

WWW.TOURISME-LOT.COM

#TOURISMELOTDORDOGNE
Retrouver-nous sur



Vous aimez le Lot, venez y vivre

WWW.CHOISIRLELOT.FR

Document réalisé en décembre 2021 par Lot Tourisme Agence de Développement Touristique du Lot Rue Pierre Mendès France, Cité Bessières CS 90007 - 46000 Cahors Avec le concours de l'ADDT Corvize et l'Office de Tourisme de la Vallée de la Dordogne Maquette et mise en page : Lot Tourisme Impression : Grapho 12 - Édition 2022 Cartographie : Actual, Édition 2022, n° d'autorisation : 1375-46/VF/11-21



Crédits photo © Lot Tourisme - C. Asquier, G. Condat, Entrée2Poles, P. Foresti - Mediar360, G. Giuglio, Itinera Magica, C. Orly, C. Pereira, Safarid Dordogne, T. Verneuil.

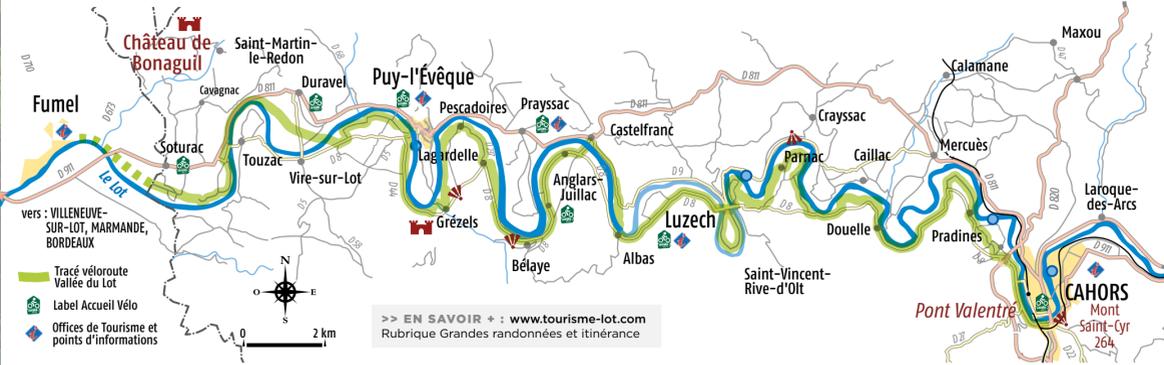
PÉDALER SUR DES VÉLOROUTES ET VOIES VERTES

Le Lot et ses vallées sont idéals pour une pratique douce du vélo. Peu de dénivelé, des parcours flechés, des longueurs variées... De quoi satisfaire autant les familles avec enfants que les randonneurs avertis, avec au choix : 3 véloroutes et 2 voies vertes !

ENTRE VIGNES ET RIVIÈRE
LA VÉLOROUTE VALLÉE DU LOT

On aime beaucoup l'incontournable **véloroute Vallée du Lot** et ses 160 kms d'itinéraire entre Cahors et Aiguillon avec peu de dénivelé, sélectionné et jalonné. Cet itinéraire permet de rejoindre la véloroute des 2 mers en faisant étape chez les hébergeurs labellisés ACCUEIL VÉLO.

Optez sinon pour la **véloroute Promenade en Bouriane de Gourdon à Sarlat** (21 km) ou pour celle de **La Vallée du Céou de Léobard à Castelnaud-la-Chapelle** (23 km). N'oubliez pas de tester en famille les **voies vertes de Douelle à Mercuès et de Cazoulès à Sarlat** (25 km).



