

GUIDE

# RANDONNÉES HAUTE-GARONNE



20  
ITINÉRAIRES  
À DÉCOUVRIR



HAUTE-GARONNE  
TOURISME



# ÉDITO

## LA RANDO VRAIMENT POUR TOUS !

Vous qui aimez cheminer dans des espaces naturels préservés et adaptés à toutes les marches, ce guide riche de 20 itinéraires sélectionnés sur le territoire de Haute-Garonne devrait vous combler !

Il rassemble une foule d'informations précieuses qui vous permettront une découverte sereine, raisonnée, ouverte sur les sites d'importance, les femmes et les hommes qui habitent ces territoires. Du nord au sud du département, en famille ou de manière plus tonique sur un itinéraire d'entraînement de trail, ce document comporte cartes, descriptifs des parcours détaillés, adresses utiles, infos nature, QRcodes, idées de visites indispensables pour ne rien manquer des richesses de nos terroirs et contrées. Au départ de gares SNCF ou routières, ces itinéraires ont été pensés dans un esprit durable, en mode « écoresponsable » afin de ne rien négliger sur le plan environnemental. On peut donc simplement s'équiper pour venir marcher sans se soucier de la place de la voiture dans le budget ou l'organisation du périple. Qui plus est, pour mieux organiser votre venue, des professionnels, guides et accompagnateurs référencés se tiennent à votre disposition afin d'emprunter des voies loin des sentiers battus. Et, pour ne rien oublier et prendre soin de toute la famille, une charte du randonneur riche de conseils pour les novices comme pour les plus aguerris accompagne ce topo-guide. Enfin, un site web dédié recense l'offre complète de randonnées en Haute-Garonne, avec, au bout du chemin, la somptueuse cathédrale Sainte-Marie de Saint-Bertrand-de-Comminges, les Pyrénées, les collines du Lauragais, les coteaux du Volvestre et du Comminges, le vignoble de Fronton ou encore les berges du canal du Midi et de la Garonne...

Bonnes balades !

**Didier Cujives**

*Président de Haute-Garonne Tourisme*



## 4 LA CHARTE DU RANDONNEUR

## 7 LES RANDOS

- 7 **N° 1 GR®861 Via Garona**  
Saint-Jacques-de-Compostelle
- 11 **N° 2 GR®46 De Roquesérière à Toulouse**  
Saint-Jacques-de-Compostelle
- 15 **N° 3 La Boucle des Filhols**  
À la campagne
- 19 **N° 4 La Boucle de Laréole**  
Nature et Patrimoine
- 23 **N° 5 Balade entre village et vignoble**  
Découverte d'un vignoble
- 27 **N° 6 Le Circuit de la Libellule**  
Randonnée en forêt
- 31 **N° 7 La Boucle de Jefferson**  
Canal du Midi
- 35 **N° 8 Les Secrets du Pastel et Herbes Folles**  
Découverte du Pastel
- 39 **N° 9 La Boucle d'En Mauran**  
Canal du Midi
- 43 **N° 10 Cœur Historique Garonne et Panorama**  
Biodiversité et patrimoine

## 6 LA HAUTE-GARONNE DESTINATION RANDOS NATURE

- 47 **N° 11 De Rieumes au Lac de Savères**  
Randonnée lacustre
- 51 **N° 12 Le Balcon des Pyrénées**  
Nature et patrimoine
- 55 **N° 13 Le Sentier de la Source**  
Préhistoire
- 59 **N° 14 Le Chemin des Cotes de Biell et de Montoussé**  
Site Natura 2000
- 63 **N° 15 Le Chemin de Nankin**  
Nature et patrimoine
- 67 **N° 16 Pic de Paloumère**  
Pyrénées et estives
- 71 **N° 17 Randonnée autour de St-Bertrand-de-Comminges**  
Nature et patrimoine
- 75 **N° 18 Randonnée Gouffre d'Enfer**  
Montagne en famille
- 79 **N° 19 Les Chemins de la Liberté**  
Mémoriel
- 83 **N° 20 Le Port de Vénasque par la Picade et l'Escalette**  
Montagne sportive/Trail

## 87 LISTE DES ACCOMPAGNATEURS EN MONTAGNE DE LA HAUTE-GARONNE

## 90 COMMENT VENIR ET SE DÉPLACER EN HAUTE-GARONNE

## 92 LES POINTS D'INFORMATIONS TOURISTIQUES DE LA HAUTE-GARONNE

Retrouvez ces randonnées et bien d'autres sur notre site web :

[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)

# CHARTRE du randonneur



Une sortie en pleine nature se doit d'être toujours bien préparée

## AVANT DE PARTIR



Consultez la météo et renseignez-vous sur les conditions météo des jours précédents.

Toutes les randonnées ne sont pas praticables en toute saison.

Sélectionnez une randonnée du niveau de tous.

Vous vous sentez en forme prêt à gravir des sommets ? Qu'en est-il de votre compagnon de rando ? N'oubliez pas que les enfants ont de petites jambes !

Prévoyez un lieu de parking non gênant, ou mieux, choisissez un transport en commun ou une mobilité douce lorsque cela est possible.

Repérez votre rando sur une carte IGN TOP25, ou suivez un topo-guide ou embarquez votre itinéraire sur une appli mobile.

C'est toujours mieux de savoir où l'on va !

Marchez bien assuré ! Possédez-vous une assurance spécifique aux activités de pleine nature ?

## QUE METTRE DANS LE SAC ?



Même la « p'tite balade » nécessite d'être bien équipé et chaussé.

