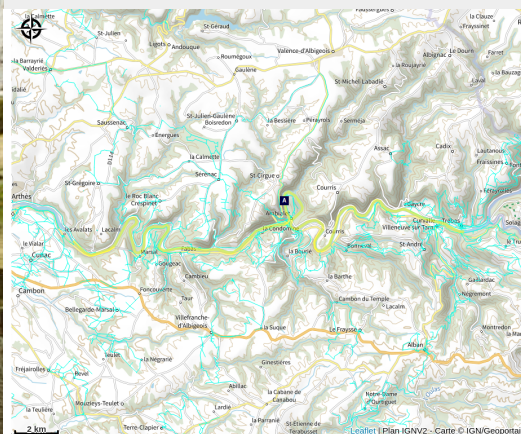


# La moyenne vallée du tarn

## Albigeois



Canoë vallée du Tarn (Vallée du Tarn tourisme)



La moyenne vallée du Tarn est un itinéraire canoë-kayak sur 33km entre Trébas et les Avalats et traverse 9 communes. L'itinéraire est discontinu (chaussée d'Ambialet) et on peut embarquer à 3 endroits différents pour plusieurs longueurs d'itinéraire au choix.

Descendre le Tarn en canoë-kayak est un formidable moyen pour contempler les superbes paysages de la vallée, véritable moment d'évasion et de tranquillité à découvrir seul, en famille ou entre amis.

### Infos pratiques

Pratique : Canoë

Thèmes : Au bord de l'eau, Sport aventure

# Description

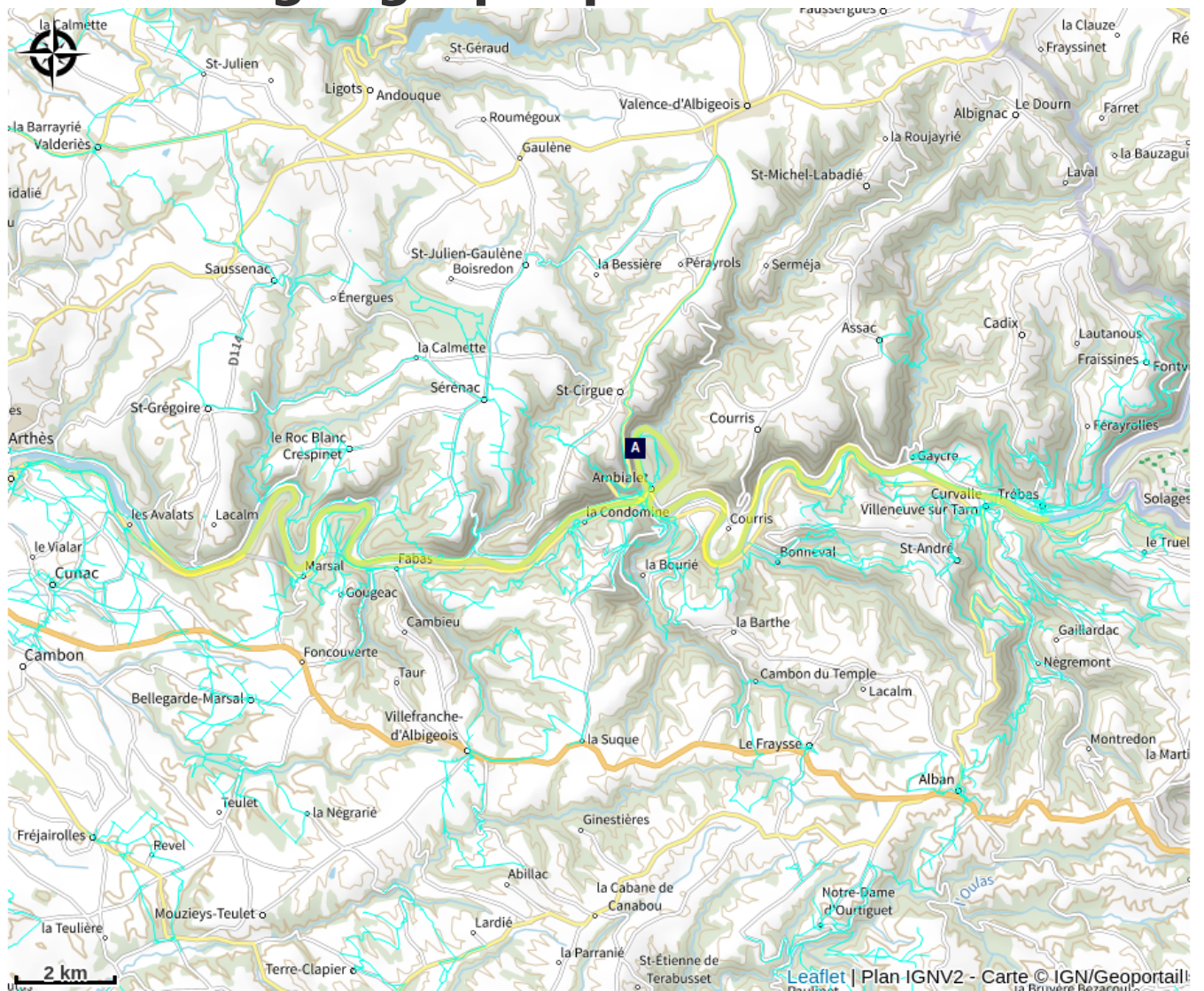
Vous pouvez pratiquer en autonomie si vous avez votre matériel personnel dans le respect du droit de la propriété et des règlements de navigation.

Sinon nous vous conseillons de vous rapprocher des différents loueurs de Canoë-kayak le long du linéaire, qui vous loueront le matériel nécessaire et pourront encadrer différents groupes. Les loueurs proposent aussi l'activité paddle sur plan d'eau, pas en descente le long du Tarn comme pour le canoë-kayak.

- [La base Locanoë de Trébas](#)
- [La base du Comité Départemental de Canoë-kayak à Ambialet](#)
- [La base Lo Capial à Les Avalats](#)

Le Comité Départemental de Canoë-kayak a demandé l'inscription au Plan Départemental des Espaces, Sites et Itinéraires relatifs aux sports de nature (PDESI) du linéaire de la moyenne vallée du Tarn. L'inscription d'un site au PDESI atteste de sa conformité avec les critères départementaux et signifie que la pratique sportive y respecte les milieux naturels, les usagers concernés, les propriétaires, la réglementation... Le dossier est en cours d'instruction.

# Situation géographique



# Toutes les informations pratiques

## **Recommandations**

Pour partir dans de bonnes conditions, nous vous recommandons :

- D'avoir plus de 7 ans
- Savoir nager
- Porter des chaussures fermées
- Attacher ses lunettes
- Emporter de l'eau à boire (minimum 1L par personne)
- Porter une tenue adaptée à l'eau et aux conditions météo
- Prendre de la crème solaire et casquettes/chapeaux
- Le port du gilet est obligatoire

Lors de votre descente, gardez à l'esprit que la rivière est un milieu naturel qu'il faut préserver. Il est impératif de faire très attention tout au long de votre descente aux baigneurs et pêcheurs rencontrés. Il est formellement interdit de laisser des débris.

Si la navigation est libre sur le cours d'eau, l'ensemble des berges sont des propriétés privées. Il est interdit de débarquer de façon prolongée sur les berges, y stationner, bivouaquer ou pique-niquer en dehors des zones indiquées par les loueurs.