Tracé véloroute Vallée du Lot
Label Accueil Vélo
Offices de Tourisme et points d'informations

>> EN SAVOIR + : www.tourisme-lot.com
Rubrique Grandes randonnées et itinérance



CARTE ITINÉRANCE

WWW.TOURISME-LOT.COM

MARCHER SUR LE CHEMIN DE SAINT JACQUES DE COMPOSTELLE

Le Lot compte plus de 750 kms de sentiers de Grande Randonnée, dont la voie historique de **St Jacques de Compostelle**, le GR®65

Seul ou par petits groupes, les yeux rivés vers l'horizon, vers Saint-Jacques de Compostelle, les pèlerins continuent d'emprunter les GR qui mènent jusqu'à la ville sacrée. Plusieurs itinéraires parcourent le département, des routes qui, de cathédrales en abbayes, de gués en ponts romans, unissent les esprits dans une même communion. De Figeac, porte d'entrée de cette Via Podiensis, en filant vers Moissac, le Lot révèle ses causses, offre son patrimoine pétri d'histoire. En toute simplicité, avec une retenue pleine de grâce qui lui a d'ailleurs valu d'être honoré par l'Unesco. Son chemin est en effet classé au patrimoine mondial depuis 1998.

>> EN SAVOIR + : www.tourisme-lot.com
Rubrique Grandes randonnées et itinérance



TOPOGUIDES SENTIERS GR
En vente dans les librairies du département et sur : www.ffrandonnee.fr

PARTIR À VOTRE RYTHME SUR LE TOUR DU LOT



Riche de ses petites routes tranquilles et d'un maillage de sentiers, le Lot offre un espace privilégié à ceux qui prennent le temps de circuler et de s'arrêter... pour regarder.

À pied, à cheval ou à VTT, le patrimoine naturel, architectural et culturel des vallées de la Dordogne et du Lot, Le Ségala, la Bouriane, les Causses et le Quercy Blanc, se laissent découvrir en douceur et en lumière sur un itinéraire de 400 kms balisés, empruntant des chemins de Grande Randonnée et des Pistes Équestres.



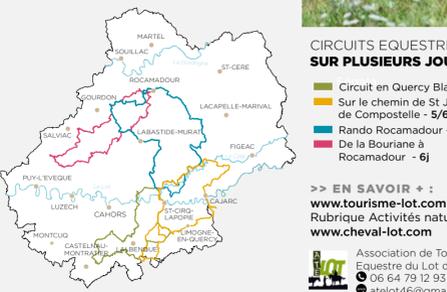
>> EN SAVOIR + : www.tourisme-lot.com
Rubrique Grandes randonnées et itinérance

CHEVAUCHER EN LIBERTÉ SUR DES CIRCUITS ÉQUESTRES

Le Lot pour ses prochaines chevauchées c'est opter pour une exceptionnelle terre d'endurance et un réseau unique de circuits et d'hébergements de qualité.

RANDONNER PLUSIEURS JOURS AVEC UN ÂNE DE BÂT

Pour une balade paisible ou pour une randonnée plus longue, avec bagages portés et circuits tracés, randonnez différemment accompagnés d'ânes bâtés.



>> EN SAVOIR + : www.tourisme-lot.com
Rubrique Activités nature et sur www.cheval-lot.com
Association de Tourisme Équestre du Lot du Lot
06 64 79 12 93
@atelot46@gmail.com

CHEMINER PLUSIEURS JOURS SUR DES BOUCLES ITINÉRANTES

S'aventurer pendant plusieurs jours sur des circuits reconnus dans les paysages variés du Lot ! C'est expérimenter la liberté de randonner en itinérance, c'est partir avec tranquillité grâce aux fiches conseils des hébergeurs référents, c'est la facilité en revenant à son point de départ !