Un sac à dos, de l'eau, un vêtement chaud, un coupe-vent, une casquette et des lunettes de soleil, de la crème solaire, une petite pharmacie... Inutile de prévoir un sac de 10 kg, mais un petit encas remonte le moral des marcheurs en herbe !

N'oubliez pas le sac poubelle pour éviter de perdre vos déchets.

Attention cependant à ne pas vous surestimer ! Un sac trop lourd peut vous ralentir...

## RANDONNER EN FAMILLE



Votre randonnée avec les enfants doit rester un plaisir pour tous : préparer cette balade ensemble est la clé de la réussite !

**Jusqu'à trois ans**, un enfant trotte mais le porte-bébé est indispensable. N'oubliez pas les pauses pour se dégourdir les jambes, hydratez-le régulièrement et protégez-le du soleil.

**A partir de 4 ans**, votre enfant peut marcher entre 3 et 4 h, et de 1 à 2 km par heure.

**A partir de 8 ans**, il lui sera possible de parcourir jusqu'à 15 km, à diminuer avec du dénivelé.

## RANDONNER DANS LES ESPACES PROTÉGÉS



N'oubliez pas que tout espace naturel est sensible !

Mais que sont les **Espaces Naturels sensibles (ENS)** et les **zones Natura2000** ?

Créés par les départements, les ENS visent à préserver la qualité des sites, des paysages, des milieux et habitats naturels.

Les zones Natura2000 font quant à elles partie d'un réseau européen œuvrant pour une gestion équilibrée et durable des espaces.

## LA SÉCURITÉ EN RANDO



Évitez de partir seul, sinon informez un proche de votre destination. Ne vous séparez pas de votre groupe.

**Ne partez pas sans votre trousse à pharmacie ni sans les numéros utiles !**

Même très claire l'eau des ruisseaux peut être impropre à la consommation. **Votre gourde est la seule source d'eau.**

**En cas d'orage, évitez de vous abriter sous un arbre.** La foudre aime les points culminants.

## EN MARCHANT



**Restez sur les chemins**, évitez les raccourcis qui rallongent !

**Votre chien vous accompagne ?** N'oubliez pas de le faire boire, il marche lui aussi. Attention à l'attacher à l'approche des troupeaux, ils ne doivent pas être dérangés.

Si un troupeau est accompagné d'un patou des Pyrénées, ce grand chien blanc de protection, restez calme, passez à distance du troupeau et faites demi-tour si vous êtes impressionné.

**N'oubliez pas de re fermer les clôtures et les cabanes...** et de les préserver ! N'y brûlez pas vos déchets, c'est nocif pour l'air, vous laisserez un espace sali.

**Laissez les fleurs décorer les champs.**

On le dit, on le redit... **chaque randonneur ramène ses déchets !** Allons même plus loin et débarrassons la nature des déchets que l'on peut trouver le long des chemins.

**Vous êtes témoin d'un chemin endommagé ou d'une atteinte à l'environnement ?** Signalez-le sur le site dédié SURICATE <https://sentinelles.sportsdenature.fr/>.

## LES NUMÉROS UTILES



- Météo pour la Haute-Garonne 08 99 71 02 31
- Secours en montagne 112
- Peloton de Gendarmerie de Haute Montagne à Luchon 05 61 79 28 36
- Bureau des guides de Luchon 05 61 89 56 08

## LE BALISAGE



	Continuité de sentier	Tourner à droite	Tourner à gauche	Mauvaise direction
GR®				
GR® de pays				
PR				

Consultez notre site web :

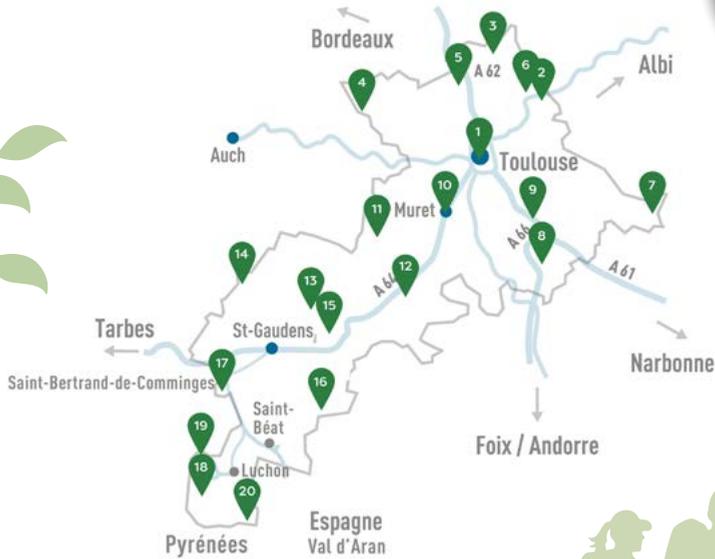
[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



# LA HAUTE-GARONNE

## DESTINATION RANDOS NATURE

**20**  
**ITINÉRAIRES**  
**À DÉCOUVRIR**



### LÉGENDE DES CARTES ITINÉRAIRES



Balisage



Difficulté



Distance



Dénivelé



Stationnement



Bus ou gare à proximité





## GR®861 Via Garona

Sur les traces des pèlerins en route vers Saint-Jacques-de-Compostelle, le GR®861 traverse 41 communes de Toulouse à Saint-Bertrand-de-Comminges en passant par Muret, Carbone, Rieux-Volvestre ou Saint-Gaudens.



