

PROGRAMME MAI-SEPTEMBRE 2017

SORTIES NATURE ET SPORT

**L'HÉRAULT EST À VOUS,
PROFITEZ-EN !**

PARC DÉPARTEMENTAL DE BESSILLES

DES LOISIRS DE PLEINE NATURE AUTOUR DU VÉLO ET DE L'ÉCOLOGIE

À la croisée des chemins entre Béziers, Sète et Montpellier, le Parc départemental de Bessilles est un domaine dédié aux loisirs de pleine nature, ouvert à tous.


Géré écologiquement, c'est un lieu privilégié d'activités nature et cyclisme. Plus de 500 kilomètres de chemins et sentiers balisés se déploient au départ de Bessilles. Point d'accueil de l'espace VTT-FFC Hérault Canal du midi Méditerranée, ce parc est d'ailleurs une des étapes de la Traversée Larzac-Méditerranée, reliant Le Caylar et Agde, débouchant au sud vers les pistes cyclables du littoral.

Dans ce parc aux infrastructures sportives et de loisirs nombreuses, le Département organise des activités variées : découverte nature, randonnée sportive, jeux de piste, sorties ludiques, ateliers vélo...




Bessilles à Vélo

 *Très facile : public familial à partir de 7 ans*

 *Facile : découverte, initiation.
Route et chemin de campagne*

 *Difficile : réservé aux sportifs.
Sentiers caillouteux*

 *Très difficile : pratiquants confirmés.
Sentiers ou chemins techniques*

Inscription obligatoire : Parc départemental de Bessilles
34530 Montagnac - 04 67 24 07 26 / bessilles@herault.fr
Vélo non fourni, location possible



FÊTE DU VÉLO À BESSILLES 3 ET 4 JUIN

Bessilles participe à la Fête nationale du vélo et vous propose un week-end plein de surprises : animations, sorties, ateliers, stands, jeux... Pour retrouver le goût et la pratique du vélo, s'essayer à de nouvelles techniques, découvrir le parc et ses nombreux aménagements ainsi que les pistes et balades alentour. Alors... tous en selle à Bessilles !
En partenariat avec : le Vieux Biclou, clubs vélo de VIAS et d'AUMES, MCF, Roule nature

RANDO SPORTIVE VTT > Samedi 3 juin, 9h

Le club VTT d'Aumes vous emmène dans une randonnée de 25 à 30 km ouverte aux pilotes confirmés. Au programme : single, franchissement, dévers, butte, virage en épingle et autres fondamentaux. Pour vététiste confirmé ; possibilité de rouler avec des VTT-V.A.E **Niveau** ■ ■ - VTT - 35 Km +/- - dénivelé +/- 280 mètres
A partir de 16 ans

RANDO VTT-VTC

> Samedi 3 juin, 9h30-12h

Randonnée proposée par le club VTT-VTC de Vias, jusqu'au au bourg médiéval de St-Pons-de-Mauchiens avec halte en haut du village pour admirer les paysages avant de repartir par le chemin du Joncastre.

A partir de 16 ans accompagné d'un adulte

Niveau ■ ■ - VTT-VTC - 23 Km - dénivelé 210 mètres

INITIATION AU FAUTEUIL TOUT TERRAIN (FTT)

> Samedi 3 et dimanche 4 juin, à partir de 13h

Initiation au véhicule électrique pour personne en situation de handicap (qui a une 3^e roue pour passer en mode « tout-terrain »). Découverte du Parc de Bessilles et parcours sur les circuits vélo de l'espace VTT-FFC Hérault Canal du midi méditerranée.

En partenariat avec l'association Roule Nature.

A partir de 14 ans

Niveau ■ ■ ■ - FTT - de 300m à 10 km

DE LA CUEILLETTE À LA TASSE

› **Dimanche 4 juin, 10h-12h et 14h-16h**

Avec son food-bike, Elora, animatrice loisir pleine nature, vous amène à vélo dans le parc à la recherche de plantes pour élaborer vos propres tisanes.

Public familial - A partir de 7 ans

Niveau ■ +/- 5 km - dénivelé 60 mètres sur le parc de Bessilles et ses environs.

Prêt de vélo gratuit

RALLYE-QUIZ À VÉLO

› **Samedi 3 et dimanche 4 juin, 10h30 et 14h30**

Avec une carte, partez à la découverte du parc: écoutez, regardez, sentez pour répondre aux énigmes du Quiz pour trouver tous les codes et ouvrir la malle aux trésors.

Niveau ■ - Départ libre - uniquement dans le parc de Bessilles - A partir de 5 ans

MANIABILITÉ VTT - NIVEAU 2

› **Samedi 3 14h-16h et dimanche 4 juin, 10h-12h et 14h-16h**

Avec Florent, initiation pour enfants aux fondamentaux techniques du VTT : le pédaler-freiner, le virage à grande vitesse, le sur-place ou les franchissements d'obstacles ... Des jeux pour se perfectionner ou acquérir de nouvelles connaissances.

De 8 à 12 ans.

Niveau ■ ■ ■ ■ - VTT - dans le Parc de Bessilles



PARCOURS DE MANIABILITÉ

› **Samedi 3 et dimanche 4 juin, départs 10h30 et 14h**

Carte en main, découvrez un parcours semé d'obstacles : pyramide, forêt de slalom, passerelles, poutre d'équilibre, dôme ... et notez les scores effectués sur chaque module.

De 7 à 12 ans - VTT - ■ ■ ■ ■ - dans le Parc de Bessilles

FLO FAIT SON SHOW TRIAL

› **Samedi 3 et dimanche 4 juin, 12h30 - 13h30**

Déambulation et essai VELO-RIGOLO, démonstration de VTT trial, et initiation pour tous ceux qui le veulent !

Départ de l'accueil de Bessilles, direction aire de pique-nique et grand boulodrome.

Animation pour tous.

