

# Entraygues-sur-Truyère / Espalion

## La vallée du Lot à vélo



**Départ**  
Entraygues-sur-Truyère

**Arrivée**  
Espalion

**Durée**  
2 h 31 min

**Distance**  
37,96 Km

**Niveau**  
J'ai l'habitude

**Thématique**  
Au fil de l'eau

Le Lot trouve ici son chemin à travers les roches des derniers contreforts du massif central et des Monts d'Aubrac au fond d'une vallée flanquée d'abruptes falaises. On file d'abord en longs lacets sur la route escarpée qui grimpe à Golinac avant de redescendre par le chemin de Saint-Jacques (GR 65) vers le Lot pour Estaing et Espalion. Un parcours de toute beauté mais réservé aux gros mollets. Possibilité depuis Grand-Vabre de circuler par la voie de Conques, plus facile, qui mène également à Espalion. Le détour par Estaing depuis Espalion est fortement conseillé.

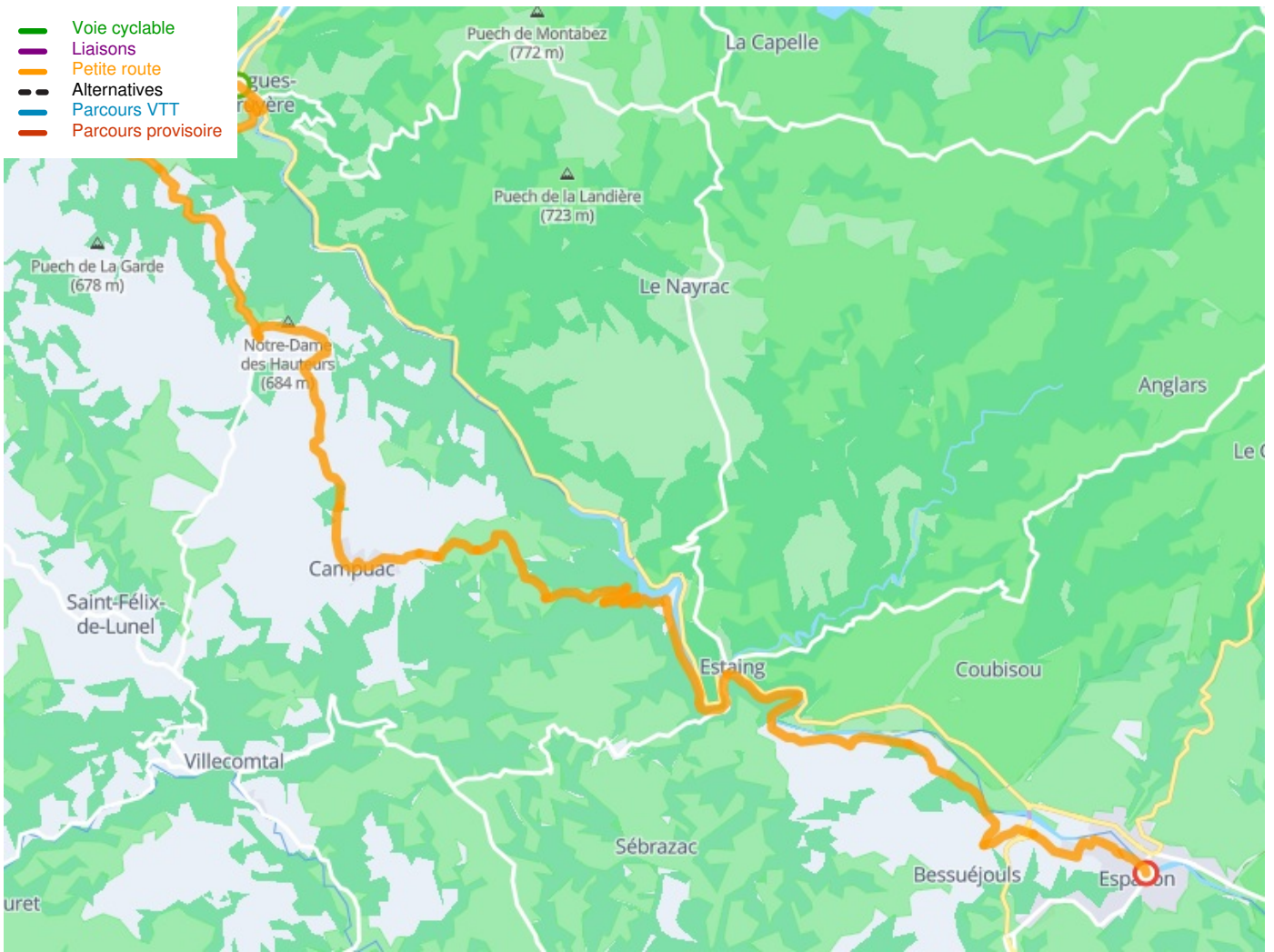
## L'itinéraire de Entraygues-sur-Truyère à Espalion

Fléchage La vallée du Lot à vélo (V 86).

D'Entraygues à Estaing : du centre vers D 904, D 519 et routes communales au trafic modéré mais sinueuses avec sections à forte pente. Montée continue d'environ 10 km depuis Entraygues. Section commune avec le GR 65 (chemin de Saint Jacques de Compostelle) sur 7 km en aval d'Estaing avec passage sur chemin roulant le long du Rau de Luzane. Quelques passages avec pentes > 8 %

D'Estaing à Espalion : D 200 et D 556 en rive gauche du Lot avec trafic modéré sur route avec dénivelé de faible à intermédiaire.

- Voie cyclable
- Liaisons
- Petite route
- Alternatives
- Parcours VTT
- Parcours provisoire



**Départ**  
Entraygues-sur-Truyère



**Arrivée**  
Espalion