Rouge et blanc



Moyen



170 km



Variable selon étapes



Toulouse Matabiau/  
Montréjeau

Connecté aux chemins de Compostelle déjà existants « GR®46 Conques-Toulouse », la « Voie d'Arles GR®653 » et la « Voie du piémont pyrénéen GR®78 », le GR®861 Via Garona vous propose de relier à pied en 7 à 10 étapes, le centre de Toulouse jusqu'au site de Saint-Bertrand-de-Comminges/Valcabrière et sa majestueuse cathédrale.

Depuis la basilique Saint-Sernin comme point de départ, longez l'axe naturel de la Garonne, à l'instar des pèlerins depuis des siècles, et traversez le temps à Muret, patrie de Clément Ader, Rieux-Volvestre, ancienne cité épiscopale, l'abbaye de Bonnefont, la cité faïencièrre de Martres-Tolosane, Saint-Gaudens et sa collégiale jusqu'au piémont des Pyrénées.





Voir la carte

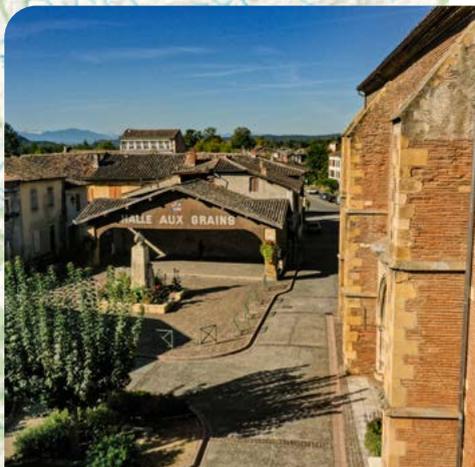




Un itinéraire jacquaire qui peut se faire en plusieurs étapes en 7 à 10 jours selon vos possibilités : de **Toulouse** à **Muret**, puis **Noé**, **Rieux-Volvestre**, **Martres-Tolosane**, **Saint-Martory**, **Saint-Gaudens**, **Huos** puis l'arrivée sur **Saint-Bertrand de Comminges**.

Un périple qui vous mènera le long de la Garonne, voie naturelle ancestrale de lien entre des territoires, des hommes, une culture, une histoire et un patrimoine. Accessible à tous, la Via Garona est un itinéraire qui fait la part belle aux points de vue sur les Pyrénées et comporte 6 monuments inscrits au patrimoine mondial de L'Unesco. De belles découvertes en perspective !

Valcabrère/Saint-Bertrand-de-Comminges  
Martres-Tolosane  
Saint-Sernin à Toulouse





## L'info nature

Tout au long de votre parcours, côtoyez la nature omniprésente et découvrez de magnifiques paysages avec vue sur les Pyrénées..

### ADRESSES UTILES

Un **topo guide** édité par la Fédération Française de la Randonnée Pédestre est consacré à ce chemin et vous permet de suivre pas à pas le parcours.

Un **guide pratique** est également édité par le Conseil départemental de la Haute-Garonne. Disponible chez Haute-Garonne Tourisme à Toulouse, aux Olivétains à Saint-Bertrand-de-Comminges et dans tous les Offices de Tourisme du département.

### EN SAVOIR PLUS

**Comité Départemental de la Randonnée Pédestre Haute-Garonne**  
5 Port Saint-Sauveur  
31000 Toulouse  
**05 34 31 58 31**  
randopedestre31.fr.

**Agence française des Chemins de Compostelle**  
4 rue Clémence Isaure  
31000 Toulouse  
**05 62 27 00 05**  
chemins-compostelle.com

### À VOIR, À FAIRE

Des visites s'imposent pour découvrir les trésors de cet itinéraire :

- Basilique Saint-Sernin à Toulouse
- Dôme de la Grave à Toulouse
- Église Saint-Jacques à Muret
- Musée Abbai à Carbonne
- Trésor épiscopal à Rieux-Volvestre
- L'église Notre Dame de l'Assomption à Cazères
- Le Grand Presbytère à Martres-Tolosane
- L'abbaye de Bonnefont
- La Collégiale de Saint-Gaudens
- La Cathédrale Sainte-Marie à Saint-Bertrand-de-Comminges et la Basilique Saint-Just-de-Valcabrère

### INFORMATIONS TOURISTIQUES

Espace Tourisme  
14 rue Bayard  
31000 Toulouse  
**05 61 99 44 00**

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



Votre rando en temps réel : scannez-moi et suivez la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



## GR®46 De Roquesérière à Toulouse

Le GR®46 ou le « Conques-Toulouse » est l'itinéraire de liaison de la voie du Puy à la voie d'Arles, homologué GR depuis 2010.

**En Haute-Garonne, il traverse le nord du département de Roquesérière à Toulouse. Deux composantes du patrimoine mondial de l'UNESCO au titre du Bien « Les Chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle en France » enrichissent cet itinéraire : la basilique Saint-Sernin et Hôtel Dieu à Toulouse.**

Le GR®46 en Haute-Garonne arrive depuis Saint-Sulpice sur la commune de Roquesérière par le Bois de l'Hôpital.

Ce parcours nature jusqu'à Verfeil vous fait découvrir les Coteaux du Girou, paisible cours d'eau où il fait bon se balader le long de ses berges grâce aux sentiers de randonnées présents sur les communes de Gragnague et de Saint-Marcel-Paulel notamment.

Un riche patrimoine témoigne de l'histoire de lieux, comme par exemple le château de Bonrepos-Riquet (4 km hors GR), demeure historique de Pierre-Paul Riquet, génie concepteur du canal du Midi.