- Panorama sur St Cirq Lapopie et le Géoparc des Causses du Quercy - 5j
- Entre causses et vallées, les 100 km du Quercy - 6j
- Sur les pas de St Jacques en Quercy Blanc - 5j
- Boucle St Jacques - 6 à 7j
- Boucle Figeac Rocamadour Cahors - 10j
- Boucle Cahors Rocamadour Vallée du Lot - 10j



>> EN SAVOIR + : www.tourisme-lot.com
Rubrique Grandes randonnées et itinérance



RANDONNER SUR LA VIA CAUSS'MOS BOUCLE ARTISTIQUE DES 3 VALLÉES

C'est une randonnée itinérante et artistique imaginée par le Parc naturel régional des Causses du Quercy et un collectif d'artistes. En trois jours et 63 km, elle permet de parcourir les causses et les trois vallées du Vers, du Céle et du Lot. Sur le chemin, des mobiliers artistiques invitent à percer les secrets du territoire et à entrer en conversation avec le paysage : un ponton qui surplombe la vallée, un banc près d'un lac secret... Pour une expérience sensible de la marche !

>> EN SAVOIR + : www.parc-causses-du-quercy.fr/viacaussmos



AVOIR À PORTÉE DE MAIN TOUTES LES RANDONNÉES

MUSARDER SUR DES CIRCUITS DE PETITES RANDONNÉES
Retrouvez tous nos circuits de Promenades et Randonnées de 1h à 1 journée dans nos 5 guides pays disponibles en Office de Tourisme et librairies du département à partir de 8€.



RDV SUR NOTRE E-BOUTIQUE
www.tourisme-lot-ressources.com/boutique-en-ligne

LES BOUCLES LOTOISES
37 CIRCUITS VÉLO & 39 CIRCUITS VTT
En vente à 10 €, les Boucles Lotoises (circuits de 1h à 1 journée) sont disponibles dans les Offices de Tourisme, les librairies du Lot et sur notre boutique en ligne.

NAVIGUER ET PAGAYER SUR 3 RIVIÈRES PRÉSERVÉES



PARCOURIR LA RIVIÈRE LOT SUR UN BATEAU HABITABLE

D'avril à octobre, venez sillonner une rivière préservée entourée de paysages grandioses : de Luzech à Larnagol en passant par Cahors, la faune comme la flore vous séduiront. Le permis n'est pas nécessaire pour devenir capitaine de ces embarcations mais quelques manœuvres sont nécessaires pour franchir les 17 écluses manuelles ! La location de mini-gabares à la journée est également possible. À la barre de votre embarcation, vous organiserez votre périple au rythme de vos envies !



PLUSIEURS JOURS EN CANOË SUR LA DORDOGNE, LE LOT OU LE CÉLÉ

Les trois rivières offrent une multitude de possibilités pour pratiquer le canoë-kayak : en liberté ou guidée, d'une heure à plusieurs jours. Mais elles offrent surtout un cadre exceptionnel : on aime le Céle pour son caractère intimiste et ses falaises de calcaire, le Lot pour partir à la recherche de curiosités patrimoniales, mais aussi la Dordogne pour ses méandres entre villages pittoresques et spots pique-nique.



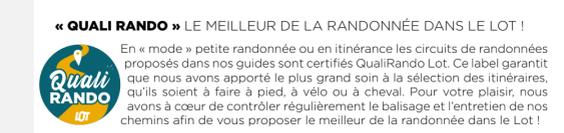
>> EN SAVOIR + : www.tourisme-lot.com
Rubrique Activités nature
Avant de partir renseignez-vous sur les conditions météo mais aussi sur les prévisions de niveaux et de débit de la rivière grâce aux applications : RiverApp, Vigicrues...



S'APPUYER SUR DES OFFRES DE SERVICES DE QUALITÉ

- LES HÉBERGEMENTS « RANDO ÉTAPE »**
Le randonneur faisant étape dans les hébergements qualifiés **Rando Étape** sera certain de trouver sur place : un accueil et des services adaptés à ses besoins, la proposition de repas et de pique-nique appropriés à sa pratique, un service de buanderie et un local pour entreposer son matériel et le nettoyer...
- LES SERVICES « ACCUEIL CHEVAL »**
Le cavalier faisant halte dans les structures équestres qualifiées sera certain de trouver sur place : un point d'attache à l'arrivée, un point d'eau, des paddocks clôturés, un local pour entreposer le matériel, du foin de qualité...
- LA QUALITÉ « ACCUEIL VÉLO »**
Accueil Vélo est une marque nationale qui garantit un accueil et des services de qualité le long des itinéraires cyclables pour les cyclistes en itinérance.
• Accueil Vélo, c'est la garantie pour le cycliste de :
• Être à moins de 5 km d'une piste cyclable
• Disposer d'un équipement adapté pour les cyclistes :abri vélo sécurisé, kit de réparation.
• Bénéficier d'un accueil chaleureux (informations et conseils utiles itinéraires, météo, etc...)
• Disposer de services adaptés aux cyclistes : transfert des bagages, lavage et séchage du linge, location de vélos, lavage des vélos...

