

VALLÉES
LOT

& DORDOGNE

 OCCITANIE



Ouvrez grands les yeux !

OPEN YOUR EYES !



WWW.TOURISME-LOT.COM



OUVREZ
OPEN
GRANDS
YOUR
LES
EYES
YEUX!





CULTURE & PATRIMOINE



Le Lot puise son caractère dans ses causses entaillés par les vallées du Lot et du Célé et la vallée de la Dordogne. Il est jalonné de grands sites et de beaux villages comme Rocamadour, Cahors, Figeac et Saint-Cirq-Lapopie... L'homme et la nature ont laissé leurs empreintes dans la Grotte du Pech-Merle et le Gouffre de Padirac. En randonnée à pied ou à vélo, le naturel et l'authenticité du Lot se dévoilent pleinement. Terre d'excellents produits du terroir et de gastronomie, le Lot réveille les papilles avec la truffe, le foie gras, l'agneau ou le melon du Quercy, le vin Cahors Malbec.

WELCOME TO THE LOT

The Lot's character is formed by its 'causses' (limestone plateaux) through which the Lot, Dordogne and Célé valleys have carved their way. It is studded with major tourist attractions and beautiful villages such as Rocamadour, Cahors, Figeac and Saint Cirq Lapopie.... Man and Nature have both left their imprint on the Pech Merle cave and Padirac Chasm. When you're rambling or cycling, the unspoiled, authentic nature of the Lot is plain to see. Home to excellent local produce and fine food and wines, the Lot has many treats to offer your taste buds, including truffles, foie gras, lamb and melons from Quercy, and Cahors Malbec Wine.

Photos de couverture : Saint-Cirq-Lapopie
© Lot Tourisme - T. Verneuil
Pont Valentré © Lot Tourisme - T. Verneuil



CAHORS, VALLÉE DU LOT

CAHORS, THE LOT VALLEY

LA MÉDIÉVALE CAHORS

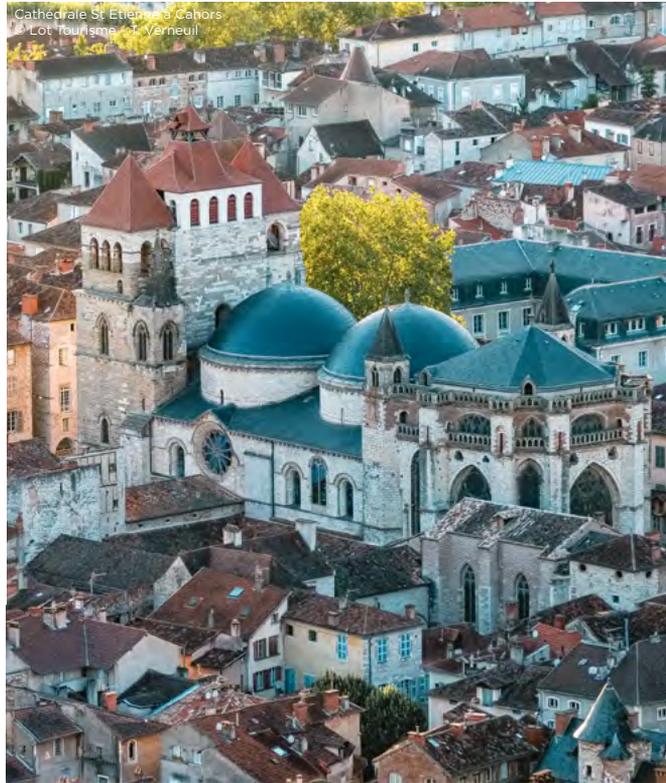
Elle donne son nom à un vignoble de cœur, un vin éclairé et talentueux. La cité des Cadourques a vu naître Clément Marot, prince des poètes, et Gambetta, ardent républicain. Ruelles nonchalantes, tuiles dorées, vénérables platanes le long du boulevard habillent la ville. Sertie dans une boucle du Lot, Cahors réinvente avec nonchalance une dolce vita quercynoise.

THE MEDIEVAL CAHORS

It lends its name to a vineyard full of heart, and its bright, talented wine. The city of the Cadourques saw the birth of Clément Marot, prince amongst poets, and Gambetta, an ardent Republican. Relaxed back streets, golden-brown tiles, venerable plane trees lining the boulevard... Set within a meander of the Lot, Cahors is nonchalantly reinventing the Good Life, Quercy style.



Cathédrale St Etienne à Cahors
Lot tourisme - F. Verneuil





Vue de Cahors depuis le Mont St-Cyr
© Lot Tourisme - T. Verneuil



Pont Valentré à Cahors
© Lot Tourisme - G. Guglio



Cathédrale St Etienne à Cahors
© Lot Tourisme - P. Soissons

UN PONT DE LÉGENDE LE PONT VALENTRE À CAHORS

Inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 1998, ce pont fortifié construit au 14^{ème} siècle est considéré comme l'un des plus beaux ponts médiévaux de France. Du haut de ses trois tours, il raconte son histoire, celle d'un architecte qui pactisa avec le diable...

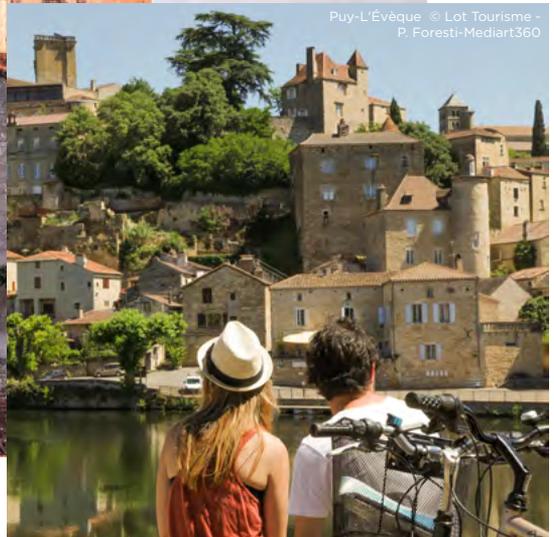
A LEGENDARY BRIDGE THE VALENTRE BRIDGE IN CAHORS

UNESCO World Heritage listed since 1998, this fortified bridge built in the 14th C. is considered as one of the finest mediaeval bridges in France. From the heights of its three towers, it tells its own story ; that of an architect who made a pact with the Devil...





Petit matin à St-Cirq-Lapopie
© Lot Tourisme - T. Verneuil



Puy-L'Évêque © Lot Tourisme -
P. Foresti-Mediat360

LA ROMANTIQUE SAINT-CIRQ LAPOPIE

« Une rose impossible dans la nuit »... Sous la plume d'André Breton, Saint-Cirq-Lapopie reste ce bijou éternel sorti tout droit du Moyen-âge et sur lequel le temps semble glisser... En quête d'inspiration, les artistes ont trouvé là une terre bénie pour laisser libre cours à leur imagination.

THE ROMANTIC SAINT-CIRQ LAPOPIE

« *An impossible rose in the night* » wrote André Breton... *Saint-Cirq Lapopie is still this eternal jewel straight out of the Middle Ages left untouched by time... Here, artists in search of inspiration have found the perfect place in which to give free rein to their imagination.*

PUY L'ÉVÊQUE LA VIGNERONNE

Au cœur du Vignoble de Cahors cette cité médiévale est bâtie sur un promontoire rocheux qui domine la rivière. Formé d'un dédale de ruelles et d'escaliers bordés de belles maisons de pierre, découvrez Puy l'Évêque de la rive gauche du Lot, paysage à couper le souffle !

PUY L'ÉVÊQUE THE LADY OF THE VINEYARDS

Deep in the Cahors AOC Vineyards, this mediaeval town is built on a rocky promontory high above the river. For the best view of its labyrinth of lanes and flights of steps lined with beautiful stone houses, stand opposite on the left bank of the Lot - it's a breathtaking view !

FIGEAC, FIGEAC, VALLEE DU LOT & DU CELÉ THE LOT & CÉLÉ VALLEY

Vue sur les toits de Figeac
© Lot Tourisme - T. Verneuil

LA CITÉ CONNECTÉE FIGEAC

Sous les soleilhos ouverts au ciel, Figeac propose un nouvel art de ville, une lecture sensible où arcades et ogives racontent au fil des rues, l'âge d'or de la Renaissance. Dédiée à Champollion, natif de la cité, la Place des Écritures, le Musée Champollion « Les Écritures du Monde » sont une invitation au voyage.

CITY CONNECTED TO THE PAST AND THE FUTURE FIGEAC

Beneath its « soleilhos » (open-fronted attics) open to the sky, Figeac offers a new kind of town art, a sensitive interpretation in which, as you stroll through the streets, arcades and ogival arches tell the story of the mediaeval « Golden Age ». Dedicated to Champollion, born here, the Place des Écritures, and the Champollion Museum « Les Écritures du Monde » are an invitation to travel afar.



Découverte du vieux Figeac
© Lot Tourisme - T. Verneuil



Musée Champollion
© Lot Tourisme - T. Verneuil



Vallée du Célé
© Lot Tourisme - C. Asquier

Ici, une nature préservée et un patrimoine intact vous attendent. La rivière du Célé joue la capricieuse et enchante les curieux. La surplombant, les falaises ocre livrent au regard des paysages à couper le souffle, rythmés par des villages au bâti de pierre remarquable et le vol majestueux des rapaces du causse.

Sportif ou promeneur, à pied ou en canoë, laissez-vous envoûter par la tranquillité et l'intimité de la Vallée du Célé.