Rouge et blanc



Difficile



55 km



900 m (cumulé)



Gare SNCF Roquesérière



Bus liO Arc-en-Ciel  
n° 355 ou Gare SNCF





Voir la carte 



Un itinéraire jacquaire qui peut se faire en plusieurs étapes selon vos possibilités et qui s'inscrit dans l'ensemble des chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle en Occitanie.

Cette liaison entre 2 itinéraires jacquaires permet de découvrir d'autres territoires naturels. En Haute-Garonne, les étapes se succèdent en passant de **Roquesérière, Montastruc-la-Conseillère, Gragnague, Bonrepos-Riquet, Saint-Marcel-Palleu, Verfeil, Saint-Pierre, Lavalette, Mons, Gauré, Pin-Balma, Balma et Toulouse.**

Cathédrale Saint-Étienne à Toulouse  
Verfeil





## L'info nature

A proximité de Verfeil, les lacs collinaires du Laragou et de la Balerme sont le refuge de nombreuses espèces d'oiseaux. Les promeneurs peuvent y admirer les gracieux grèbes huppés qui y nichent ainsi que nombreux passereaux, échassiers, foulques et canards. Les lacs font aussi le bonheur des pêcheurs puisqu'ils sont peuplés de carnassiers, de carpes et de poissons blancs.

### ADRESSES UTILES

Un topo guide va être édité prochainement.

**Comité Départemental de la Randonnée Pédestre Haute-Garonne**  
5 Port Saint-Sauveur  
31000 Toulouse  
**05 34 31 58 31**  
randopedestre31.fr.

### OÙ DORMIR ?

**Domaine de Lavergne**  
Chambres d'hôtes  
31380 Gagnague  
**05 61 99 44 10**  
hautegaronnetourisme.com/je-reserve

### OÙ MANGER ?

**La Promenade Sapentis**  
31590 Verfeil  
**05 34 27 85 42**  
restaurant-la-promenade.fr

**La Gagnaguette**  
100 Route de l'Argou  
31380 Gagnague  
**06 23 53 95 71**

### À VOIR, À FAIRE

**Visite de Verfeil**  
Aux portes du Tarn, du Lauragais et du Pays Tolosan, dans le triangle historique du Pastel, Verfeil cité cathare (Verfuèlh en occitan), vous ouvre ses portes dans le cadre authentique d'un village médiéval. Ne manquez pas de découvrir le musée des Petites Filles modèles de la Comtesse de Ségur.

### INSOLITE

**Musée de Verfeil**  
L'histoire des petites filles modèles  
Place des Poilus  
31590 Verfeil  
**06 82 60 66 00**  
musee-de-verfeil.webnode.fr

### INCONTOURNABLE

**Domaine de Bonrepos-Riquet**  
Place Pierre-Paul Riquet  
31590 Bonrepos-Riquet  
**07 55 63 72 41**  
bonrepos-riquet.fr

### INFORMATIONS TOURISTIQUES

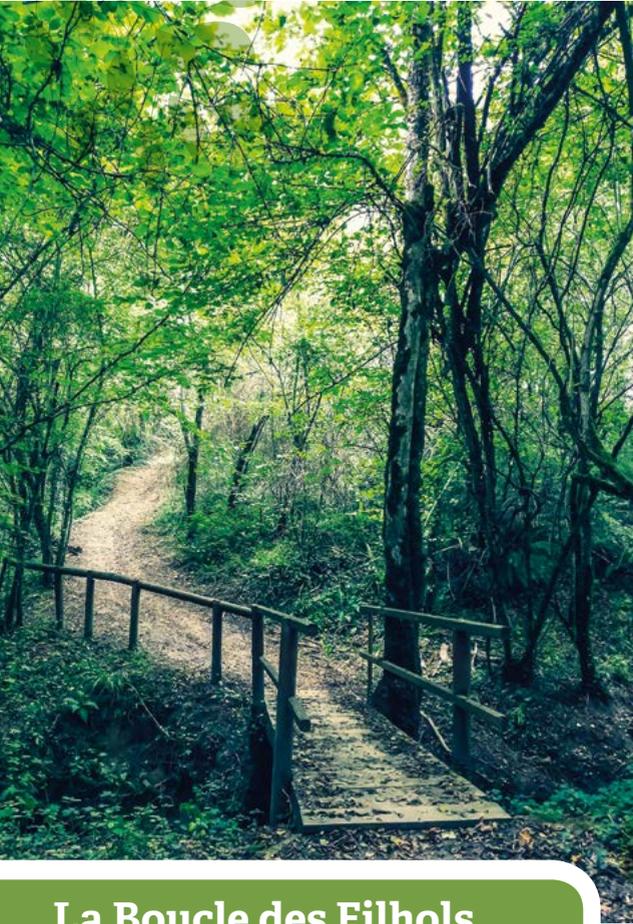
**Office de Tourisme Intercommunal des Coteaux du Girou**  
1 rue du Girou  
31380 Gagnague  
**05 34 27 63 75**

> [bit.ly/Office\\_de\\_Tourisme\\_CoteauxduGirou](https://bit.ly/Office_de_Tourisme_CoteauxduGirou)

Votre rando en temps réel : scannez-moi et suivez la trace GPX.



[randohautegaronne.com](https://randohautegaronne.com)



## La Boucle des Filhols

Un parcours entre ciel et terre, dans l'intimité des sous-bois et sur les hauts-coteaux d'où vous contemplez la vue immense au cœur d'une nature généreuse et préservée.