>> EN SAVOIR + : www.tourisme-lot.com
Rubrique Hébergements thématiques

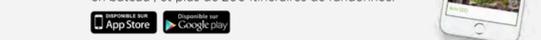


« **QUALI RANDO** » LE MEILLEUR DE LA RANDONNÉE DANS LE LOT !
En « mode » petite randonnée ou en itinérance les circuits de randonnées proposés dans nos guides sont certifiés QualiRando Lot. Ce label garantit que nous avons apporté le plus grand soin à la sélection des itinéraires, qu'ils soient à faire à pied, à vélo ou à cheval. Pour votre plaisir, nous avons à cœur de contrôler régulièrement le balisage et l'entretien de nos chemins afin de vous proposer le meilleur de la randonnée dans le Lot !



TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION CIRCUITS LOT & DORDOGNE

Le Lot sur votre téléphone mobile : 40 circuits de découverte à parcourir en voiture, à pied, à vélo et même en bateau ; et plus de 200 itinéraires de randonnée.

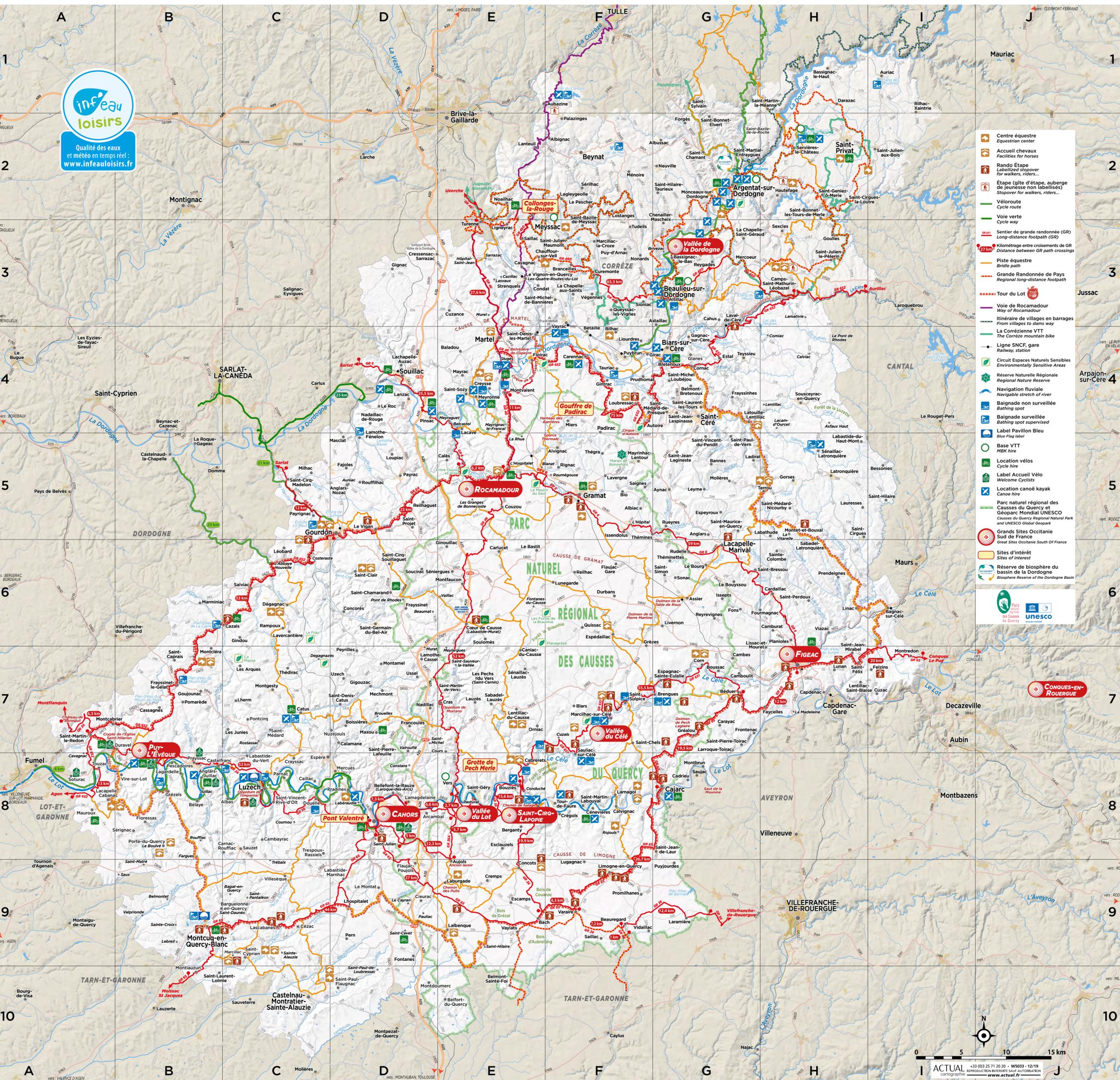


ACTIVEZ VOS ÉMOTIONS

Le Lot puise son caractère dans ses causses entaillés par les vallées du Lot, de la Dordogne et du Célé. Il est jalonné de grands sites et de beaux villages comme Rocamadour, Cahors, Figeac et Saint-Cirq-Lapopie...

Côteyez des paysages à couper le souffle en pratiquant votre activité préférée.

Randonner sur les causses, se balader à vélo dans le vignoble, descendre le Lot en bateau ou pratiquer le canoë sur la Dordogne, le Lot est une incomparable destination de pleine nature.



- Centre équestre