Here, unspoiled Nature and an intact architectural heritage await you. The Célé indulges its own whims in captivating fashion. The ochre-coloured cliffs rising above it frame breathtakingly beautiful landscapes, dotted with villages composed of remarkable stone buildings, with birds of prey flying majestically overhead.

Whether you're a sports enthusiast or a casual walker, on foot or in a canoe, let the intimate peacefulness of the Célé Valley work its magic on you.



Baignade dans le Célé à Cabrerets
© Lot Tourisme - C. Ory

UN FABULEUX BESTIAIRE
**LA GROTTTE DU PECH-MERLE
À CABRERETS**

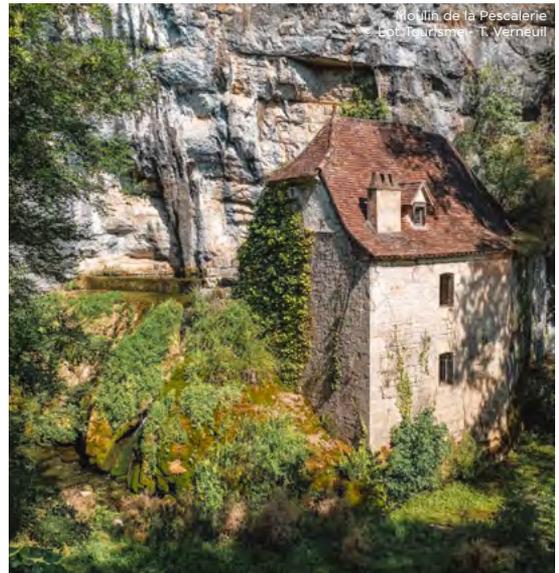
Le Lot a son Lascaux : la Grotte du Pech-Merle. Mais ici, on visite une véritable grotte ornée de peintures préhistoriques exceptionnelles : mammoths, chevaux, femme-bisons... et d'émouvantes empreintes humaines. Découverte par un jeune garçon du pays, la Grotte du Pech-Merle restitue l'art des tout premiers hommes.

A FABULOUS BESTIARY
THE PECH-MERLE CAVE IN CABRERETS

Pech-Merle, where natural beauty is adorned with exceptionally fine prehistoric paintings : mammoths, horses, women-bison... And touching human footprints. Discovered by a young local lad, the Pech-Merle Cave is home to the art made by the first humans.



Grotte du Pech Merle
© Lot Tourisme - D. Viet



Moulin de la Péscairie
© Lot Tourisme - T. Verneuil



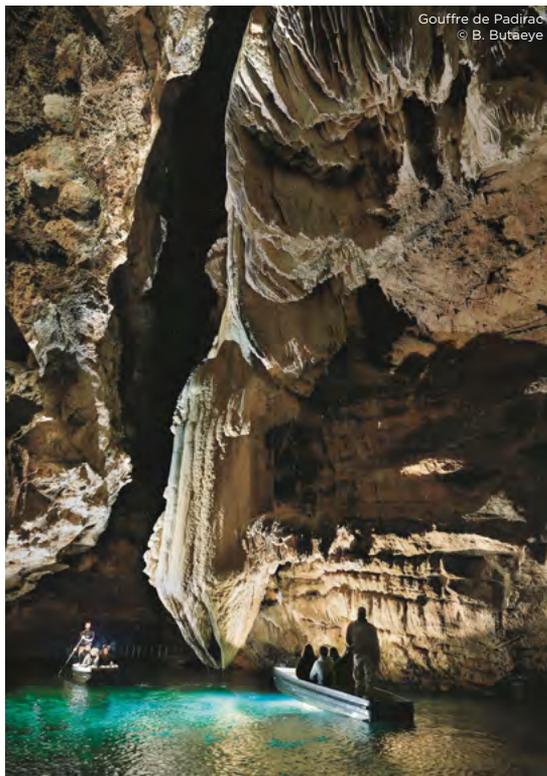
ROCAMADOUR ROCAMADOUR VALLÉE DE LA DORDOGNE THE DORDOGNE VALLEY

LA MAJESTUEUSE LA VALLÉE DE LA DORDOGNE

Bordée de villages apaisés et de somptueuses forteresses, de Carennac à Souillac, la Vallée de la Dordogne est un livre d'histoire à ciel ouvert. Au fil du courant et des anciens débarcadères, l'esprit des gabares et de la batellerie reste toujours vivant sur la Dordogne, une rivière vive et douce dédiée aux plaisirs de l'eau.

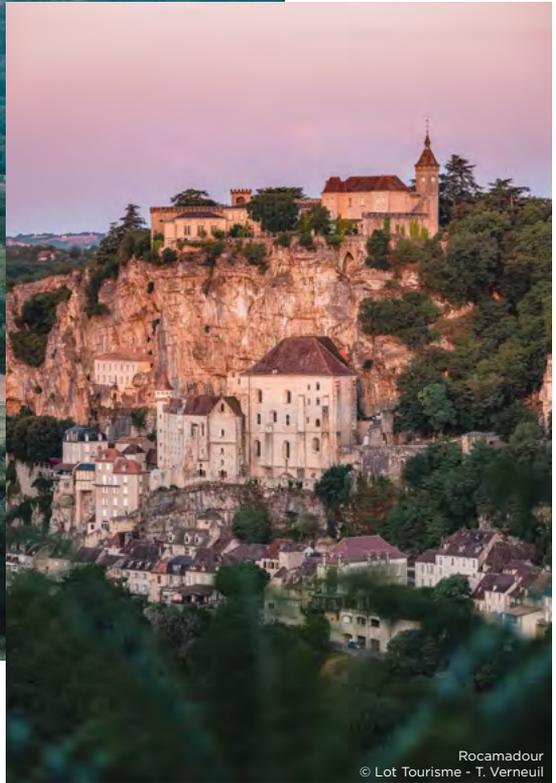
THE MAJESTIC THE DORDOGNE VALLEY

Lined with peaceful villages and sumptuous fortresses, from Carennac to Souillac the Dordogne Valley is a history book open to the sky. Borne on the current washing past the former landing stages, the spirit of the gabares and of the river trade is still alive on the Dordogne, a lively yet gentle river given over to all the fun associated with the water.





Vallée de la Dordogne
© Lot Tourisme - T. Verneuil



Rocamadour
© Lot Tourisme - T. Verneuil

LE MYTHE LE GOUFFRE DE PADIRAC

Ce serait l'œuvre du diable mais à 75m de profondeur, c'est bien le ciel qu'on aperçoit... « On se croirait au fond d'un télescope ayant pour objectif un morceau circulaire de ciel bleu » avait dit Edouard-Alfred Martel lorsqu'il explora le gouffre en 1889 à la lueur des bougies ! Voguez sur le Lac de la Pluie, rêvez sous le Grand Dôme... Immense et silencieux, le Gouffre de Padirac est un monde de merveilles.

THE MYTH PADIRAC CHASM

It was supposedly the work of the Devil, but from seventy-five metres down, it's the heavens that you see... «You'd think you were at the bottom of a telescope with a circular piece of blue sky for a lens» said Edouard-Alfred Martel when he explored the chasm in 1889 by the light of candles ! Float on the Rain Lake, dream beneath the Great Dome... Immense and silent, Padirac Chasm is a world of wonders.

LA VERTIGINEUSE ROCAMADOUR

Un sanctuaire, une légende : Rocamadour est une magie verticale. Bâtie comme un rêve de pierres, en équilibre parfait sur les gorges de l'Alzou, la cité des pèlerins fusionne le ciel et le roc. Une église dans la falaise, un village en corniche, un château dans les airs...

THE DIZZYING ROCAMADOUR

A sanctuary, a legend : Rocamadour is vertical magic. Built like a dream in stone, perfectly balanced above the gorges of the Alzou, the pilgrim village is a fusion of sky and rock. A church built into the cliff, a village on a ledge, a castle in the air...



LES PLUS BEAUX THE MOST BEAUTIFUL VILLAGES DE FRANCE VILLAGES IN FRANCE

LE VILLAGE PRÉFÉRÉ DES FRANÇAIS **SAINT-CIRQ LAPOPIE**

Ce village médiéval, élu village préféré des Français en 2012, épouse la paroi rocheuse à 100 m au-dessus de la rivière. Il se déroule en une cascade de ruelles pavées, de façades gothiques, de portes fortifiées et de roses trémières.

THE FAVOURITE VILLAGE OF THE FRENCH **SAINT-CIRQ LAPOPIE**

This medieval village, elected the Favourite Village of the French in 2012 by TV viewers, emerges from the rock 100 metres above the river. It winds downhill in a veritable cascade of little paved lanes, Gothic façades, fortified gates and hollyhocks.



Saint-Cirq-Lapopie
© Lot Tourisme - T. Verneuil

LE PETIT VERSAILLES **AUTOIRE**

Imaginez un cirque éclaboussé du vert des arbres, ourlé du blanc des roches. C'est là qu'Autoire aligne ses maisons en une cascade de toits bruns, de façades claires. Parce qu'ici furent construits manoirs et châteaux, le village a reçu le surnom de « Petit Versailles ».

THE LITTLE VERSAILLES **AUTOIRE**

Imagine high cliffs splashed with the green of trees, and edged with the white of stone. This is where Autoire's houses with their brown-tiled roofs and light-coloured façades succeed one another in a cascade down the valley. Because manors and châteaux were built here, the village became known as « Petit Versailles ».