Ici l'on aime prendre le temps de la découverte, de la rencontre alors pourquoi pas un moment de détente au retour de la balade pour flâner dans la cité médiévale de Villemur-sur-Tarn ou profiter des visites guidées proposées par l'Office de Tourisme et faire une pause sur les berges rafraichissantes du Tarn. Cette boucle, au départ de Villemur-sur-Tarn, peut être reliée à celle de Bondigoux « De coteaux en vallons », en passant par la « Croix de Peyre », ce qui représente un parcours de 21 km qui peut intéresser les grands marcheurs, toujours en restant sur les hauteurs des coteaux.



 Jaune

 Moyen

 11 km

 Faible

 Place du Souvenir

 Bus liO Arc-en-Ciel n° 351, 355, 352 ou 301





Voir la carte



## ÉTAPE 1

Départ place du Souvenir. Suivre la direction des Greniers du Roy. Poursuivre à gauche rue de l'Hospice, puis Henri de Navarre et avenue du Quercy.

## ÉTAPE 2

Monter la côte des Filhols (D29). Bifurquer à gauche (route de Combe Salbe), la petite route ombragée monte sur le plateau.

## ÉTAPE 3

(Raccourci vers 7 : tourner à gauche.) Arrivés sur le plateau, partir à droite (belle vue sur la campagne), puis descendre à gauche la piste carrossable. Traverser la route et se diriger vers le hameau des Filhols. Continuer tout droit en s'engageant dans l'impasse.

## ÉTAPE 4

Prendre la piste à droite au niveau de la ferme de la Colombe et la suivre jusqu'en bas de la descente.

## ÉTAPE 5

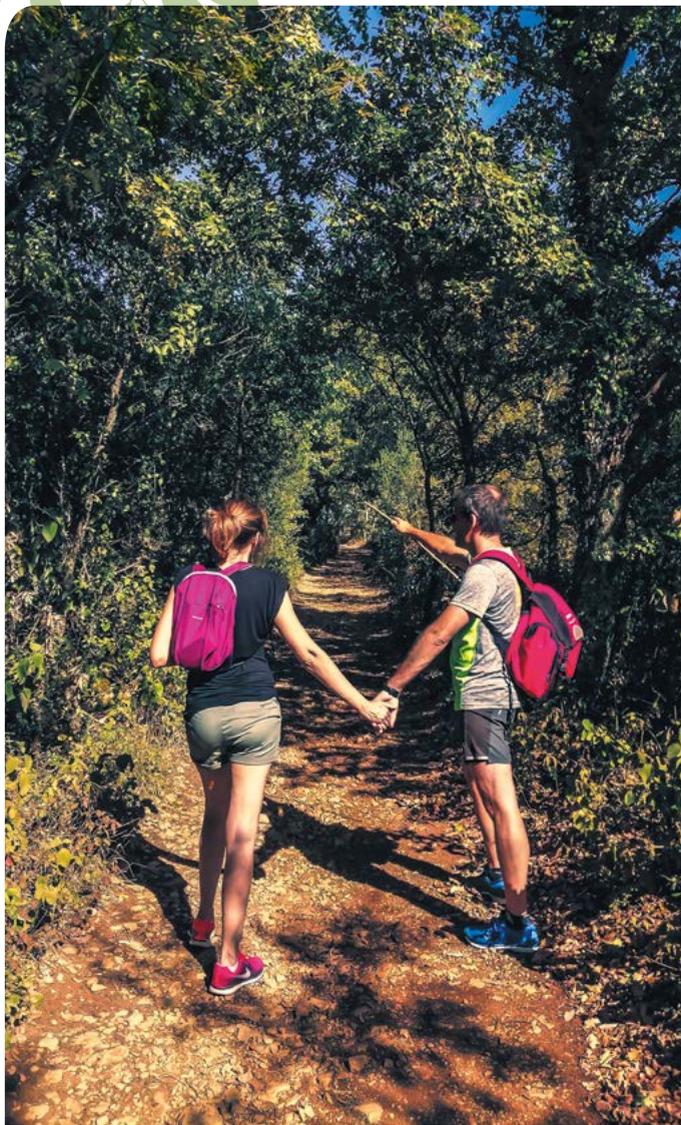
Tout en bas de la piste, tourner à gauche et tout de suite après prendre le sentier à droite pour rejoindre et suivre le ruisseau ombragé. Traverser la D29, descendre les escaliers et poursuivre sur le sentier en sous-bois.

## ÉTAPE 6

A l'embranchement, partir à gauche sur la piste qui remonte sur le plateau. Peu après la maison située à droite, s'engager à droite sur la crête de Cambourel qui descend vers la D22. Remarquer à gauche la croix en pierre et le point de vue panoramique sur le Tarn.

## ÉTAPE 7

Prendre à gauche sur la D22. Peu après, s'engager à droite sur le chemin de terre qui longe le Tarn. Rejoindre le centre-ville par la rue de la République. Remarquer au début de la rue la plaque indiquant la crue de 1930.





## L'info nature

Ancienne voie ferrée réhabilitée en piste cyclable et pédestre, la Voie verte Val'Aïgo vous fera profiter d'un parcours agréable et sécurisé de près de 30 km entre Bessières et Bressols. Nichée dans la vallée du Tarn, alternant espaces ensoleillés et ombragés, elle vous offrira la joie d'une promenade à la découverte des paysages de la région dans un cadre naturel et apaisant.

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?

