

# VTT N°38 - La Vallée du Cernon

Aveyron



Le village de La Bastide - Pradines (Greg Alric - OT Larzac et Vallées)



Régail en perspective pour les spécialistes des terrains accidentés avec cette boucle de courte distance, mais hautement technique, sur les deux rives du Cernon. A réserver aux plus chevronnés!

Le village de Lapanouse et le nid d'aigle de La Bastide-Pradines sont les deux pôles de ce circuit qui enjambe le Cernon par des pistes et monotraces escarpés. Après une entrée en matière facile, une descente difficile vous emmène dans la vallée. La traversée de la forêt domaniale du Guiral alterne roulage et portage. Une partie de plaisir pour les experts!

## Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 1 h 30

Longueur : 12.1 km

Dénivelé positif : 444 m

Difficulté : Rouge (difficile)

Type : Boucle

Thèmes : Histoire et patrimoine, Point de vue

# Itinéraire

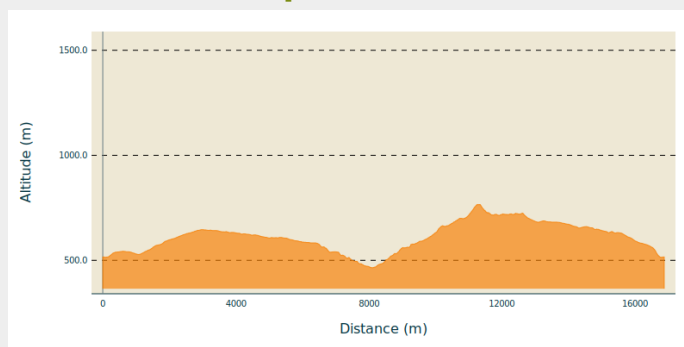
**Départ** : Lapanouse de Cernon

**Arrivée** : Lapanouse de Cernon

**Balisage** : VTT Parc

**Communes** : 1. Lapanouse-de-Cernon  
2. La Bastide-Pradines

## Profil altimétrique



Altitude min 474 m Altitude max 767 m

A partir de mai 2025, le site VTT-FFC n°269 Larzac et Vallées intègre le site VTT-FFC n°321 Grands Causses VTT.

**Le circuit VTT N°3 La vallée du Cernon devient le circuit VTT N°38 La Vallée du Cernon du site VTT Grands Causses VTT.**

Depuis le parking, rejoindre la D77 et la traverser pour accéder au village.

1. Depuis le village, prendre la route de la Baume puis à gauche celle en direction de Saint-Martin.
2. Après la ferme suivre la piste à gauche en direction de la Bastide.
3. Une fois dans le village prendre la ruelle sur la gauche puis le monotrace pour rejoindre la D560 et l'emprunter à gauche. Après le virage en épingle, tourner à gauche pour rejoindre la D77. La suivre à droite, puis prendre à gauche la direction de la gare pour traverser le Cernon.
4. Dans la cote, prendre le chemin sur votre gauche, traverser la voie ferrée pour rejoindre 70m plus loin le PR (sentier pédestre). Après 1,3km d'ascension technique prendre le monotrace à gauche. (Détour possible par la droite pour voir la grotte des résistants : Baoumasse 100m au-dessus).
5. Redescendre dans la vallée en direction de Lapanouse.

# Sur votre route...



# Toutes les informations pratiques

## UNESCO Causses et Cévennes

Le Parc national est un territoire naturel, ouvert à tous, mais soumis à une réglementation qu'il est utile de connaître pour préparer son séjour.

## Comment venir ?

### Transports

Se déplacer [en bus ou en train](#), en covoiturage [Aires de covoiturage](#) , en autostop [Rezopouce](#)

### Accès routier

A 25km au sud de Millau, par la D809 ou par l'A75, sortie n°47- La Cavalerie, puis la D999 direction St-Affrique et la D562E.

### Parking conseillé

Parking de la Jasse

## Source



C.C. Larzac et Vallées - Site VTT-FFC N°269



Site VTT cofinancé par l'Union Européenne.

PROJET FINANCÉ DANS LE CADRE DU PÔLE DE PLEINE NATURE "GRANDS CAUSSES - LÈVEZOU"