Loubressac
© Lot Tourisme - T. Verneuil

PERCHÉ SUR SON PROMONTOIRE **LOUBRESSAC**

Campé sur un promontoire offrant une vue plongeante sur les vallées de la Bave et de la Dordogne, Loubressac incarne une inspiration très médiévale. En y flânant quelques instants, on comprend pourquoi le célèbre photographe Doisneau en était tombé amoureux.

PERCHED ON ITS PROMONTORY **LOUBRESSAC**

Established on a promontory from which there is an uninterrupted view of the Bave and the Dordogne, Loubressac has a very mediaeval feel to it. Spend a few minutes strolling around, and you'll understand just why the famous photographer Doisneau fell in love with the place.



Carennac
© Lot Tourisme - D. Viet

JOYAU DE LA VALLÉE DE LA DORDOGNE **CARENNAC**

Il faut longer les rives de la Dordogne pour découvrir ce village qui n'a rien perdu de son inspiration médiévale : maisons aux fenêtres sculptées, château des doyens et le prieuré clunisien du 11ème qui n'a rien oublié de l'époque où il abrita Fênelon.

JEWEL OF THE DORDOGNE VALLEY **CARENNAC**

You have to follow the banks of the Dordogne in order to find this village which has lost nothing of its mediaeval spirit: houses with sculpted windows, the Romanesque church with its 12th C. tympanum, the Deans' Residence of the 11th C. Clunisian priory which has forgotten nothing of the time when it was home to Fênelon.



**CULTURE &
PATRIMOINE**



Capdenac-Le-Haut
© Lot Tourisme - T. Verneuil



Cardaillac
© Lot Tourisme - T. Verneuil

LA FORTRESSE SUSPENDUE CAPDENAC-LE-HAUT

Un îlot de pierre suspendu au-dessus du Lot. Un donjon, des remparts, des fontaines troglodytiques... Et cette ambiance unique de forteresse gallo-romaine qui séduisit Prosper Mérimée. « L'un des plus beaux sites de France » disait-il. Le tout à 110 m de haut !

FORTRESS IN THE AIR CAPDENAC-LE-HAUT

An island of stone hovering above the Lot. A keep, ramparts, subterranean fountains... And this unique atmosphere of a Gallo-Roman fortress which captivated Prosper Mérimée. « One of the loveliest sites in France » he said. And all 110 metres above the river !

DOMINÉ PAR SES TOURS CARDAILLAC

Affichant sa silhouette du haut de son éperon, le village a gardé toute la noblesse héritée de ses seigneurs. Depuis son fort dont les tours rondes et carrées ont été conservées, on devine l'enchevêtrement des rues qui enlacent des maisons couvertes de grès.

IN THE SHADOW OF ITS TOWERS CARDAILLAC

Its silhouette visible high on a rocky spur, the village has retained all the nobility inherited from its overlords. From the fort whose round and square towers have been preserved, you can make out the maze of lanes winding around the houses with their sandstone covered roofs.





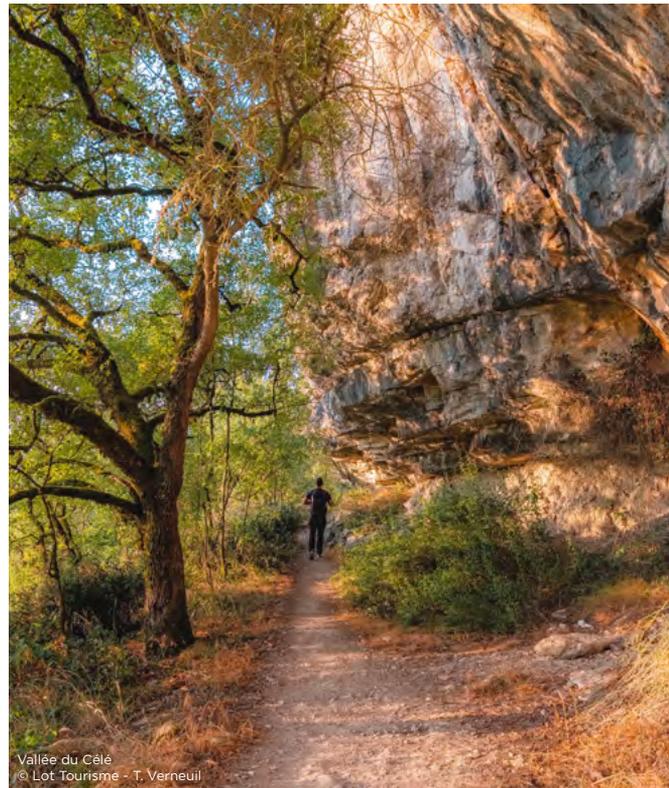
LE LOT... DES TRÉSORS CACHÉS

THE LOT... HIDDEN TREASURES

Moins connues que leurs grandes soeurs Vallée du Lot ou Vallée de la Dordogne, le Lot abrite aussi des petites vallées intimistes et préservées. Il est temps de découvrir ces trésors cachés !

Proche de Rocamadour, la Vallée de l'Ouyse est idéale pour une rando à pied à la découverte de résurgences avec une eau bleu turquoise digne du bout du monde. Plus au sud, la discrète Vallée du Vers et ses petites cascades est un vrai paradis pour les pêcheurs. Enfin, la Vallée du Célé ondule dans un parcours sauvage et poétique à la fois. Maisons troglodytes, descente en canoë... ici le temps s'est arrêté et le charme opère.

De village en sentier, le Lot secret c'est errer le nez en l'air et les yeux curieux. Partout de belles surprises qui donnent envie de profiter de l'instant présent !



Vallée du Célé
© Lot Tourisme - T. Verneuil



Résurgence Saint-Sauveur
© Lot Tourisme - N. Blaya



Gariotte
© Lot Tourisme - G. Novello

Not so well-known as their big sisters the Lot or Dordogne Valleys, there are also some hidden, unspoiled little valleys tucked away in the Lot countryside. It's the moment to explore these hidden treasures! Near Rocamadour, the Ouyssse Valley is perfect for a ramble to the reappearing streams with their turquoise blue waters rivalling those of any lagoon. Further south, the quiet Vers Valley with its little waterfalls is a real anglers' paradise. And then there's the Célé Valley, winding its way through a wild yet beautiful landscape. Troglodytic houses, canoeing down the river.... here, Time stands still and charm takes over. Through village, along path, wander along with your eyes and curiosity valve wide open to discover the secrets of the Lot. Everywhere, pleasant surprises encourage you to live in, and enjoy, the moment !



La rivière le-Vers
© Lot Tourisme - F. Tezjier



LE GOÛT DE L'EXCELLENCE THE TAST OF THE BEST

Terre de gourmandises, le Lot a ses toqués, stars des guides gastro (6 étoiles Michelin brillent dans notre ciel !) mais elle est aussi riche d'adresses plus intimes... Auberges de campagne ou ferme-auberges, on y célèbre avec bonheur le goût du terroir et des recettes traditionnelles.

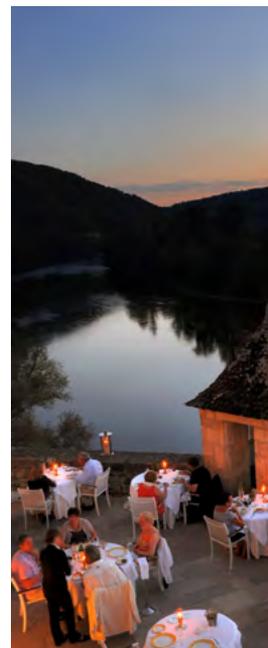
De l'étal du marché à la carte des grandes tables, on déguste la truffe noire, le fromage Rocamadour accompagné d'un verre de vin de Cahors, le Melon du Quercy, le safran ou encore l'Agneau fermier du Quercy !

Land of good things, the Lot has its great chefs, stars of the restaurant guides (6 Michelin stars shine in our gastronomic sky!) but it also has a wealth of more modest establishments... country or farmhouse inns, where the authentic taste of the Lot and its traditional recipes are joyously celebrated.

From market stalls to the menus of fine dining restaurants, black truffles, Rocamadour goat's cheese with a glass of Cahors wine, Quercy Melons, Saffron, not forgetting Quercy Farm Lamb are fittingly honoured !



www.grandsterroirs.com





Crédits photos ©
Lot Tourisme - P. Soissons,
D. Nakache, J. Morel, G.
Giuglio, Y. Conforti, P. Im-
bault, M. Taburet, Château
de Mercues.



FESTIVALS : LE LOT
FESTIVALS : THE LOT
AIME LA CULTURE !
LOVES CULTURE !

Festival Ecaussystème
© Lot Tourisme - D. Rivet

Le cinéma, l'art contemporain mais aussi la musique, le théâtre, la danse et la gastronomie. Chaque année voit ses mois cadencés par des rencontres, des expositions, des festivals. À la belle saison surtout, les villages se plaisent alors à résonner au rythme de représentations, où la diversité est de mise.

« Le Lot, un festival de festivals » : ils sont 14 à proposer chaque année des moments culturels forts où plaisir et convivialité s'accordent : blues, jazz, théâtre, musiques du monde, classique, actuelles, art lyrique, danse ou cinéma.

Cinema, contemporary art, not to mention music, theatre, and dance. Every year, the months pass to the rhythm of encounters, exhibitions, and festivals, especially in summer. The Then, villages joyfully resound with performances of all kinds, as diverse as you can imagine.