##### La Ginestière

Gîte  
726 route de Villemur  
31340 Villematier  
**06 70 29 23 73**  
gitelaginestiere.fr

##### L'Alcove

Hôtel-restaurant  
290 chemin de la Placette  
31340 Villemur-sur-Tarn  
**05 61 09 84 80**  
restaurant-alcove.fr

#### OÙ MANGER ?

##### L'Étang d'Ô

66 avenue général Leclerc  
31340 Villemur-sur-Tarn  
**05 61 09 02 38**  
restaurantletangdo.fr

#### À VOIR, À FAIRE

##### Visite de Villemur-sur-Tarn

Découvrez son patrimoine architectural remarquable avec sa Tour de défense du XIIème et ses Greniers du Roy du XVIIème, tous deux chargés d'histoire et inscrits au patrimoine historique. Ici, les ruelles aux noms évocateurs rappellent le passé mouvementé de la ville : les anciennes fortifications, le passage d'Henri II de Navarre, une célèbre bataille lors des guerres de Religion, la terrible crue du Tarn de 1930, l'épopée Brusson.

#### INFORMATIONS TOURISTIQUES

##### Office de Tourisme Val Aïgo

1 place Charles Ourgaut  
31340 Villemur-sur-Tarn  
**05 34 27 97 40**

> [tourisme-valaigo.fr](http://tourisme-valaigo.fr)



Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)





## La Boucle de Laréole

Sur les hauteurs des Hauts-Tolosans, au détour d'un sentier, vous découvrirez l'imposante silhouette du magnifique Château de Laréole, construit au XVIème siècle.

**La boucle de Laréole, offre de magnifiques vues panoramiques sur les premiers coteaux du Gers et la chaîne des Pyrénées au lointain.**

Il y fait bon s'extasier et respirer aux alentours du château de Laréole et sur les hauteurs que proposent les petits chemins de traverses. Le hameau perché de Saint-Menne et les fermes disséminées agrémentent ces paysages ouverts et vallonnés. Au gré des saisons, le chemin de randonnée change d'ambiance en fonction de la pousse des cultures agricoles alentour et on peut y sentir l'odeur reconnaissable entre mille de l'ail violet de Cadours.



 Jaune

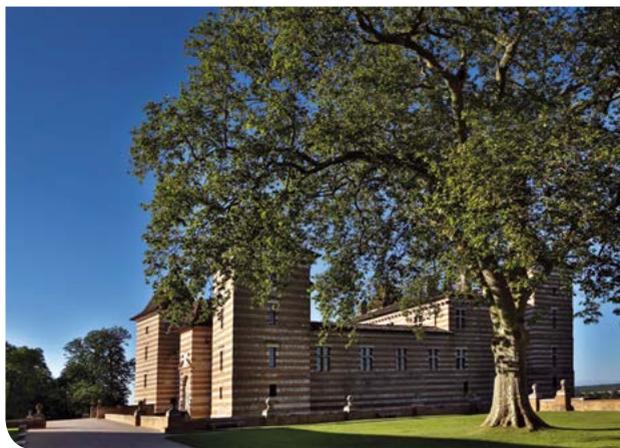
 Facile

 9,5 km

 233 D+

 Église ou château

 Bus liO Arc-en-Ciel  
n° 326 ou 373





## ÉTAPE 1

Se rendre sur la place du village et se placer dos à la croix, prendre la petite route goudronnée en face sur votre gauche. A environ 800 m, tourner à droite sur le chemin goudronné, puis tourner à gauche sur le chemin goudronné sur 50 m.

## ÉTAPE 2

Continuer tout droit 1,2 km et arriver sur la RD 41c. Tourner à gauche et profiter de la vue sur les Pyrénées à votre gauche, sur les clochers des villages de Saint-Menne puis Brignemont sur la droite.

## ÉTAPE 3

Tourner à droite sur un chemin de terre puis à la fourche de deux chemins, continuer sur le chemin de gauche, qui monte. En haut du chemin, tourner à droite sur un chemin goudronné.

Tourner à droite sur RD direction le village de Saint-Menne, que vous traversez. A la sortie du village, avant la côte, prendre le chemin de terre sur votre droite.

## ÉTAPE 4

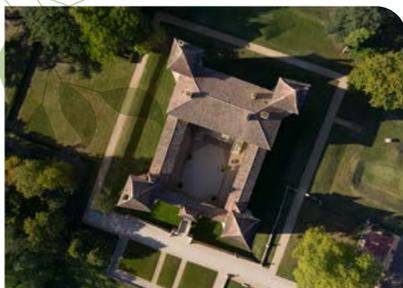
Au bout de ce chemin (usine d'aulx en face), tourner à droite sur RD direction Cadours, Laréole puis re-tourner à gauche direction Cadours sur RD 89.

## ÉTAPE 5

Tourner ensuite à droite (en face des serres) sur le chemin goudronné qui conduit à la chapelle et son cimetière. Au bout du chemin après la chapelle, tourner à droite sur la D29 direction le village de Laréole.

**Nouveau :** un sentier de découverte de la faune et de la flore dans le parc du château (2,5 km).





## L'info nature

Le parc du château de Laréole abrite des arbres remarquables tel un platane plus que centenaire, un tilleul à port pendulaire sensiblement du même âge et quelques noyers d'Amérique côté Est (*Juglans Nigra*) assez rares.

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?

