

Traverse

PÉDALER LA FRANCE ET AU-DELÀ

N°3

132 PAGES
→ JUILLET / AOÛT / SEPTEMBRE 2025

UN NOUVEAU SÉRIE DE
200
NUMÉROS

→ 1 000 KM D'ITINÉRAIRES
À TÉLÉCHARGER

**BIEN
CHARGER
SON VÉLO**

**ROUBAIX -
LA HAYE
AVEC UN BÉBÉ**

**TEST VÉLOROUTE :
LA MEUSE À VÉLO,
DE GIVET À VERDUN**

**WEEK-END :
48 HEURES
À ANVERS**

VAGABONDAGE EN CREUSE

BD : PARIS-LYON, SORTIS DES RAILS

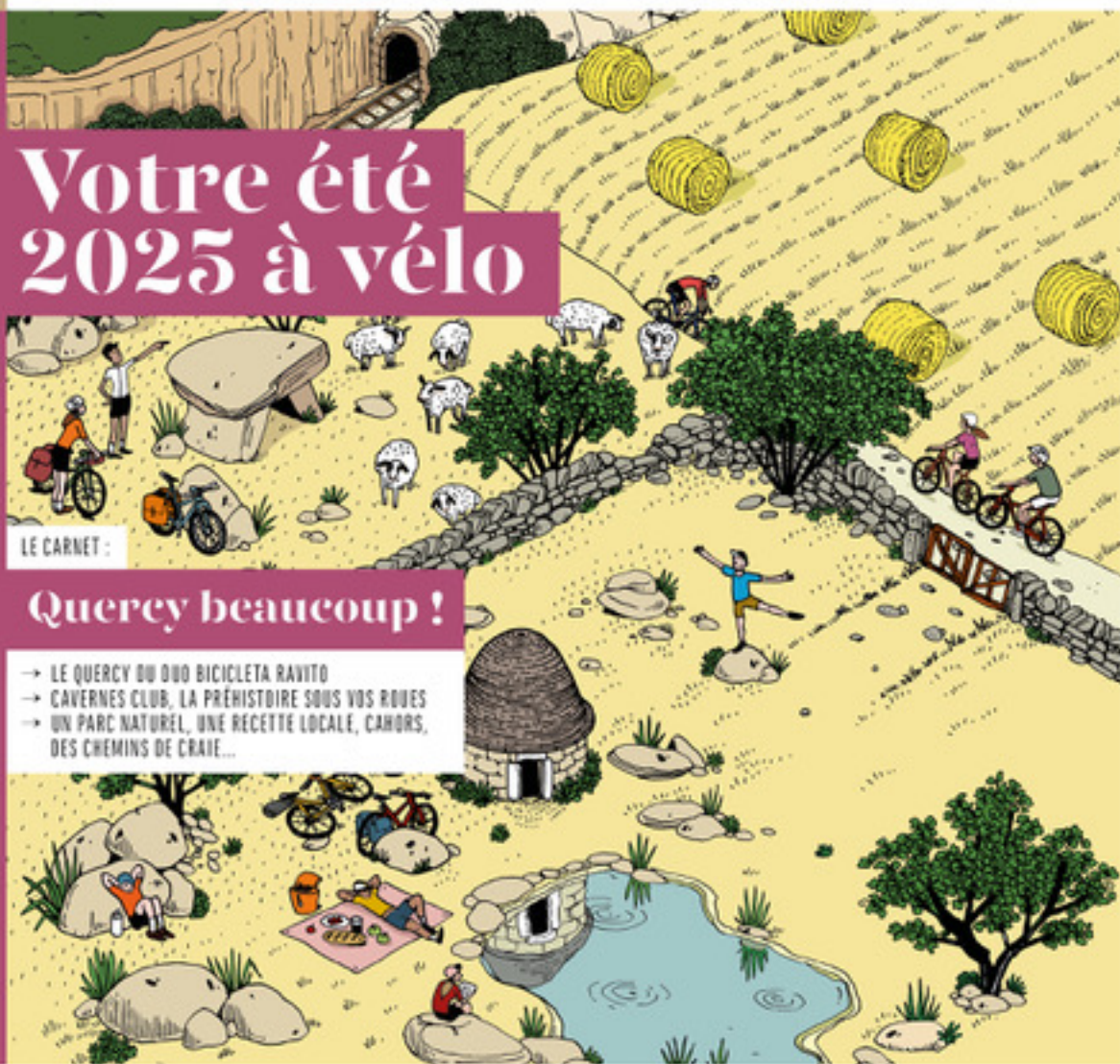
LES ACTUS, LIRE ET S'ÉQUIPER

Votre été 2025 à vélo

LE CARNET :

Quercy beaucoup !

- LE QUERCY DU DUO BICICLETA RAVITO
- CAVERNES CLUB, LA PRÉHISTOIRE SOUS VOS ROUES
- UN PARC NATUREL, UNE RECETTE LOCALE, CAHORS, DES CHEMINS DE CRAIE...





Jonction
Le pont de Bouziès se trouve à la confluence du Lot et du Cèze.

Oseraie-vous ?
La tiny house de L'Oseraie du Quercy, à Calvignac.



Je continue mon exploration à pied. Les points de vue sont vertigineux, sur le Lot autant que sur le village lui-même. Un bel endroit de carte postale — presque trop, même — tout en étages et recoins. On admire Saint-Cirq, mais on ne le découvre plus. André Breton a eu plus de chance que nous. Aux mélancoliques, il reste le choix de venir hors saison. La descente est rapide puis, juste avant un pont, un virage à 90 degrés me maintient sur la rive sud du Lot en direction de Crégols. La route s'ensauvageonne. Elle est bordée de petits murets verts de mousse. Ils serpentent et me guident en épousant le rivage. Plus loin, le sous-sol de la falaise de Cènevères me cache son château. Je le découvrirai bien mieux quelques minutes plus tard depuis la fenêtre de ma chambre de L'Oseraie du Quercy.

JOUR 5 Calvignac - Capdenac
39 km et 180 m D+

Calvignac • Cajarc • Capdenac