À CAHORS LOT OF SAVEURS

Début juillet, ce festival révèle l'un des éléments clefs de la réputation du Lot : sa gastronomie. Nombreux sont les artistes présents à cette manifestation populaire, festive et créative : les producteurs, chefs, écrivains, saltimbanques et photographes... tous sont présents pour faire de ce festival un moment unique !

IN CAHORS LOT OF SAVEURS

At the end of June, this festival highlights one of the key elements of the Lot's reputation: its excellent food and wine. Many artistes are present at this popular, festive and creative event : producers, chefs, writers, street performers and photographers... everyone's here to make this festival unique and special !



À CAHORS CAHORS BLUES FESTIVAL

À la mi-juillet, chaque année depuis plus de 30 ans, Cahors pense et vit au rythme du blues. Depuis 1981 rendez-vous incontournable où de grands noms se sont succédés : Ray Charles, James Brown, les Blues Brothers, Nina Simone... Une programmation de premier choix et une ambiance survoltée.

IN CAHORS CAHORS BLUES FESTIVAL

In mid July, as it has done every year for over 30 years, Cahors thinks and lives to the rhythm of the blues. Since 1981, big names have followed one another to this unmissable event : Ray Charles, James Brown, the Blues Brothers, Nina Simone...First-class artistes and a supercharged atmosphere.



Juillet

**À GIGNAC
FESTIVAL ECAUSSYSTÈME**

Un festival éco-citoyen et solidaire qui joue dans la cour des grands ! Depuis plus de 15 ans fin juillet, le festival de musique actuelle s'est fixé comme l'une de ses priorités de limiter l'impact de la manifestation sur la nature environnante et la population avoisinante. Pari réussi dans un petit village de 680 habitants !

Festival Ecaussystème
© Lot Tourisme - B. Pavone

IN GIGNAC
FESTIVAL ECAUSSYSTÈME

This eco-citizen and popular festival mixes it with the big boys ! For more than 15 years at the end of July, this contemporary music festival has made one of its priorities the limiting of its impact on the surrounding countryside and the people living nearby. Challenge met in a little village with 680 inhabitants !

**À SAINT-CÉRÉ
FESTIVAL DE SAINT-CÉRÉ**

Début août, des opéras, opérettes, comédies musicales se succèdent dans des lieux magiques : châteaux, abbatale, cathédrale, théâtre et nous fait rencontrer le monde du lyrique, ces œuvres mises en scènes et chantées... Un rendez-vous incontournable en Vallée de la Dordogne.

IN SAINT-CÉRÉ
FESTIVAL DE SAINT-CÉRÉ

At the beginning of August, operas, operettas, and musical comedies follow one another in magical settings : castles, an abbey, a cathedral and a theatre, bringing us the world of lyrical music, with works staged and sung ... An absolute must in the Dordogne valley.



Août

Festival de Saint-Céré
© Lot Tourisme - N. Blaya

Festival Le Gindou
© Lot Tourisme - N. Blaya



À GINDOU RENCONTRES CINÉMA

Pour découvrir un autre cinéma, on prend la direction du petit village de Gindou (300 habitants !) qui accueille chaque année pendant une semaine une foule électrique : projections gratuites de films d'auteur en plein-air avec débats, etc.

IN GINDOU RENCONTRES CINÉMA

To experience a completely different kind of cinema, head for the little village of Gindou (300 inhabitants !) which, for a week every year plays host to animated crowds : free open-air showings of art-house films with debates, etc.

Montgolfiades de Rocamadour
© Lot Tourisme - C. Novello



À ROCAMADOUR LES MONTGOLFIADES

Le 4^{ème} week-end de septembre est depuis plus de 30 ans un rendez-vous incontournable à Rocamadour pour observer ce majestueux rassemblement de montgolfières unique en Europe. L'idéal est de venir se poster au lever du soleil au sommet des falaises du canyon de l'Alzou face à la cité.

IN ROCAMADOUR LES MONTGOLFIADES

The 4th weekend of September has been an unmissable date for more than 30 years in Rocamadour to watch this majestic gathering of hot-air balloons, the only one of its kind in Europe. The ideal is to be in place at sunrise on the clifftops above the Alzou valley on the opposite side to the village.



À VIVRE EN FAMILLE ENJOY WITH THE FAMILY

DÉCHIFFRER DES HIÉROGLYPHES **AU MUSÉE CHAMPOLLION**

Bienvenue dans la maison natale de Jean-François Champollion, le déchiffreur des hiéroglyphes : à partir de ses travaux, les collections du musée racontent la fabuleuse aventure de l'écriture et invitent à un voyage à travers les cultures du monde entier. Quelques pas de plus pour découvrir la Place des Écritures, avec sa célèbre reconstitution géante de la pierre de rosette: une merveille !

www.musee-champollion.fr

DECIPHER HIEROGLYPHS **AT THE CHAMPOLLION MUSEUM**

Welcome to the house where Jean-François Champollion, the decipherer of hieroglyphics, was born : based on his writings, the museum's collections tell the fabulous adventure of the art of writing and take you on a tour of the cultures of the whole world. A few paces away lies the Place des Écritures, and its famous giant-sized reconstitution of the Rosetta stone : a marvel both ancient and modern !



© Lot Tourisme - B. Tauran

SOIGNEUR D'UN JOUR **AU PARC ANIMALIER DE GRAMAT**

Ce petit coin de paradis animalier est ouvert toute l'année pour une sortie en famille. Il faut compter environ 2h de balade pour parcourir les 40ha ombragés et découvrir plus de 150 espèces d'animaux sauvages et domestiques. Vous pourrez observer loups, ours, lynx, bisons, de nombreux cervidés... Sur réservation, partagez le quotidien d'un soigneur durant 1/2 journée en participant à la tournée des carnivores !

www.gramat-parc-animalier.com

KEEPER FOR A DAY **AT THE PARC ANIMALIER IN GRAMAT**

This little corner of animal paradise is open all year round, perfect for a family outing. You should allow about 2hrs for walking around the 40 shady hectares to see more than 150 species of wild and domesticated animals. You can see wolves, bears, lynxes, otters, bison, several types of deer... If you book, you can spend half a day in company with one of the keepers, taking part in looking after the carnivores !



© Lot Tourisme - T. Verneuil

RENCONTRER UN MARQUIS AU CHÂTEAU DE CÉNEVIÈRES

Visiter un château perché sur le Lot, c'est bien. Mais quand c'est un marquis qui vient vous ouvrir la porte pour vous conduire, c'est encore mieux : surtout en perruque et en habit ! La famille de Braquillanges innove avec des visites nocturnes en costume, éclairées aux bougies. Elles se poursuivent par une collation sur la terrasse surplombant le Lot et même quelquefois par des contes pour enfants ou une observation des étoiles !

www.chateau-cenevieres.com

MEET A MARQUIS AT THE CÉNEVIÈRES CASTLE

Visiting a castle standing above the river Lot is great. But when it's a marquis who opens the door to you for a visit, it's even better : especially when he's bewigged and costumed ! The Braquillanges family are breaking new ground with costumed evening visits by candlelight. These are followed by refreshments on the terrace overlooking the Lot, and sometimes by tales for children or a spot of star-gazing !



© Lot Tourisme - C. Galy

NAVIGUER SUR LE LOT TEL UN PIRATE

À bord d'authentiques gabares en bois, vous partirez à la découverte d'un chemin de halage taillé dans la falaise, d'une écluse manuelle que le matelot activera sous vos yeux et bien sûr du village perché de Saint-Cirq-Lapopie dont la rivière nous offre une vue imprenable. Optez pour la Croisière Pirate : aller-retour de 55min animations, trésor, déguisement !

www.croisieres-saint-cirq-lapopie.com

SAIL ON THE LOT LIKE A PIRATE

On board authentic wooden «gabares», you set out to see a towpath carved out of the base of a cliff, a manually-operated lock that the boatman will operate as you watch, and, of course, the clifftop village of St-Cirq Lapopie of which you have an unrivalled view from the river. Choose the « Croisière Pirate » (55 mins return trip with entertainment, treasure and costumes) !



© Lot Tourisme - P. Lasvenes

ADMIRER UN BALLET DE RAPACES AU ROCHER DES AIGLES

Dans le ciel de Rocamadour, un aigle et un condor semblent avoir entamé un ballet tout en légèreté et d'une grâce absolue. Pendant plus d'1h, le canyon de Rocamadour est tapissé d'ombres, celles des rapaces du très célèbre Rocher des Aigles. Un site ouvert en 1977 et qui compte aujourd'hui plus de 400 oiseaux de 60 espèces différentes.

www.rocherdesaigles.com

ADMIRE A BALLETIC DISPLAY BY BIRDS OF PREY AT THE ROCHER DES AIGLES

In the skies above Rocamadour, an eagle and a condor seem to have joined in a soaring, graceful ballet. For more than an hour, the Rocamadour valley is carpeted with shadows... those of the birds of prey of the Rocher des Aigles (Eagles' Rock). This centre, opened in 1977, is now home to more than 400 birds of 60 different species.



© Lot Tourisme - Vincent

REMONTER LE TEMPS AUX MÉDIEVALES DE GOURDON

Début août, les Médiévales ramènent la cité et ses visiteurs quelques siècles en arrière : troupes au combat, banquet médiéval, marché d'artisans, créateurs, échassiers, villages de jeux...

www.medievalesdegourdon.jimdo.com

GO BACK IN TIME AT THE GOURDON MEDIAEVAL FESTIVAL

At the beginning of August, « les Médiévales » take the town and its visitors a few centuries back in Time : troops in combat, mediaeval banquet, artisans' / creative artists' market, stilt-walkers, games villages...