##### La Clé des Champs

*Chambre d'hôtes*

Au Village

31480 Drudas

**05 61 85 54 13**

[lacleeschamps-drudas.com](http://lacleeschamps-drudas.com)

##### En Cabardes

*Gîte*

En Cabardes

31480 Laréole

**05 61 99 44 10**

[haute-garonnetourisme.com/je-reserve](http://haute-garonnetourisme.com/je-reserve)

#### OÙ MANGER ?

##### Château de Laréole

*Salon de thé*

*En juillet/août, du mardi au dimanche, de 11h à 19h*

Place du Village

31480 Laréole

**05 61 06 33 58**

[haute-garonnetourisme.com](http://haute-garonnetourisme.com)

#### À VOIR, À FAIRE

##### Visite commentée du château de Laréole

Visite, exposition, salon de thé, librairie

*Ouvert de juin à septembre*

Place du Village

31480 Laréole

**05 61 06 33 58**

[haute-garonnetourisme.com](http://haute-garonnetourisme.com)

#### INSOLITE

##### Musée de la poterie de Cox

*Ouvert de mai à octobre.*

Route de Toulouse

31480 Cox

**05 62 13 70 31**

[museecox.fr](http://museecox.fr)

#### INCONTOURNABLE

##### Tester l'ail violet de Cadours

L'ail violet de Cadours se reconnaît à sa couleur violette à stries violacées. AOP depuis mai 2017, il est reconnu dans les meilleurs cuisines. Une véritable consécration pour les 80 producteurs de cette plante que l'on trouve sur les étals locaux dès le mois de juillet.

### INFORMATIONS TOURISTIQUES

#### Office de Tourisme des Hauts-Tolosans

38 rue Victor Hugo

31330 Grenade

**05 61 82 93 85**

> [tourisme-hautstolosans.fr](http://tourisme-hautstolosans.fr)

Votre rando en temps réel : scannez-moi et suivez la trace GPX.



[randohaute-garonne.com](http://randohaute-garonne.com)

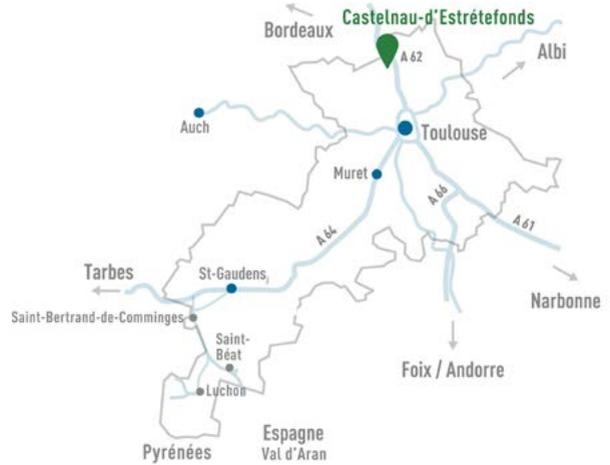


## Balade entre Village et Vignoble

Au départ du centre bourg, cette randonnée vous propose une alternance de passages entre la fraîcheur des bois et les chemins du vignoble.

La partie basse du village, sous le charme des édifices civils du XIX<sup>ème</sup> siècle, est surplombée par l'église et le château et contraste avec le Castelnau d'aujourd'hui.

Les coteaux vous offrent une vue imprenable sur les environs et font la transition avec la plaine. S'y étend le vignoble millénaire du Frontonnais, et son cépage de « la Négrette », qui a dans le Sud-Ouest une notoriété établie.



 Jaune

 Facile

 9 km

 Faible

 Place Lagleize ou gare

 Gare de Castelnau-d'Estrétefonds





## ÉTAPE 1

Départ : Parvis de citoyens / Mairie de Castelnaud-d'Estrétefonds. Prendre à gauche par l'impasse des Petites Fontaines, au fond, monter l'escalier et remonter à gauche le chemin des Carabiniers. Au bout de ce chemin, tourner à gauche sur la D29 route de Fronton, après 300 m tourner à droite chemin d'Embalans.

## ÉTAPE 2

Emprunter le chemin du Toil, continuer tout droit sur ce chemin et traverser la route de Saint-Rustice pour rejoindre en face le chemin du Devès.

## ÉTAPE 3

Après 600 m, prendre à droite le chemin des Tuilliers, puis traverser les vignes « Manaoutou » et le domaine Bois de Devès. Revenir sur le chemin du Devès jusqu'à la route de Saint-Rustice, prendre en face le chemin des Albanes. Traverser la D29 route de Fronton, pour rejoindre le chemin du cimetière.

## ÉTAPE 4

Continuer en descendant cette rue, prendre à droite chemin du Péchabé (attention très pentu) OU continuer de descendre la rue (passer devant l'Eglise où se trouve, à l'arrière, le Parc du Terroir) jusqu'au passage du Cantou, descendre les escaliers, et suivre l'impasse des petites fontaines jusqu'à la Mairie.





## L'info nature

Gravière renaturée, le site de la Gravette est un espace constitué d'une zone humide de 18 ha nichée au cœur de la plaine de la Garonne. Bordé par la rivière l'Hers-Mort, il participe à l'amélioration de la qualité hydrologique et écologique de ces deux cours d'eau et favorise le développement et l'enrichissement de la biodiversité, il est aménagé en sentier d'interprétation.

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?