Une rive ou l'autre ? Il faut choisir. Au petit matin brumeux, je commence par traverser le Lot par le pont m'amenant sur la route de Seuzac. Je laisse la voie vélo derrière moi. Mais à cette heure, la circulation est calme. Et puis la route est plus belle à l'aval de la falaise. Depuis toujours, l'eau ici érode et ronge le calcaire, avec une patience infinie. Elle a creusé ces entailles dans la roche calcaire qu'on appelle des karsts, ces falaises typiques du Quercy. Les karsts auront ponctué mon itinéraire. Des parois blanches comme des pages vierges. Je récupérerai La Vallée du Lot à vélo 8 km plus loin pour entrer dans Cajarc. Les clients des cafés prennent un petit déjeuner tardif, et lisent le journal en terrasse. À Larroque-Toirac, je prends la décision de poursuivre sur la V86. Je dois prendre le train de midi qui m'amènera à Toulouse. En rejoignant Capdenac plutôt que Figeac, je gagne un arrêt, m'économise quelques kilomètres et surtout le dénivelé nécessaire à m'extraire de la vallée du Lot.

Après de nombreuses fouilles archéologiques en 1816, les frères Champollion concluent que Capdenac serait Uxellodunum, célèbre oppidum gaulois décrit comme le lieu de la dernière bataille des Gaulois par Jules César. Un consensus plus récent le situe plutôt à Vayrac, au nord du Quercy. En revanche, ce qui ne fait pas débat est que Capdenac fut une cité des Cadurques, tribu gauloise établie tout le long de la vallée du Lot et dont Cahors était la capitale — et qui a donné son nom à la province. Mon train m'attend en gare. Promis, on y augmentera le nombre de places pour vélos en haute saison. J'en ai terminé avec le Quercy, dont le PNR est à la fois l'identité, la colonne vertébrale crayonnée et le poumon vert. Maintenant, je prends la direction du Tarn-et-Garonne et du Quercy Vert. Car oui, ils sont plusieurs ! C'est que le Quercy a épousé le tourisme, et qu'ensemble, ils ont fait des petits. L'exploration continue. ■



