



Randonner à VTT, c'est aussi prévoir un équipement adapté (casque, vêtements, eau,...) et respecter l'environnement du sentier.



© 12/2015 Intertrace - 03 29 35 02 38. Ce document est édité par la Communauté de Communes de la Haute Vallée du Thoré. Crédits photos : ©COCHY, ©Marie Bout-du-Pont-de-l'Arn, ©La Pressoir, ©Stuik Sam, ©PRRH.



**OFFICE DE TOURISME DE LA HAUTE VALLÉE DU THORÉ**

Boulevard Carnot  
81270 Labastide-Rouairoux  
05 63 98 07 58  
<http://www.tourisme-hautevalleeduthore.com>  
[othautevalleethore@orange.fr](mailto:othautevalleethore@orange.fr)



[www.balades-randonnees-tarn.com](http://www.balades-randonnees-tarn.com)

Le **Tarn**  
www.tourisme-tarn.com  
Sud-Ouest - Midi-Pyrénées



**ESPACE VTT-FFC Haute-Vallée du Thoré**



ZONE DE MANIABILITÉ  
DOMAINE DU THORÉ  
À LABASTIDE-ROUAIROUX

PUMP TRACK  
AU LAC D'ALBINE



[www.tourisme-tarn.com](http://www.tourisme-tarn.com)





LABASTIDE-ROUAIROUX  
ALBINE

Avant de partir pour une randonnée VTT, ou juste pour vous amuser...

### Zone de maniabilité

Une boucle de 800 mètres adaptée à toutes les pratiques et sécurisée a été aménagée à Labastide-Rouairoux en zone de maniabilité. Un moment sportif ou récréatif au bord du ruisseau et à l'ombre des arbres. Cette zone se situe sur la route des Verreries-de-Moussans, à côté du centre de loisirs « le Domaine du Thoré ».

### Pump Track

Au village d'Albine entre le camping de Lestap et le lac : la Pump Track vous attend, c'est un espace très ludique qui rassemble toutes les tribus du VTT, enchaînement de bosses et de virages relevés. Un seul objectif, conserver voire augmenter sa vitesse, en enroulant les bosses, en pompant dans les creux et dans les virages, sans pédaler ! Une excellente école du pilotage, pour tous les âges et tous les niveaux. Si une telle installation permet de travailler et améliorer la maîtrise de son VTT, elle permet de s'amuser et se décontracter après une journée à rider les sentiers de la vallée.

*Conseil + : pour une sortie VTT sans encombre, pensez à contrôler l'état de votre VTT, munissez-vous d'un casque et n'oubliez pas un peu d'eau et la carte !*