A person in a red shirt and shorts stands on a rocky cliff edge, looking out over a vast valley. The sky is a mix of blue and orange, suggesting sunset or sunrise. The foreground is filled with dry, brown grasses and rocks.

ACTIVEZ

KINDLE

VOS

YOUR

ÉMOTIONS

EMOTIONS



NATURE & LOISIRS



Le Lot puise son caractère dans ses causses entaillés par les vallées du Lot, de la Dordogne et du Célé. Il est jalonné de grands sites et de beaux villages comme Rocamadour, Cahors, Figeac et Saint-Cirq Lapopie...

Côteyez des paysages à couper le souffle en pratiquant votre activité préférée

Randonner sur les causses, se balader à vélo dans le vignoble, descendre le Lot en bateau ou pratiquer le canoë sur la Dordogne, le Lot est une incomparable destination de pleine nature.

WELCOME TO THE LOT ... KINDLE YOUR EMOTIONS

The Lot draws its charm from limestone plateaus carved by the Lot, Dordogne and Célé valleys. It is marked by exceptional sites and beautiful villages such as Rocamadour, Cahors, Figeac and Saint-Cirq Lapopie.

Revel in breathtaking scenery as you enjoy your favourite activity.

Hike along limestone plateaus, cycle through vineyards, take a boat down the River Lot or canoe along the Dordogne – the Lot is an unrivalled destination

Vallée de la Dordogne depuis le château des Mirandol © Lot Tourisme - T. Verneuil

SE PROMENER RAMBLING BALADES ET WALKS AND RANDONNÉES RAMBLES

Gambader, de cause en cause, flâner entre les collines du Quercy Blanc, se rafraîchir dans une forêt du Ségala... Une bonne paire de chaussures de marche, il n'en faut parfois pas plus pour ouvrir les portes d'un univers de petits détails, de grands paysages et de belles émotions. Sentiers de promenades, chemins de grande randonnée, qu'importe, à chaque pas, une nouvelle aventure.

Scamper from one plateau to the next, roam the hills of Quercy Blanc, cool off in a Ségala forest... All you need is a good pair of walking boots for a world of intricate details, vast landscapes and intense emotions to be yours for the taking. Footpaths, trails and long-distance routes offer a new adventure every step of the way.

« Un circuit comme les aiment les randonneurs : sans goudron et par de très très beaux chemins. Ce qui n'est pas facile alors bravo aux baliseurs. Un cheminement le long du Vers, à travers les bois de chênes bien sûr mais aussi de beaux buis et... la vue panoramique est merveilleuse. Et si la météo est avec vous, comme en ce dimanche d'automne à la lumière douce, vous serez enchanté par ce circuit. »

par *Sandrine*

Circuit « A Vervinge(to)ry » à Vers



© Lot Tourisme - J. Morel

150 balades pour en prendre plein la vue!



© Lot Tourisme - C. Ory



© Lot Tourisme - C. Ory



TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION CIRCUITS LOT & DORDOGNE !

Contient plus d'une trentaine de circuits de découverte à parcourir en voiture, à pied, à vélo et même en bateau.



WWW.TOURISME-LOT.COM

Retrouvez les fiches et les tracés de plus de 150 circuits de 1 heure à 1 journée dans la rubrique Préparez votre séjour / Balades et randonnées

Find the description of and directions for more than 150 round walk taking from 1hr to 1 day in the section Prepare your stay / Walks ans rambles



© Lot Tourisme - C. Ory



« OUVRONS LES YEUX »

Réservoir d'une grande diversité écologique, les ENS constituent un réel atout pour l'avenir du département. Pour préserver ces richesses et les faire découvrir au public, 9 circuits d'interprétation ont été équipés de bornes loupes permettant de découvrir la nature et le patrimoine local.

Guides découvertes disponibles dans les Offices de Tourisme du département.



LA RANDO OCCITANE

Chaque année, venez randonner lors d'une journée conviviale avec le Comité Départemental de la Randonnée.

[lot.ffrandonnee.fr](http://> lot.ffrandonnee.fr)

CHEMINER HIKING GRANDES RANDONNÉES LONG-DISTANCE ROUTES

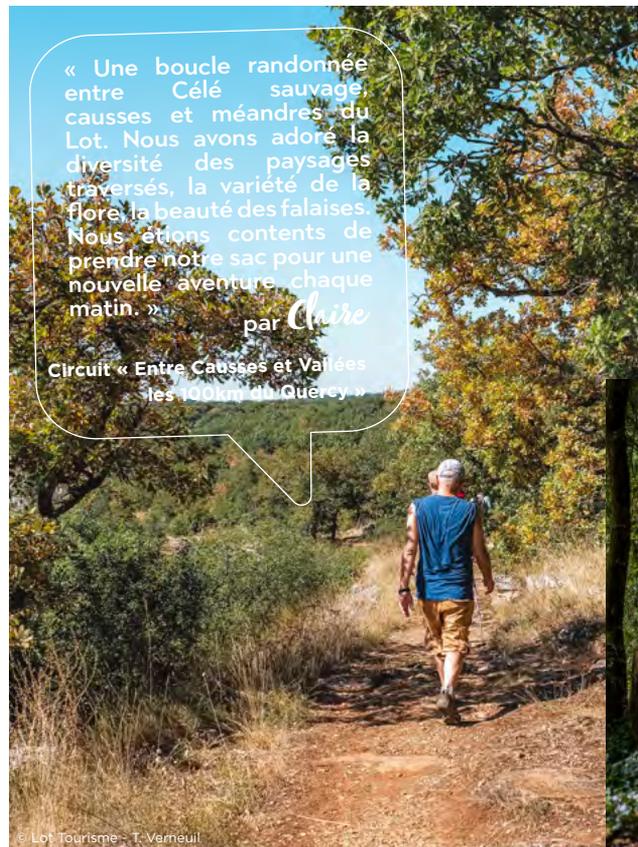
Arpenter des sentiers de Grande Randonnée c'est bien, mais vagabonder en pleine immersion entre nature préservée et rencontres authentiques, c'est encore mieux. Plusieurs circuits en boucle vous permettront de partir marcher en liberté sur plusieurs jours; au départ des gîtes vous conseilleront et vous remettront le tracé, les étapes et les explications. Que vous choisissiez une petite partie d'un tronçon ou que vous prévoyez plusieurs jours d'itinérance, vous en redemanderez à coup sûr !

Striding out along long-distance paths is a great feeling but roaming in perfect harmony with nature and meeting people along the way is even better. Several round walks enable you to walk as you please over a period of several days; there are gîtes at the start points where the owners will advise you and give you the route map indicating the stages and providing explanations. Whether you choose a small section to walk or plan a hike of several days, you will definitely be back for more !

WWW.TOURISME-LOT.COM

Téléchargez les traces, les fiches pdf des circuits et la liste des hébergements Rando Étape dans la rubrique Hébergements / Hébergements randonneurs ou sur : www.lot.ffrandonnee.fr

Download the list of « Rando Étape » accommodation (for walkers/riders) in the section Accommodation / Hikers accommodation



« Une boucle randonnée entre Célé sauvage, causses et méandres du Lot. Nous avons adoré la diversité des paysages traversés, la variété de la flore, la beauté des falaises. Nous étions contents de prendre notre sac pour une nouvelle aventure chaque matin. »

par *Chaire*

Circuit « Entre Causses et Vallées
des 100km du Quercy »

© Lot Tourisme - T. Verneuil



© Lot Tourisme - R. Bechu



Randonnée à Autoire.
© Lot Tourisme - C. Ory



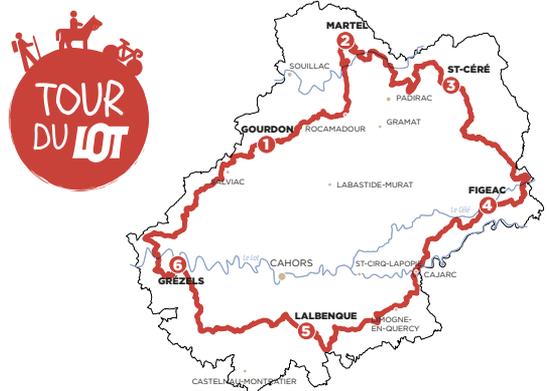
750 Kms de grandes randonnées à parcourir



Boucle du Moulin du Saut
© Lot Tourisme - C. Ory

LE TOUR DU LOT : UN SÉJOUR EN LIBERTÉ À CONSTRUIRE À VOTRE RYTHME

À pied, à cheval où à V.T.T, le patrimoine naturel, architectural et culturel des vallées de la Dordogne et du Lot, Le Ségala, la Bouriane, les Causses et le Quercy Blanc, se laissent découvrir en douceur et en lumière sur un itinéraire de 400 km balisé empruntant des chemins de Grande Randonnée et des Pistes Équestres. En savoir + : ww.bit.ly/tour-du-lot



ARPENTER ROAMING ST-JACQUES THE WAY DE COMPOSTELLE OF SAINT-JAMES

« Il faisait très très chaud et après 25 km, cette halte fût un vrai plaisir . Plaisir d'être accueilli avec le sourire et des boissons fraîches plaisir de trouver une chambre confortable et surtout plaisir de partager un super repas dans une ambiance de rire et de fraternité. »

par *Cather*

Lors d'une étape sur le GR®65



Sur le Chemin de St Jacques en Quercy
© Lot Tourisme - C. Ory

Seul ou par petits groupes, les yeux rivés vers l'horizon vers Saint-Jacques de Compostelle, les pèlerins empruntent les voies jacquaires ou la voie de Rocamadour. Plusieurs itinéraires parcourent le département : des routes qui de cathédrales en abbayes, de gués en ponts romans, unissent les esprits dans une même communion. Tous vivent au rythme de leur découverte et des visites des sites traversés.

