

# Le Lot

Parcours	Distance	Cotation	Nom
P1	5 km	III - IV E2	"Goli sup"
P2	8 km	II - III E2	"Goli bas"
P3	10 km	I - II (3) E1	"Entraygues - Le port"
P4	10 km	I - II E1	"Le port - Grand Vabre"

## Description générale

---

Description créée le 20-12-2014, modifiée le 20-12-2014  
Auteurs: ?oh mon bateau?

### Situation géographique

Dans le nord Aveyron entre le barrage de golinhac et le village de Grand Vabre, 4 parcours qui se suivent d'une longueur totale d'environ 35 Km allant du classe I au classe V

### Présentation

Plus on descend plus ça devient facil, on passe d'un classe IV - V volume à un II - III puis un I - II (3) idéal pour la famille puis on finit par un I -II, facilement accessible autant pour embarqué que pour débarqué, cependant attention aux quelques arbres qui peuvent être présents à n'importe quel endroit.

### Alimentation

Barrage de Golinhac pour les 2 premiers parcours et barrage de Golinhac + Barrage de Cambeyrac pour les 2 parcours suivant.

### Période favorable

Quand il y a beaucoup d'eau pour le P1 sinon toute l'année pour les 3 autres parcours.

### Echelle

Echelle <http://www.vigicrues.gov.fr/niveau3.php?idstation=334&idspc=25&typegraphe=h&AffProfondeur=72&AffRef=auto&AffPrevi=non&nbrstations=3&ong=2> vigicrues d'Entraygues

### Niveau temps réel

<http://www.vigicrues.gov.fr/niveau3.php?idstation=334&idspc=25&typegraphe=h&AffProfondeur=72&AffRef=auto&AffPrevi=non&nbrstations=3&ong=2>

### Clubs locaux

L'Asv'olt <http://www.asvolt.com/>

## Parcours P1

---

Description créée le 20-12-2014, modifiée le 20-04-2016  
Auteurs: ?oh mon bateau?

### "Goli sup"

Distance: **5 km**

Cotation: **III - IV E2**

Départ: **Barrage de Golinhac**

Arrivée: **Usine EDF de Golinhac**

### Présentation

Parcours III - IV volume entièrement repérable de la route, attention tout de même à ne pas nager, certains essayé et ils ont eu des problèmes (tout c'est bien finit biensur)

Petit bémol, il est impossible de prévoir les lâchés EDF à l'avance de ce fait il faut se renseigner auprès des locaux pour savoir si la rivière est en eaux ou pas !

petite vidéo des locaux sur ce parcours  
<https://www.youtube.com/watch?v=DuaH2IQPmZQ&list=UU987rOLX7jAYiU1B7AQ34Ng>

### Physionomie

Les rapides s'enchaînent bien avec un petit plagnol sur la fin, idéal pour une récup active ;) attention tout de même aux arbres le long de la rivière.

### Pente

Assez pour s'amuser %

### Logistique

un petit chemin mène jusqu'à l'embarcadère, il se situe à 50 mètres après le barrage. Attention il s'agit d'une propriété privée appartenant à EDF, si ils vous empêchent d'y aller ne prenez pas de risques embarqué 100 mètres plus bas que le barrage vers un mini parking, il faut juste faire un peu d'escalade et faire glisser les bateaux dans une forte pente à l'aide de cordes de sécu, vous embarquerez juste après le premier rapide.

### Paysage

De la forêt et de l'eau

### Isolement

Rive droite on peut voir la route, rive gauche c'est une belle colline qui monte haut et qui va loin.

### Potentiel playboating

Il y a des rouleaux partout, à vous de juger si c'est surfable ;)

### Durée

50 minutes pour une première et 25 minutes si tu connais bien et que tu ne t'arrête pas ( ça laisse le temps de faire plusieurs descentes !

### Au fil de l'eau

il y a un siphon extrêmement simple à éviter vers le milieu de la descente en rive gauche, visible de loin et repérable depuis la route. n'allez pas dedans parce qu'il est quand même plutôt crade !

### Dernière descente par l'auteur

Mars 2016

## Parcours P2

---

Description créée le 20-12-2014, modifiée le 20-12-2014  
Auteurs: ?oh mon bateau?

### "Goli bas"

Distance: **8 km**

Cotation: **II - III E2**

Départ: **Usine EDF de Golinac**

Arrivée: **Base de canoë de l'Asv'olt au village d'Entraygues sur Truyère**

### Présentation

Parcours simple et ludique idéal pour des petits jeunes voulant apprendre les bases du kayak

### Physionomie

Enchaînement de petits rapides et de plat repérable à vu sans grand danger particuliers

### Pente

faible %

## Logistique

Embarquez après l'usine EDF, un petit chemin vous mènera jusqu'à la rivière

## Isolement

la route est visible tout le temps

## Potentiel playboating

une vague au rapide de la cambuse surfable et pas mal pour passer les figures de bases (360, blunt ...) elle ne tourne pas à tous les niveaux

## Durée

Environ 1h30

## Au fil de l'eau

ça passe partout, un fois à Entraygues faites un petit coucou aux habitant souvent curieux et passionné de voir des kayakistes

## Parcours P3

---

Description créée le 20-12-2014, modifiée le 20-12-2014  
Auteurs: ?oh mon bateau?

### *"Entraygues - Le port"*

Distance: **10 km**

Cotation: **I - II (3) E1**

Départ: **Base de canoë de l'Asv'olt**

Arrivée: **Base du port**

## Présentation

parcours classique pour la location de canoë en été, il est tout de même accessible toute l'année par tout les niveau (voir station vigicrues Entraygues)

## Physionomie

Pas de grande difficulté. Avec 1m15 à l'échelle de vigicrues le rapide de la daze (Km 8) forme des grosses vague dont une surfable, ça peut surprendre si vous n'avez pas l'habitude

## Isolement

La route n'est jamais très loin

## Potentiel playboating

Un jolie rouleau à 500 m de l'embarcadere avec 1m à l'échelle d'Entraygues (spot de la digue ou d'entraygues)  
Une belle vague au rapide de la daze (KM 8) 1m15 à l'échelle d'entraygues

## Durée

1h30 - 2h

## Au fil de l'eau

une faune et une flore exceptionnelle notamment une belle vue sur les vignes du Fel à la moitié du parcours

## Parcours P4

---

Description créée le 20-12-2014, modifiée le 20-12-2014  
Auteurs: ?oh mon bateau?

### *"Le port - Grand Vabre"*

Distance: **10 km**

Cotation: **I - II E1**

Départ: **Base du Port (15)**

Arrivée: **Base de Grand Vabre (12)**

**Présentation**

Aucune difficulté, seul le paysage reste inoubliable dans cette belle vallée. c'est aussi un parcours touristique en été où bon nombre d'amateur de canoë viennent patauger dans cette magnifique rivière.

**Physionomie**

Rapide calme et facilement anticipable, ça passe partout

**Pente**

très faible %

**Paysage**

Incroyablement beau

**Isolement**

route très proche

**Potentiel playboating**

aucun

**Durée**

2h

**Au fil de l'eau**

le village de Montarnal rive gauche avec sa belle tour, plus loin le village de vieillesie avec son chateau rempli d'histoire et pour finir le vieux pont de Grand Vabre