

# sommaire

## Avant-goût

Que voir ?.....	10
Programme.....	12
Que faire avec les enfants ? .....	14
Calendrier des festivités .....	16
Les plus belles plages.....	18

## Si vous aimez

L'histoire.....	22
Les empreintes des temps anciens .....	22
De si anciens chemins .....	24
Les Cévennes protestantes .....	26
Le patrimoine .....	28
Lire le paysage languedocien .....	28
Soie d'autrefois .....	30
Vieilles pierres languedociennes .....	32
Le terroir et la gastronomie.....	34
Une gastronomie entre terre et mer .....	34
Terres de vigne .....	38
L'artisanat.....	40
Souvenirs ! Souvenirs !.....	40
La nature .....	44
Un parc, des parcs.....	44
Le Languedoc et ses mascottes ...	46
Le paradis des oiseaux.....	48
Une flore protégée .....	50
Le sport et les loisirs .....	54
Tout à loisir .....	54

## 27 itinéraires

### Montpellier et son arrière-pays

1 Montpellier .....	60
2 Autour du pic Saint-Loup et de la Séranne.....	71
3 Des gorges de l'Hérault au causse du Larzac.....	78
4 Autour du lac du Salagou .....	86

### Le littoral de l'Hérault et le bassin de Thau

5 Le littoral de Montpellier .....	92
6 Sète.....	100
7 Autour de l'étang de Thau.....	107
8 Béziers et le littoral biterrois.....	114

### Les plaines viticoles et le haut Languedoc

9 La route des Vins.....	124
10 Autour du plateau du Caroux .....	133
11 Le Saintponais et le plateau des Lacs .....	140
12 Autour des monts d'Orb .....	146

### Les Grands Causses du Sud

13 Le causse du Larzac.....	152
14 La vallée de la Dourbie et le causse Noir .....	160

### Gorges et Causses

15 Les gorges du Tarn .....	168
16 Les gorges de la Jonte et le causse Méjean .....	176

### Autour du mont Lozère

17 Le versant sud du mont Lozère .....	184
18 Le versant nord du mont Lozère .....	191

### 19 Autour de l'Aigoual

### Les vallées et le piémont cévenols

20 La vallée Française.....	204
21 La corniche des Cévennes et la vallée Borgne.....	210

### 22 Le piémont cévenol .....

### Les garrigues gardoises

23 Nîmes.....	224
24 Les environs de Nîmes .....	232
25 Uzès et ses environs.....	240
26 La vallée de la Cèze .....	249

### 27 La Petite Camargue gardoise

## Nos bonnes adresses

À savoir .....	270
Hôtels, restaurants, loisirs .....	274

## Carnet de randonnées

## Index général

## Index thématique