Equestrian center
- Accueil chevaux
Facilities for horses
- Rando Etape
Labelized stopover for walkers, riders...
- Etape (gîte d'étape, auberge de jeunesse non labellisés)
Stopover for walkers, riders...
- Véloroute
Cycle route
- Voie verte
Cycle way
- Sentier de grande randonnée (GR)
Long-distance footpath (GR)
- Kilométrage entre croisements de GR
Distance between GR path crossings
- Piste équestre
Bridle path
- Grande Randonnée de Pays
Regional long-distance footpath
- Tour de Lot
- Voie de Rocamadour
Way of Rocamadour
- Itinéraire de villages en barrages
From villages to dams way
- La Corrèzienne VTT
The Corrèzienne mountain bike
- Ligne SNCF, gare
Railway, station
- Circuit Espaces Naturels Sensibles
Environmentally Sensitive Areas
- Réserve Naturelle Régionale
Regional Nature Reserve
- Navigation fluviale
Navigable stretch of river
- Baignade non surveillée
Bathing spot
- Baignade surveillée
Bathing spot supervised
- Label Pavillon Bleu
Blue Flag label
- Base VTT
MBK hire
- Location vélos
Cycle hire
- Label Accueil Vélo
Welcome Cyclists
- Location canoë kayak
Canoe hire
- Parc naturel régional des Causses du Quercy et Géoparc Mondial UNESCO
Causses du Quercy Regional Natural Park and UNESCO Global Geopark
- Grands Sites Occidentaux Sud de France
Great Sites Occitanie South Of France
- Sites d'intérêt
Sites of interest
- Réserve de biosphère du bassin de la Dordogne
Biosphere Reserve of the Dordogne Basin