Alone or in small groups, their eyes fixed on the horizon beyond which lies Santiago de Compostela, pilgrims continue to follow the GR®65 and 651 that lead to the sacred city. From cathedrals to abbeys and from fords to Roman bridges, several routes meander through the Lot - the Via Podiensis, the Célé valley route, or via Rocamadour – bringing like minds together as they head for their shared goal, marching to the beat of their adventure as they take in the tourist sites they pass.



Un patrimoine local
devenu mondial



Organisation
des Nations Unies
pour l'éducation,
la science et la culture.



Chemins de Saint-Jacques-
de-Compostelle en France
inscrits sur la Liste du
patrimoine mondial en 1998



Pelerin sur le GR65
© Lot Tourisme - C. Ory



Pelerin sur le GR65
© Lot Tourisme - C. Ory

HÉBERGEMENTS QUALIFIÉS

« RANDO ÉTAPE »



Le randonneur faisant étape dans les hébergements qualifiés Rando Étape sera certain de trouver sur place : un accueil et des services adaptés à ses besoins, la proposition de repas et de pique-nique appropriés à sa pratique, un service de buanderie et un local pour entreposer son matériel et le nettoyer...

WWW.TOURISME-LOT.COM

Téléchargez le guide d'informations pratiques

sur le Chemin de St Jacques et le profil des itinéraires dans la rubrique Préparez votre séjour / Grandes randonnées et itinérance

Download the practical info guide to the Saint James' way and the itineraries in the section Prepare your stay / Long-distance rambles



Gîte d'étape à Espagnac-Ste-Eulalie
© Lot Tourisme - C. Ory



1000 MAINS À LA PÂTE POUR LE GR®65

Chaque automne, c'est l'occasion d'être bénévole sur la Via Podiensis pour débroussailler, restaurer des murets, etc.

> Se rapprocher des offices de tourisme sur la voie : Lalbenque, Pays de Figeac, Cahors/St-Cirq Lapopie et Quercy Blanc.



PÉDALER
CYCLING GREENWAYS
VOIES VERTES &
& LONG-DISTANCE
VÉLOROUTES
CYCLING ROUTES

« Je viens de faire la véloroute de Cahors à Aiguillon, 160 km de vélo, 160 km de paysages magnifiques, de petites routes comme les vrais cyclotouristes les aiment, tranquilles, sinueuses, variées et toujours un paysage superbe ! Un parcours très bien indiqué. »

par *Jean-Jacques*

Le Lot et ses vallées sont idéals pour une pratique douce du vélo. Peu de dénivelé, des parcours fléchés, des longueurs variées... De quoi satisfaire autant les familles avec enfants que les randonneurs avertis. Au choix : 3 véloroutes et 2 voies vertes ! On aime beaucoup l'incontournable Véloroute Vallée du Lot et ses 160 kms d'itinéraire entre Cahors et Aiguillon avec peu de dénivelé, sélectionné et jalonné. Cet itinéraire permet de rejoindre la véloroute des 2 mers. Optez sinon pour la véloroute Promenade en Bouriane de Gourdon à Sarlat ou encore pour celle de La Vallée du Céou de Léobard à Castelnau-la-Chapelle. N'oubliez pas de tester en famille les voies vertes de Douelle à Mercuès et de Cazoulès à Sarlat.

À bicyclette ... en toute sérénité



Véloroute à Puy L'Evêque
© Lot Tourisme - P. Foresti - Mediar 360

The Lot and its valleys are a perfect place to enjoy some gentle cycling – marked routes with little height gain and a wide variety of distances will suit young families and amateur cyclists alike. Choose from three long-distance cycling routes and two greenways! A particular favourite is the wonderful 160-km long Lot Valley cycling route between Cahors and Aiguillon. This relatively flat, carefully-planned and well-marked route joins up with the Two Seas Canal cycle path. Or why not try the Promenade en Bouriane cycling route from Gourdon to Sarlat or the Vallée du Céou route from Léobard to Castelnau-la-Chapelle? Or take the whole family along the greenways from Douelle to Mercuès and from Cazoulès to Sarlat.

WWW.TOURISME-LOT.COM

Retrouvez la carte cycliste. la liste des services véloroute Vallée du Lot et les tracés dans la rubrique Préparez votre séjour / Grandes randonnées et itinérance

Find the cycle-touring map, the list of services available on the Vallée du Lot cycle route and the routes in the section Prepare your stay / Long-distance rambles



Point de vue sur le Pont Valentré à Cahors
© Lot Tourisme - P. Foresti - Mediar 360

LA VÉLOROUTE VALLÉE DU LOT

Amateurs de balades cyclistes, en famille ou entre amis, la véloroute vallée du Lot fera le bonheur des flâneurs en quête de découvertes, qu'elles soient culturelles, gastronomiques ou humaines.

Carte disponible dans tous les offices de tourisme présents le long de la vallée du Lot et en téléchargement sur : www.tourisme-lot.com



LA RANDO RÉTRO QUERCYNOISE

Commencez l'été avec le charme rétro de cette randonnée réservée aux cyclistes ayant un 2 roues et un costumé antérieur aux années 80 !

[> la-rando-retro.jimdo.com](http://la-rando-retro.jimdo.com)

« Superbe petit circuit de vtt, réalisable avec de jeunes vététistes. Les chemins sont très bien entretenus. Je vous conseille de rallonger le parcours vers la cascade d'Autoire vue depuis le sommet de Siran et son magnifique point de vue ! »

par *Stephane*

Circuit VTT « Le Marais de Bonnefont »

ROULER MOUNTAIN BIKING EN VTT & CYCLO AND CYCLE TOURING

Qu'on soit plus vélo ou vtt, on enfourche son deux roues pour partir à la découverte d'un immense terrain d'aventure : descente grisante en vallée du Lot, vastes étendues en vallée de la Dordogne... Quelque soit votre allure, on vous met au défi de pas être séduit !

Whether yours is a racing bike or mountain bike, hop on and explore a vast adventure playground! Exhilarating descents in the Lot valley or wide open spaces in the Dordogne – select a gear and we promise you'll be bowled over !

WWW.TOURISME-LOT.COM

Topo-guides, fiches et tracés de plus de 80 circuits VTT et cyclo disponible dans la rubrique Préparez votre séjour / Balades et randonnées

Guides, itinerary sheets and routes of over 80 MBK and cycle tours available in the section Prepare your stay / Walks and rambles

Randonnée à VTT
© Lot Tourisme - J. Morel

Près de 80
circuits pour
tous les défis!




**RANDO PADIRAC - SAINT CIRQ
LAPOPIE EN VTT**

La rando sportive de l'année du Comité Départemental de Cyclotourisme du Lot

> lot.ffct.org



CHEVAUCHER RIDING ÉQUITATION HORSE RIDING ET RANDONNÉES AND HACKING

« Super balade. Il faut préalablement brosser et seller son cheval ce qui permet de s'habituer mutuellement l'un à l'autre. Les plus téméraires auront la possibilité une fois la promenade terminée de ramener leur cheval « à cru » au pré : sensation unique ! »

par *Grégoire*

Choisir le Lot pour ses prochaines chevauchées c'est opter pour une exceptionnelle terre d'endurance et un réseau unique de circuits et d'hébergements de qualité.

Choose the Lot for your next holiday on horseback and you will discover an exceptional destination for endurance riding and a unique network of bridleways and first-rate accommodation.

WWW.TOURISME-LOT.COM

Retrouvez la liste des centres équestres et des hébergements accueil cheval dans la rubrique Préparez votre séjour / Grandes randonnées et itinérance ou sur www.cheval-lot.com

Find the list of equestrian centres and accommodation catering for horses in the section Prepare your stay / Long-distance rambles

Chevaucher sur
un réseau
de 1500 kms !



LES ÉTABLISSEMENTS « ACCUEIL CHEVAL »

Le cavalier faisant halte dans les structures qualifiées sera certain de trouver sur place : un point d'attache à l'arrivée, un point d'eau, des paddocks clôturés, un local pour entreposer le matériel, du foin de qualité...



LES 2 JOURS DE MONTCUQ

Le 1^{er} week-end de novembre, la légendaire course internationale d'endurance lotoise.

>2jdemontcuq.com



NAVIGUER DRIFTING AU FIL DU LOT DOWN THE LOT

Envie de larguer les amarres ? De Luzech à Larnagol, la rivière Lot est navigable d'avril à novembre. 17 écluses et 75 kms de tours et détours le long d'un parcours considéré comme l'un des plus beaux d'Europe. On flâne, on se baigne, on débarque les vélos pour filer sur le chemin de halage... L'art du farniente, tout simplement.

Ever feel like setting sail? From April to November, the River Lot is navigable between Luzech and Larnagol. With its 17 locks, this 75-km long section of river is considered one of the most beautiful waterways in Europe. Wander along in your own time, take a swim when you feel like it, unload your bikes and cycle along the towpath... Quite simply, la dolce vita!

