LES CIRCUITS
Massif de la Clape

1 LA ROUTE DES SALINS

16,1 Km +72,5 m FACILE

Sans grosse difficulté, ce circuit vous permettra de découvrir toute la diversité des paysages de la région. Une balade à travers la garrigue, les étangs et la plage des Salins. À pratiquer en groupe ou en famille, pour le plaisir de rouler.

2 L'ÎLE SAINT-MARTIN

10,7 Km +170,1 m MOYEN

Un sentier adressé aux amateurs de belles balades. Plutôt facile, il est un bon compromis entre promenade, découverte et randonnée sportive. À ne pas manquer !

3 LES CAUNES

12,5 Km +145 m MOYEN

Ce petit sentier sportif conviendra aux amateurs de VTT. Alliant single (petit sentier) et brusques descentes à travers les arbres, il permet de tester son niveau en VTT.

4 TINTAINE

16,1 Km +152 m MOYEN

Ce circuit diversifié associe routes, petits sentiers techniques, chemins roulants et raidillons. Il conviendra aussi bien aux personnes voulant se familiariser avec leur VTT qu'aux sportifs. Vous terminerez votre parcours sur la plage de Mateille, qui vous offrira un panorama unique sur la Clape et la mer Méditerranée.

5 LES GARRIGUES

22,9 Km +348,6 m DIFFICILE

Avec ce sentier vous commencez à entrer dans le vif du sujet. En effet, il permettra aux vététistes de se confronter au massif de la Clape. C'est un bon compromis de chemins roulants et nerveux, de grimpettes, de descentes rapides et de routes pour récupérer. Un régal !

6 LA MONTÉE DES PLATEAUX

31,5 Km +610,1 m TRÈS DIFFICILE

Le circuit le plus long de la Clape. Il offre de superbes panoramas qu'il faudra malgré tout mériter. En effet, vous gravirez quelques plateaux (parfois même un porté de vélo), où la vue vous fera oublier toutes les épreuves endurées. En bref, un parcours qui s'adresse aux vététistes expérimentés.

Tous les circuits sur Komoot →

L'été, le massif de la Clape est fermé pour la défense incendie.
L'office de tourisme vous renseignera le jour de votre balade.
Soyez vigilant à l'affichage à l'entrée du massif.
Restez connecté via l'application WhatsApp.

INFORMATIONS pratiques

Club local

→ MJC GRUISSAN VTT – AFFILIÉ FFC
MJC - Montée du Pech
Tél. : +33 4 68 49 61 87
www.mjc-gruissan.com - mjc.gruissan@free.fr

Accueil

→ OFFICE DE TOURISME DE GRUISSAN
80, Boulevard Pech Maynaud, BP 49 - 11430 Gruissan
Tél. : +33 4 68 49 09 00
office.tourisme@gruissan-mediterranee.com
www.gruissan-mediterranee.com

→ CAPITAINERIE DE GRUISSAN
Place Raymond GLEIZE , BP 49 - 11430 Gruissan
Tél. : +33 4 68 75 21 60
accueil.capitainerie@gruissan-mediterranee.com

Locations Vtt

→ CYCLE AVENTURE – PORT – RIVE GAUCHE
118, rue du Loch
Tél. : +33 7 82 30 05 33
cycleaventuregruissan11@gmail.com
www.cycleaventuregruis.wix.com/cycle-aventure

→ LES VÉLOS DE MAXIME – AYGUADES
Avenue de la Jonque
Tél. : +33 6 10 77 83 40

→ SANTA CRUISE – PLAGE DES CHALETS
133 All. des Flamants Roses
Tél. : +33 6 80 44 13 86
77santacruise@gmail.com
www.santacruise.fr

→ VACANCES CONFORT – PORT – RIVE GAUCHE
Place du Cadran Solaire
Tél. : +33 4 68 49 13 35
vacances.confort@gmail.com
www.vacancesconfort.wixsite.com/vacancesconfort

Sorties accompagnées

→ LANGUEDOC VTT ÉVASION
Hugo BLANQUIER - Moniteur VTT
Tél. : +33 6 74 89 75 98
languedocvttevasion@gmail.com
languedoc-vtt-evasion.com

→ NOOS AVENTURES (GUIDE NATURE)
Tél. : +33 6 37 05 55 57
noosaventures@gmail.com
www.noosaventures.fr

LA ROUTE DES SALINS • L'ÎLE SAINT MARTIN
LES CAUNES • TINTAINE • LES GARRIGUES
LA MONTÉE DES PLATEAUX

110KM DE CIRCUIT

VTT Gruissan

OCCITANIE – PYRÉNÉES–MÉDITERRANÉE
MASSIF DE LA CLAPE DE GRUISSAN

Office de Tourisme, classé Catégorie I
80, Boulevard Pech Maynaud, BP 49 - 11430 GRUISSAN
Tél. : +33 4 68 49 09 00
E-mail : office.tourisme@gruissan-mediterranee.com
Ouvert toute l'année - Open all year long - Ganzes Jahr geöffnet
www.gruissan-mediterranee.com

GRUISSAN
L'ESPRIT MÉDITERRANÉE

#MyGruissan
@GruissanTourisme

Imprimerie : De Bourg - Conception et création : Agiteo - Crédits photos : Gruissan Tourisme, P. LACOMBE, J. MALISSARD, R. PERNEY
IMPRIM'VERT

ESPACE VTT-FFC

Gruissan

Direction Narbonne
Cruque
Bergerie Ruinée
Vierge de Cruque
Tour
Pech Redon
Coffre de Pech Redon
214 m
Rouquette Haute Ruines
Plan de Cabrerisse
Garrigue de Ricardelle
Portage conseillé
204 m
Garrigue de Rouquette
Les Monges
Massif de la Clape
189 m
Vigie
Petite Rouquette
Garrigue de Figuières
107 m
Pech Rouge
INRAE Pech Rouge
St Obre
Chapelle des Auzils
Plan Vigné
172 m
Le Rec d'argent
Direction Narbonne Plage
Ayguades
Pont Des pâtres
Trou de la Crouzade
Tintaine
Capitoul
Les Inférêts
D 332
Piste Cyclable
Bertheliés
Combe des Porcs
Le Bouis
Capoulade
Le Millas
Etang de Mateille
Parc d'attraction
Espace Balnéo
Canal de la Réunion
Canal de Ste-Marie
Etang de Gruissan
Départ VTT
1 2 3
4 5 6
Pech Maynaud
Mateille
St-Louis
Pont de Mandirac
Parking du Moulin
Capitainerie
Etang du Grazel
Tour Barberousse
Le Pech des Moulins
Combe Espesse
Gendarmerie Maritime
MER MEDITERRANEE
Les Chalets
Combe Pierrasse
La Fontaine
l'île St-Martin
Gruissan Plage
Etang de Campignol
Crête de Penelle
Les Salins
Etang du Grazel
N
500 m
Combe de l'Abeille
Portage conseillé
Grotte du Chinois
l'Évêque
Les Goules
le Gassot
Cabanes de l'Ayrolle
Ancien Grau du Gazel
Pointe de la Grève
Etang de l'Ayrolle

BALISAGE des circuits

Les différents circuits sont repérés par des numéros. Ils sont classés en fonction de leur difficulté par la couleur des numéros.

Direction
Circuit sur ce parcours
Liaison
Prudence Ralentir
Fausse Route

FACILE
MOYEN
DIFFICILE
TRÈS DIFFICILE

LÉGENDE : Vélo location · Station recharge vélo électrique · Borne de réparation · WC