêts et de ceux de la paroisse. Exceptionnel par sa taille et sa longévité, les villageois racontent qu'une femme aurait trouvé refuge quelques mois en son creux pendant les années 30.

Le tilleul de Nigresserre est labellisé "arbre remarquable de France".

Crédit photo : OT aubrac, Carladez et Viadène



Observatoire Photographique des Paysages : intersection routière (H)

Grâce à l'Observatoire des Paysages, remontez le temps et plongez vous dans l'évolution des paysages au fil du temps. Certains clichés ont également un croquis de contexte

LIEN VERS LE CLICHÉ : [CLIQUEZ ICI](#).

Enjeux : Évolution des espaces publics et du patrimoine bâti

Crédit photo : ©K Guez



Château de Valon (I)

Depuis le XIIe siècle, le château de Valon domine les Gorges de la Truyère. La chapelle et le donjon prennent depuis la cour intérieure toute leur dimension. Il abrite trois salles superposées. Un escalier étonnant qui a traversé les siècles sans dommage vous permet d'accéder à la terrasse. Tout en bas, la rivière Truyère paisible est aujourd'hui assagie par ses innombrables barrages (Grandval, Lanau, Sarrans et Couesque : retenue que l'on domine aujourd'hui depuis Valon). Il n'en fut pas toujours ainsi. Avant, elle était sauvage, bondissante dans ses gorges, taillant ainsi le granit jusqu'à Valon.

Le castel d'Avalon est mentionné pour la première fois en 1150. En effet depuis le XIIe siècle le château défie sur son éperon rocheux, le temps et les hommes. De 1378 à 1387 pendant la guerre de 100 ans, le château est occupé par les routiers qui pillent toute la contrée. Abandonné à partir de la Révolution, il servira de carrière pour la construction du village. Son imposant donjon demeure et les rénovations apportées lui redonnent fière allure.

Dans la salle de vie du seigneur, une grande cheminée est prête... on imagine vite un feu réjouissant ! Au 1er étage la chambre du seigneur est agrémentée d'un superbe lit à baldaquin.

Le château de Valon se visite à partir des vacances d'avril, jusqu'à mi-septembre, puis aux vacances de la Toussaint.

Crédit photo : A. MéraVilles



📍 La Truyère (J)

C'est à travers trois départements la Lozère, le Cantal et l'Aveyron que la Truyère trace son parcours long de 170 km. Le profil de ses vallées est souvent favorable aux installations hydroélectriques, en effet, barrages et bassins interrompent désormais l'écoulement naturel de la Truyère.

On peut apercevoir en bas la retenue de Couesque qui alimente l'usine hydroélectrique souterraine de Montézic située au pied de la cascade du Saut du Chien. Cette usine a une particularité, c'est une STEP (Station de Transfert d'Énergie par Pompage).

Ce système utilise deux bassins ayant entre eux une dénivellation d'environ 400 m ; un premier bassin (supérieur) qui est le lac de Montézic, et un second bassin (inférieur) que l'on peut apercevoir (la Truyère). L'eau stockée dans le bassin supérieur est turbinée aux heures de forte consommation d'électricité, cette eau est alors récupérée dans le bassin inférieur. Aux heures de moindre consommation, l'eau du bassin inférieur est pompée vers le supérieur en utilisant l'électricité des centrales nucléaires qui ne peuvent stopper leur production d'électricité spontanément.

Crédit photo : OT Tourisme en Aubrac - Pierre Soissons