

es  
c



moyen d'accéder  
eau, une piste de  
nge les gorges  
et donne accès  
mités d'eau  
e sculptées dans  
f du Caroux.  
e Montpellier. A 75 sor-  
mont-l'Hérault. Suivre  
et Olargues. Parking  
a-Trivalle (3 €).  
7 78 22.

## Montpellier

son

nche 1er juillet,  
on Main verte  
pellier conte une  
autour du lac des  
es, oasis dans  
er Mosson. Une  
e longue d'1 km  
de se glisser  
mbrage des  
le la Mosson.  
Lac des Garrigues, av.  
Montpellier (Mosson).  
ur réservation. Site en  
. ☎ 04 67 20 99 00.

## Montpellier Lez

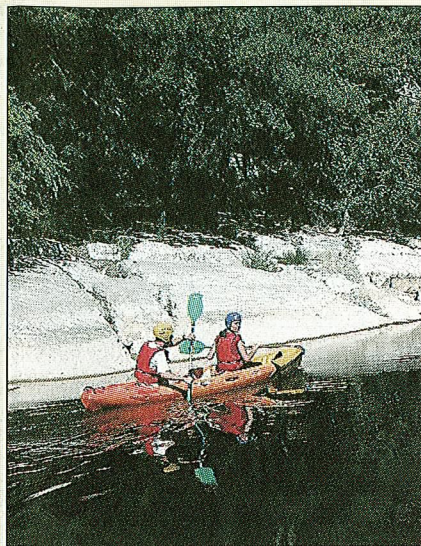
ve sauvage  
pellier, du  
iguelongue,  
ve naturelle du Lez déroule 2 km au fil du plus  
ve de France. La balade est discrètement  
ée entre le parc de Méric, ancienne propriété  
mille du peintre Frédéric Bazille, et l'arboretum  
aine de Lavalette. Le chemin se glisse entre  
es et forêt de rivière en passant devant les  
es et pissières (retenues d'eau). L'évasion  
se limite à la promenade car la baignade et le  
que y sont interdits. À moins de dresser une  
r l'herbe en contrebas du domaine de Méric.  
accès par le parc de Méric, rue de Ferran ou tout en haut de la  
portail vert, Montpellier (Aiguelongue). ☎ 04 67 20 99 00.



## Les gorges en pagayant Sur l'Hérault

Une douzaine de bases de canoë proposent une évasion en douceur

Entre Ganges et Saint-Guilhem-le-Désert, le canoë est le moyen simple pour explorer les gorges de l'Hérault sans se presser. Une douzaine de bases de canoë jalonnent le fleuve, proposant des parcours, de la paire d'heure (en semaine, c'est mieux) au week-end avec bivouac. Un exemple : en 4 à 6 heures de navigation depuis Saint-Bauzille-de-Putois, près de Ganges (17 km, 28 € par personne), l'embarcation voyage entre le pittoresque village de Laroque et le pont roman d'Issensac. Au pied de l'église de Saint-Étienne-d'Issensac, la baignade en eau claire et le pique-nique s'improvisent dans un lieu enchanteur. Autre parcours, autre pont. À deux pas de Saint-Guilhem-le-Désert, le pont du Diable domine l'Hérault à



18 mètres de haut. Après un parcours dans des gorges déchiquetées, le fleuve rafraîchit la plage de galets sur laquelle viennent s'échouer les baigneurs et les pagayeurs.  
Offices du tourisme : Ganges ☎ 04 67 73 44 57 ; Saint-Guilhem-le-Désert ☎ 04 67 57 44 33.

## Catamaran Salagou

Le catamaran de Vent d'aventure transporte jusqu'à six personnes sur le lac du Salagou pour une balade ou une étape sur l'une des criques. Cours 3 heures 28 € ; balade 1 heure 10 €, 3 heures 24 € ; dîner à la voile 50 €. Étape taxi 0,30 € à 0,90 € la minute. Sur réservation. ☎ 06 99 40 34 43.

## Fil de l'eau La Buèges

La Buèges est une coulée de fraîcheur au pied du massif ensoleillé de la Séranne, entre Saint-Jean-de-Buèges et Saint-André-de-Buèges. Le sentier de la source de la Buèges offre 8 km de balade ponctuée de cascades et d'un bain au pont de Vareilles. Départ parking du Méjanel, Pégairolles-de-Buèges. Balisage jaune. Topo-guide gratuit à l'office de tourisme de Saint-Martin-de-Londres. ☎ 04 67 55 09 59.

## La Vis

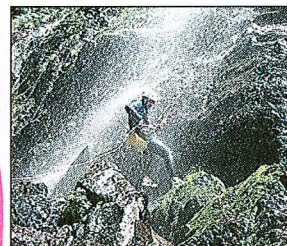
Le nouveau sentier du Serre de Grenouillet, à Gorniers, débute à la maison forestière bercée par le chant de la Vis. Après une solide randonnée de 2 h 30 (balisage jaune dénivelé 500 m), un bain et un pique-nique s'imposent. Départ parking arboretum, après Le Claux en direction Madières, Gorniers (60 km de Montpellier). Office de tourisme de Ganges. Topo-guide L'Hérault à pied. 12,70 €. ☎ 04 67 73 00 56.

## Canyoning Gard-Lozère

A fleur de roc propose du canyoning dans les gorges du Tapoul (Lozère) et les cascades d'Orgon (Gard) ou des randonnées aquatiques (sans descente en rappel) dans les gorges de la Dourbie (Gard). Canyoning 47 € ; randonnée aquatique 42 €. Sur réservation. ☎ 04 67 81 07 88 97.

## Aventure Eau sportive

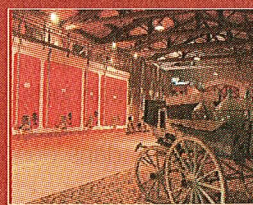
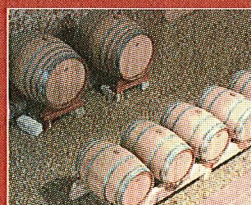
Aupalya, agence de loisirs de pleine nature en Cévennes et gorges de l'Hérault, propose des journées combinant randonnée aquatique et canoë, spéléo et canoë ou via-ferrata et canoë. La nouveauté de l'été, c'est le canoë nocturne, tous les jeudis (29 €). Pack journée 45 €. Sur réservation. ☎ 04 67 200 787.



## Canoë Vidourle

Loin des foules, prenez l'itinéraire bis, au gré du fleuve Vidourle. Canoë nature, à Villetelle, propose une échappée ombragée sur un canoë de 1 à 4 places. Par personne : journée 19 € ; 8 € l'heure, 14 € les 2 heures. Demi-tarif moins de 12 ans. Sur réservation. ☎ 06 23 64 89 37.

## domaine du Mas Rouge Muscats et vins du Languedoc



## VISITE ET DÉGUSTATION GRATUITES

Ouvert du lundi au samedi, de 10 h à 13 h et de 15 h 30 à 19 h 30

30, chemin de la Poule-d'Eau  
VIC-LA-GARDIOLE - 04.67.51.66.85  
Plan d'accès sur <http://www.domainedumasrouge.com>