WWW.TOURISME-LOT.COM

Retrouvez la liste des loueurs de bateaux à l'heure, à la journée ou à la semaine dans la rubrique Incontournables / Activités nature

Find the list of companies hiring out boats by the hour, the day or the week on the section The must-sees / Outdoor activities

Navigation sur le Lot à Bouziès
© Lot Tourisme - C. Ory



LA FÊTE DE LA RIVIÈRE

Pour fêter l'arrivée de l'été, des animations ludiques autour de l'eau de la rivière Lot.

> Office de Tourisme Cahors / Saint-Cirq-Lapopie - Vallée du Lot :
www.tourisme-cahors.fr



« Il me semble que c'est sur le bateau Le Valentré que j'ai découvert pour la première fois Cahors. C'est une approche différente car vu depuis la rivière et la quasi majorité des monuments y sont visibles. Le passage d'une écluse est toujours aussi impressionnant. Balade très reposante. »

par *Remin*



Navigation sur le Lot
© Lot Tourisme - J. Morel

Navigation sur le Lot
© Lot Tourisme - P. Soissons

Naviguer sur un 
des + beaux parcours
naturels d'Europe



« Magnifique expérience de descente sur la Dordogne au coucher du soleil. Paysages splendides et super ambiance, 2h30 qui resteront gravées dans nos mémoires ! On recommande vraiment cette sortie. En tout cas, nous on en refera ! C'est sûr. »

par *Seb*

PAGAYER
PADDLING ALONG
3 RIVIÈRES D'EXCEPTION
3 EXCEPTIONAL RIVERS
LOT, DORDOGNE & CÉLÉ

100 kms pour voguer en toute intimité



Nos trois rivières offrent une multitude de possibilités pour pratiquer le canoë-kayak : location à l'heure, randonnées de plusieurs jours... Mais elles offrent surtout un cadre exceptionnel : on aime le Célé pour son caractère intimiste et ses falaises de calcaire, le Lot pour partir à la recherche de curiosités patrimoniales, mais aussi la Dordogne pour suivre ses magnifiques méandres entre villages pittoresques et spots pique-nique.

Our three rivers provide a whole range of possibilities for canoeing and kayaking fans. Whether you want to rent by the hour or paddle along for several days, you are in for a stunning treat. The Célé offers an intimate atmosphere and spectacular limestone cliffs, the Lot is studded with cultural curiosities while the Dordogne meanders through picturesque villages and pretty picnic spots.



Canoë sur le Lot à Bouziès
© Lot Tourisme - J. Morel



Canoë sur la Dordogne
© Lot Tourisme - T. Verneuil



CÉLÉ'TÉ EN VALLÉE DU CÉLÉ

Fin juin, venez découvrir la rivière autrement en participant à une semaine d'activités et d'animations dans la vallée du Célé.

> **Syndicat du Bassin de la Rance et du Célé** : www.valleeducele.com

WWW.TOURISME-LOT.COM

Retrouvez la liste des loueurs de canoë dans la rubrique Préparer votre séjour / Activités et loisirs

Find the list of canoë-hire companies in the section Prepare your stay / Activities and leisure

« Je viens régulièrement m'y baigner en été, l'eau du Lot y est fraîche et propre. Je traverse souvent à la nage jusqu'à la rive en face. Il y a du monde mais pas trop, juste ce qu'il faut, avec la buvette juste à côté et des coins d'ombre pour se reposer, même avec des enfants en bas âge. »

par *Romain*

SE BAIGNER BATHING EN EAUX NATURELLES IN NATURAL WATERS

Pionnier en contrôle des eaux, nombreuses sont les baignades tonifiantes en rivière et en lac avec partout une qualité de l'eau irréprochable ! Avec de si belles rivières, aux eaux irrésistiblement attirantes l'été, lorsque le soleil chauffe le calcaire des causses, le Lot ne pouvait pas vous refuser les baignades...

The Lot leads the way in water quality control and its rivers provide a multitude of beautiful spots for a refreshing dip in crystal clear water! Beautiful rivers, sun-sparkled water and limestone cliffs warmed by the summer sun combine to create the perfect conditions for a dip...

Baignade dans la Dordogne à Gluges
© Lot Tourisme - C. Qry

23 spots de 
qualité pour se
rafraichir

WWW.TOURISME-LOT.COM

Retrouvez la liste des lieux de baignade et suivez la qualité des eaux en temps réels dans la rubrique Incontournables / Activités nature



Find a list of all natural water bathing sites with water quality displayed in real time in the section The must-sees / Outdoor activities



BIG JUMP

Le BIG jump c'est l'occasion de se mettre à l'eau pour affirmer son attachement à la baignade en eaux naturelles et à leur préservation; des événements partout dans le Lot et plutôt l'été !

> bigjump.org



PÊCHER FISHING RIVIÈRES & PLANS D'EAU IN RIVERS & LAKES

« J'ai 12 ans et j'ai eu la chance de pêcher sur la Dordogne cet été au coup du soir où j'ai pu pêcher des truites perches et des brochet. Je dois revenir au printemps pour pêcher la truite. J'ai hâte ! »

par *Thomas*

© Lot Tourisme - J. Morel

Près de 2 000 kms de ruisseaux, rivières, étangs et lacs préservés pour conjuguer votre passion à l'infini... Les eaux du Ségala raviront les amateurs de truites sauvages tandis que la Dordogne se prête bien à la pratique de la pêche à la mouche, les bottes dans l'eau. La rivière Lot est quant à elle réputée pour ses carnassiers et notamment ses « carpes record » !

With almost 2,000 km of well-protected streams, rivers, tarns and lakes, the Lot offers everything an angling fan could wish for. The waters of Ségala are a delight for connoisseurs of wild trout while the Dordogne lends itself perfectly to a spot of boots-in-the-water fly fishing. The River Lot is renowned for its carnivorous fish, especially its record-breaking carp!

WWW.TOURISME-LOT.COM

Tout connaître sur la pêche dans le Lot dans la rubrique Incontournables / Activités nature

Fond out all you need to know about fishing in the Lot in the section The must-sees / Outdoor activities

Ça mord sur
2 000 kms ! 



LES ÉTABLISSEMENTS « HÉBERGEMENT PÊCHE »

Des hébergements à proximité des rivières particulièrement adaptés à l'accueil des pêcheurs.



ATELIERS PÊCHE NATURE

Organisés toute l'année par la Fédération de Pêche du Lot sur plusieurs sites de pêche.

[pechelot.com](http://> pechelot.com)



« Nous avons eu le privilège d'une initiation en famille à l'escalade. Choix du site, conseil, encouragements, encadrement, tout était là pour une ambiance réussie. Le truc en plus pour nous : être adaptés à chaque membre de la famille ! Merveilleux. »

par **Gauthier**

GRAVIR CLIMBING LES PAROIS ROCK FACES

Pour une initiation ou un grand défi, les parois rocheuses du Lot vous offre un merveilleux terrain d'escalade et cela tout au long de l'année !

Whether you are an absolute beginner or a hardened climber, the Lot's rock faces are a climbing paradise, accessible all year round!

WWW.TOURISME-LOT.COM

Trouvez votre guide accompagnateur d'escalade dans la rubrique Préparer votre séjour / Activités et loisirs ou Comité Départemental d'Escalade :
www.escalade-dans-le-lot.com

Find your climbing guide in the section Prepare your stay / Activities and leisures or Lot climbing federation : www.escalade-dans-le-lot.com

Matériel d'escalade à Autoire
© Lot Tourisme - C. Ory



Escalader
d'authentiques
falaises calcaires



EXPLORER EXPLORING LES PROFONDEURS THE DEPTHS

« Une matinée pleine d'émotions : spéléologie en rivière. Découverte de la grotte époustouflante avec les explications du guide qui étaient très intéressantes. Ecoute et mise en confiance de celui-ci. Super activité à recommander et à abuser ! »

par Anthony

© Lot Tourisme - C. Ory

Pour découvrir le milieu souterrain lotois hors des visites classiques de grottes aménagées, rien de mieux que de pratiquer la spéléologie ! De la sortie familiale à l'initiation technique, les prestations sont adaptées à votre niveau tout en répondant à vos motivations. Accompagnés de guides, partez explorer les grottes sèches, igues et rivières souterraines... Expérience sensationnelle garantie. Le Lot est aussi riche de nombreux spots de plongée souterraine, connus mondialement par les spécialistes de l'activité qui nécessitent une grande expérience et une solide formation.

Go one step further than the traditional guided tours of local caves and explore the Lot's underground world by trying your hand at speleology! From a family-friendly outing to technical training, local speleologists offer something for everyone. Our guides will take you deep into the earth to explore dry caves, pits and underground rivers... a thrilling experience guaranteed! The Lot is also home to a number of renowned cave diving sites, which attract members of the international cave diving community. A great deal of experience and strict training are required for this activity.

1 300 cavités 
pour explorer un
monde mystérieux

WWW.TOURISME-LOT.COM

Trouvez votre spéléoguide auprès du Comité Départemental de Spéléologie sur www.cds.46.fr

Find your caving guide registered with the Comité Départemental de Spéléologie on www.cds.46.fr



S'ÉLEVER FLYING DANS LES AIRS IN THE CLOUDS

Parapente à Douelle
© Lot Tourisme - J. Morel

En parapente, montgolfière, ULM ou encore avec un saut en parachute : prenez de la hauteur au-dessus des vallées du Lot et de la Dordogne ! À deux ou en famille, nos accompagnateurs expérimentés et chaleureux vous attendent pour votre prochain vol, qui promet d'être inoubliable.