À VOUS

Y aller, y rouler

- Vous pouvez entamer cet itinéraire au départ de Figeac, sur la ligne Aurillac/Toulouse, ou de Souillac (et de la Bicicleta Ravito) sur la ligne Paris/Toulouse.
- Les voies vélos balisées empruntent toutes des routes ouvertes. Il existe très peu de pistes cyclables en site propre, même si le projet de basculer la V86 sur une ancienne voie ferrée est en cours. Quelques lieux emblématiques gagneraient à s'équiper au minimum d'arceaux : on peine à sécuriser sa monture au gouffre de Padirac, dans le centre de Rocamadour ou à Saint-Cirq-Lapopie.
- Nous avons choisi de ne pas inclure le sud du PNR, pour mieux visiter les magnifiques gorges du Cèze, de la Dordogne et du Lot. Mais l'itinéraire complémentaire de Figeac à Caussade est tout aussi beau.

Se loger

La Bicicleta Ravito
« The place to be » pour les cyclistes de passage. Céline et Romuald ont imaginé un endroit parfait, à mi-chemin entre la table d'hôtes, l'hôtel, l'auberge de jeunesse, le tout à la sauce cyclo, déco comprise. Lire en pages 8 à 17.
[25, avenue de Sarlat, 46200 Souillac](#) • [labicicletaravito.com](#) • [06 83 73 12 96](#)

Le Grand Couvent
Étonnant et singulier endroit. À la fois hôtel, restaurant et... couvent. Le rapport qualité/prix est excellent, l'accueil agréable, et sensible aux cyclistes de passage. Une belle expérience.
[33, avenue Louis Mazet, 46500 Gramat](#) • [grandcouventgramat.fr](#) • [05 65 38 73 29](#)

Domaine de Bel Air
Sébastien vous accueille avec un humour et une chaleur qui vous font vous sentir « comme à la maison » dès que vous avez passé la porte. La déco de chaque chambre est dédiée à une personnalité locale — pour nous, Françoise Sagan. Les tables du soir et du matin sont pléthoriques, locales, et délicieuses.
[451, route de Bel Air, 46500 Le Bastit](#) • [domaine-belair.com](#) • [05 65 38 77 54](#)

L'Oseraie du Quercy
Isabelle cultive et travaille l'osier. Elle anime des stages et propose aussi deux chambres et une tiny house. Elle est également cycliste et voyageuse. N'hésitez pas à lui demander quelques recommandations sur les magnifiques environs de Calvignac. Elle connaît toutes les petites routes tranquilles qui les parcourent.
[Le Bourg, 46160 Calvignac](#) • [loseraieduquercy.fr](#) • [06 88 37 14 87](#)

Y manger

Auberge de la Fontaine
À la fois bar, restaurant et appart'hôtel, L'Auberge de la Fontaine est une adresse idéalement placée au cœur d'Autoire. Le restaurant sert de jolis menus de cuisine locale le midi mais a aussi de quoi nourrir des cyclistes en décalage horaire avec gaufres, glaces ou sandwiches toute la journée. La terrasse face à la fontaine est un bonheur.
[2, place de la Fontaine, 46400 Autoire](#) • [auberge-de-la-fontaine.com](#) • [05 65 10 85 40](#)

Les Deux Vallées
Cette ancienne gare — qui fait face aux falaises et se trouve à deux pas du chemin de halage — avait tout pour devenir un magnifique endroit où se poser et manger un bout. C'est chose faite : Les Deux Vallées offre des plats traditionnels et quelques belles créations à déguster sur le quai de l'ancienne gare, devenu terrasse.
[Gare de Conduché, 46330 Bouziès](#) • [05 65 24 58 92](#)