



www.montagnesducaroux.com

Pour vous renseigner :
 Office de Tourisme du Minervois au Caroux :
 secteur Caroux 04 67 23 02 21
 Office de Tourisme Grand Orb :
 secteur Bédarioux 04 67 95 08 79
 secteur Lamalou :
 04 67 95 70 91

Un problème sur votre parcours ?
 Signalez-le à l'Office de Tourisme le plus proche, ou en vous connectant sur www.sentinelles.sportsdenature.fr

Urgence secours 112

Pass Sport Haute FFC ou au Pass Cyclisme.

- Soyez bien assuré, pensez au respectueux de l'environnement.
- Informez-vous des périodes de chasse sur FDC34.com.
- Respectez les propriétés privées et les zones de cultures.
- Le port du casque est recommandé.
- Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage.
- et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation.
- Contrôlez l'état de votre VTT.
- Soyez prudent et courtois lors de dépassements ou croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire.
- Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse.
- Empêchez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires.
- Le Vêlo tout Terrain en toute liberté ! Mais...

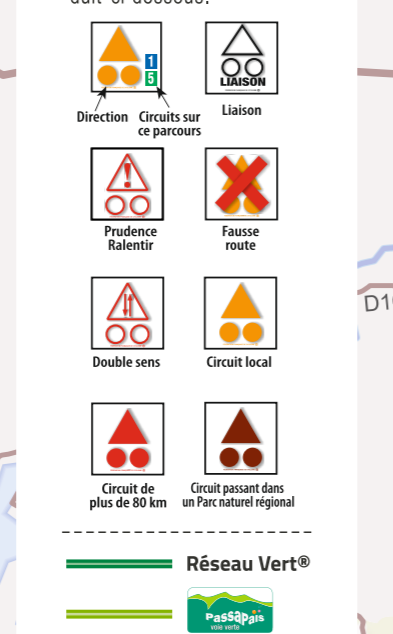
LE CODE DE BONNE CONDUITE



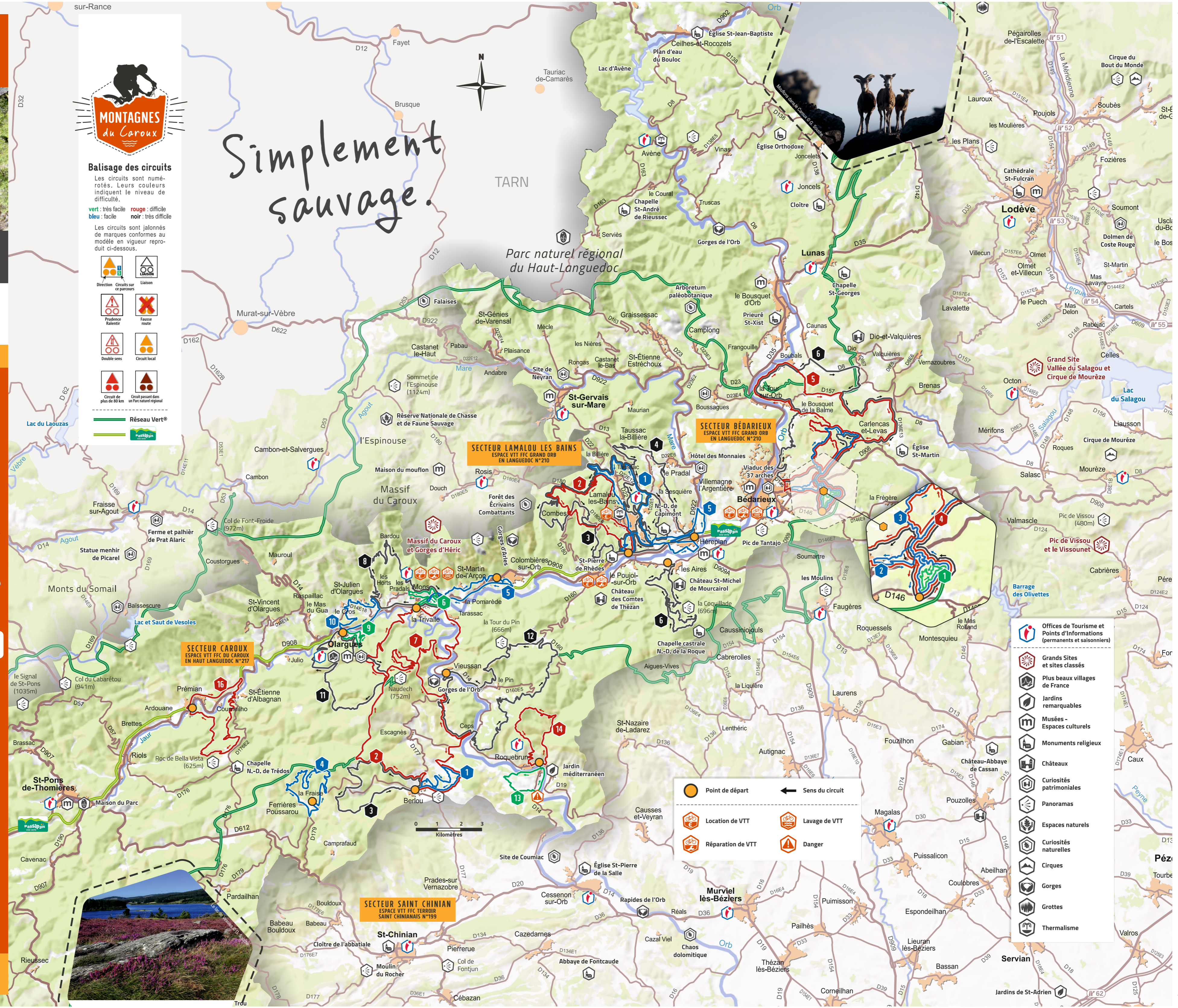
Balises des circuits
 Les circuits sont numérotés. Leurs couleurs indiquent le niveau de difficulté.

vert : très facile rouge : difficile
 bleu : facile noir : très difficile

Les circuits sont jalonnés de marques conformes au modèle en vigueur reproduit ci-dessous.



Simplement sauvage.



- Offices de Tourisme et Points d'informations (permanents et saisonniers)
- Grands Sites et sites classés
- Plus beaux villages de France
- Jardins remarquables
- Musées - Espaces culturels
- Monuments religieux
- Châteaux
- Curiosités patrimoniales
- Panoramas
- Espaces naturels
- Curiosités naturelles
- Cirques
- Gorges
- Grottes
- Thermalisme

Point de départ **Sens du circuit**

Location de VTT **Lavage de VTT**

Réparation de VTT **Danger**