Reach for the clouds and take in spectacular views of the Lot and Dordogne valleys from a paraglider, hot air balloon, ultralight aircraft or parachute! Our friendly and experienced guides will take you up in pairs or as a family group, for the experience of a lifetime.

S'offrir une vue magique à 360°

« Une vision exceptionnelle du Lot et des causses ! Je connais très bien la région, mais vu du ciel, c'est autre chose. L'impression de flotter calmement entre terre et ciel est quelque chose de vraiment agréable. »

par *Anais*



MONTGOLFIADÉS À ROCAMADOUR

Un rassemblement européen tous les ans en septembre : tout simplement féérique.

[> rocamadouraerostat.fr](https://www.rocamadouraerostat.fr)

WWW.TOURISME-LOT.COM

Retrouvez la liste des pilotes et moniteurs de montgolfières, parapentes, paramoteurs, ULM, parachutisme dans la rubrique Préparer votre séjour / Activités et loisirs

Find the list of pilots and instructors for hot-air balloons, paragliding, paramotors micro-lights, parachuting in the section Prepare your stay / Activities and leisure

OBSERVER

STAR-GAZING

LE TRIANGLE NOIR DU QUERCY

QUERCY'S "BLACK TRIANGLE"

« Une douce soirée avec une vue céleste exceptionnellement bien dégagée : 4 planètes, deux fois l'ISS, la Voie Lactée, une étoile, la lune, des étoiles filantes ! Nous avons été très gâtés et tous enchantés... et pour ma part, j'aurais continué jusqu'au lever du soleil ! »

par **Eric**

Le ciel le + pur de France.



Les trésors les plus précieux se trouvent parfois tout simplement sous nos pieds... ou au-dessus de nos têtes ! Il en est un inestimable : le Triangle Noir du Quercy, dessiné depuis 2002 sur la carte de la qualité des ciels nocturnes en France. Entre sites d'observation aménagés, animations, conférences, sorties et même hébergements équipés de télescope : on possède tout un tas de raisons de vous faire venir séjourner au cœur de ce triangle noir !

The most precious treasure is sometimes hiding below our feet... or above our heads! Added to France's map of "best night skies" in 2002, Quercy's "Black Triangle" is undoubtedly one such treasure. Come and stay at the heart of this magical area with its observation sites, special events, conferences, outings and even accommodation equipped with telescopes!



LE JOUR DE LA NUIT

Chaque année, au mois d'octobre, des manifestations autour de la nuit et des étoiles ont lieu dans les villages du Parc naturel régional des Causses du Quercy

[> jourdelanuit.fr](http://jourdelanuit.fr)

WWW.TOURISME-LOT.COM

En savoir plus sur le triangle noir du Quercy dans la rubrique Le Lot secret / La tête dans les étoiles

Learn more about in the section The secret Lot - The head in stars

CÔTOYER EXPLORER UN GÉOPARC MONDIAL UNESCO OUR UNESCO GLOBAL GEOPARK

Une bonne paire de chaussures de marche et de la curiosité, il n'en faut pas plus pour ouvrir les portes de votre Géoparc mondial de l'UNESCO où de nouvelles aventures géologiques vous attendent. Que vous suiviez les traces d'anciens animaux disparus ou celle de l'Homme, venez côtoyer des paysages uniques et des villages authentiques marqués par la présence de la pierre. Le Parc naturel régional des Causses du Quercy : le paradis des randonneurs !

A good pair of walking shoes and a dose of curiosity, that's all you need to open the doors of your UNESCO World Geopark where new geological adventures await you. Whether you follow the trail of ancient creatures now extinct, or that of Man, come and see some unique landscapes and authentic villages characterised by the stone of which they are made. The Regional Natural Park of the Causses du Quercy is a rambler's paradise !

Canyon de l'Alzou
© Lot Tourisme - C. Ory



Organisation
des Nations Unies
pour l'éducation,
la science et la culture



Causses du Quercy
Géoparc
mondial
UNESCO

PARTIR GET CLOSE EN VALLÉE DU CÉLÉ IN THE CÉLÉ VALLEY

Glissez en canoë au fil des méandres du Célé, partez à l'ascension de ses falaises majestueuses, arpentez les GR entre Causses et Vallées, détendez-vous au cours d'une pause baignade... ou combinez toutes ses activités. Le Pôle de Pleine Nature Vallée du Célé est un vrai concentré d'activités pour une expérience nature et patrimoine garantie !

Glide in a canoe around the meanders of the Célé, scale its falaises majestic cliffs, walk the footpaths from the Causses to the Valleys, take a break for a relaxing bathe... or combine all these activities. The "Pôle de Pleine Nature Vallée du Célé" concentrates a whole host of activities to guarantee you a great countryside and heritage experience !

WWW.TOURISME-LOT.COM

Tout savoir sur le Parc Naturel Régional des Causses du Quercy **et le Pôle de Pleine Nature** Vallée du Célé sur www.tourisme-lot.com et www.parc-causses-du-quercy.fr

Find out all about the Causses du Quercy Regional Natural Park and the "Pôle de Pleine Nature" on www.tourisme-lot.com and www.parc-causses-du-quercy.fr

Cabrerets
© Lot Tourisme - C. Asquier



Cazelle à Marclillac-sur-Célé
© Lot Tourisme - C. Novello



JOURNÉE DES SPORTS NATURE

Le 19 mai sur le thème "des secrets de la vallée" à la base du Liauzu à Orniac et organisée par le Département du Lot et le Comité Départemental Olympique et Sportif.

> lot.franceolympique.com

DÉCOUVRIR DISCOVER TRAIL & GÉOCACHING TRAIL & GEOCACHING

Découvrir les paysages Lotois au pas de course ça vous tente ? Se dépasser, se sentir libre tout en évoluant dans un paysage infiniment beau c'est la promesse que font les trails lotois ! Entre causses, vallées sauvages et impressionnants canyons le Lot est un terrain de jeu idéal pour les amateurs de running. Alors, chaussez vos baskets et remplissez votre camelbag : montée d'adrénaline garantie !

Tempted to explore the landscapes of the Lot at a run? The trails in the Lot provide the perfect opportunity for you to stretch yourself and to feel completely free within this infinitely beautiful landscape ! From its causses (limestone plateaux) down through its wild valleys and impressive canyons, the Lot is the ideal playground for those who love running. Right then, on with your running shoes and fill up your Camelbak : adrenalin rush guaranteed !



ULTRA TRAIL CAUSSES VALLÉES LOT DORDOGNE

Au départ de Cahors, du 13 au 14 avril cet Ultra Trail tracera son parcours dans l'enceinte du Parc naturel régional des Causses du Quercy avec des parcours jusqu'à 180 km en solo.

> cap-orn.org



Trail et géocaching © Lot Tourisme - C. Asquier & P. Lasvenes

JOUER À SHERLOCK HOLMES PLAY AT BEING SHERLOCK HOLMES

Laissez tomber boussoles et cartes... place au GPS et au smartphone pour une chasse au trésor 2.0 ! Le géocaching c'est une balade originale de quelques kilomètres pour jouer et découvrir le patrimoine local et ses anecdotes autrement. En véritables aventuriers, partez à l'affût des trésors disséminés sur les 11 parcours que compte le Lot. À la clé, un moment convivial et la découverte d'endroits insolites. Les petits adoreront et les grands en redemanderont !

Forget your compass and maps... you need GPS and your smart phone for a treasure hunt version 2.0 ! Geocaching is a fun walk of a few kilometres, for enjoying yourself and exploring our local heritage with the stories attached to it in an amusing way. Like real adventurers, set off in search of the little treasures distributed over the 11 trails set up in the Lot. The main thing is to enjoy yourself and to explore some unusual places you'd never have seen otherwise. Youngsters will love it and adults will want more !

WWW.TOURISME-LOT.COM

Tout savoir sur l'Ultra Trail Causses Vallée Lot Dordogne et sur le **Géocaching** sur notre site

Find out about the Ultra Trail Causses Vallée Lot Dordogne and geocaching in the Lot on our website

Poursuivez le voyage sur **WWW.TOURISME-LOT.COM**

Pour préparer au mieux vos prochaines vacances : hébergements, sites de visite, activités, agenda des manifestations...

CONTINUE YOUR JOURNEY
ON **WWW.TOURISME-LOT.COM**

For easy and efficient holiday planning : accommodation, places to visit, activities, calendar of events...

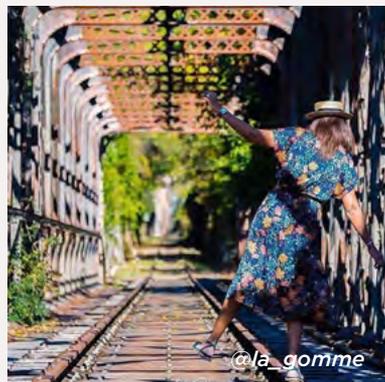


SUIVEZ
LA DESTINATION



Retrouvez-nous sur
@DESTINATIONVALLEESLOTDORDOGNE

TOURISMELOTDORDOGNE



VALLÉES
LOT
& DORDOGNE
OCCITANIE

WWW.TOURISME-LOT.COM

#TOURISMELOTDORDOGNE

Retrouvez-nous sur   
Find us on social network

Vous aimez le Lot, venez y vivre

WWW.OH-MY-LOT.FR

Document réalisé en décembre 2018 par Lot Tourisme
Agence de Développement Touristique du Lot
150, rue des carmes - CS 90007 - 46001 Cahors cedex 09
Maquette et mise en page : Lot Tourisme
Impression : Imprimerie Boissor - Édition 2019