##### Domaine de Saint-Guilhem

*Chambres d'hôtes*  
1619 chemin de Saint-Guilhem  
31620 Castelnau-d'Estrétefonds  
**05 61 82 12 09**  
[domainesaintguilhem.com/accueil.vdom](http://domainesaintguilhem.com/accueil.vdom)

##### Hyris

*Chambres d'hôtes*  
495 route de Bordeneuve  
31620 Villaudric  
**06 20 70 34 22**  
[chambrehyris.com](http://chambrehyris.com)

##### Les Coquelicots

*Chambres d'hôtes*  
875 C chemin de Pourradel  
31620 Fronton  
**06 73 76 29 50**

#### OÙ MANGER ?

##### Au Gré des Envies

D820  
31620 Castelnau-d'Estrétefonds  
**05 62 22 76 40**  
[au-gre-des-envies.eatbu.com](http://au-gre-des-envies.eatbu.com)

#### À VOIR, À FAIRE

##### Château Caze

45 rue de la Négrette  
31620 Villaudric  
**05 61 82 92 70**  
[chateaucaze.com](http://chateaucaze.com)

##### Domaine Plaisance

102 place de la Mairie  
31340 Vacquiers  
**05 61 84 97 41**  
[plaisancepenavayre.fr](http://plaisancepenavayre.fr)

Découvrez tous les labellisés Vignobles et Découvertes  
[vignoblesetdecouvertefronton.com](http://vignoblesetdecouvertefronton.com)

##### Château Joliet

*Domaine viticole*  
345 chemin de Caillol  
31620 Fronton  
**05 61 82 46 02**  
[chateaujoliet.com](http://chateaujoliet.com)

#### INFORMATIONS TOURISTIQUES

Office de Tourisme  
du Vignoble de Fronton  
140 allée du Château  
31620 Fronton  
**05 61 74 80 69**

> [vins-de-fronton.com](http://vins-de-fronton.com)

Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



## Le Circuit de la Libellule

Située aux limites nord du département, la forêt de Buzet s'étale sur plus de 460 hectares. Classée en Espace naturel sensible (ENS) depuis 2016, elle abrite mare, forêt, et prairie.



Jaune et orange



Très facile



4,7 km



Très faible



Parking nord de la forêt

Inaugurée en 2020, la Maison de la Biodiversité est implantée au chai des Monges près de Paulhac au cœur de la forêt. Ce nouvel outil pédagogique sensibilise les plus petits comme les plus grands sur les milieux naturels et comment les préserver.

Le circuit de la Libellule fait partie d'une collection de parcours pédagogiques proposés pour informer de l'importance de la biodiversité et de découvrir de façon ludique les chemins des sous-bois. Les plus petits s'amuseront à trouver les panneaux « Libellule » pour indiquer le chemin à leurs parents. Restez sur les sentiers balisés, afin de préserver la biodiversité en limitant le dérangement des espèces !





Voir la carte



## ÉTAPE 1

Dos au parking nord, emprunter le platelage qui part sur la gauche à partir du premier pictogramme Libellule et suivre la grande boucle du parcours d'« Etienne le vieux chêne ».

## ÉTAPE 2

Sur votre gauche, descendre du platelage et continuer jusqu'au prochain pictogramme Libellule. Continuer tout droit sur le sentier balisé jaune.

## ÉTAPE 3

Tourner à droite au pictogramme Libellule. Suivre le sentier balisé jaune. Au niveau de la parcelle 11, continuer tout droit sur le sentier balisé orange.

## ÉTAPE 4

Au prochain pictogramme Libellule, tourner à droite entre les parcelles 16 et 10 et continuer tout droit jusqu'à la Grande Trace.

## ÉTAPE 5

Sur la Grande Trace, tourner à droite et continuer tout droit jusqu'à la prochaine intersection. Prendre la première à gauche au pictogramme Libellule et emprunter le chemin qui passe entre les parcelles 6 et 15. Suivre le sentier balisé jaune.



## ÉTAPE 6

Au pictogramme Libellule suivant, tourner à gauche devant la parcelle 14. Passer devant le panneau d'informations « La forêt à la loupe » situé sur la droite du chemin puis, continuer tout droit jusqu'au prochain pictogramme Libellule.

## ÉTAPE 7

Tourner à droite et continuer tout droit sur le sentier balisé jaune en direction de la Maison Forestière. Après le panneau d'informations « L'histoire de la forêt », tourner sur la droite en suivant les balises jaunes en direction de l'Arboretum. Rejoindre le chemin qui mène à la Maison de la Biodiversité et passer devant la Maison de la Biodiversité, puis se diriger vers la mare.





## L'info nature

La forêt de Buzet s'étale sur les deux premières terrasses alluviales de la rivière Tarn. Cette forêt de chênes constitue le reliquat de celle qui s'étendait au Moyen-Age jusqu'au village perché de Montjoire.

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?

**La Baronne**  
Chambre d'hôtes  
350 route de Mézens  
31660 Buzet-sur-Tarn  
**05 61 58 36 78**  
lesvergersdenotredame.  
com

#### OÙ MANGER ?

**La Métairie**  
30 route de la Forêt  
31380 Paulhac  
**05 61 99 64 59**  
metairie-paulhac.fr

#### À VOIR, À FAIRE

**Visite de la Maison de la Biodiversité**  
En plein cœur de la forêt, idéale pour mieux comprendre les espaces naturels sensibles.  
**La Maison de la Biodiversité**  
Parking Nord RD 16  
31380 Paulhac  
**05 34 33 17 50**

#### INCONTOURNABLE

**Point de vue à 360° depuis le village de Montjoire**  
Les deux tables d'orientation de la place du Fort offrent un panorama exceptionnel, dont une vue sur les Pyrénées !

### INFORMATIONS TOURISTIQUES

Office de Tourisme  
Intercommunal  
des Coteaux du Girou  
1 rue du Girou  
31380 Gragnague  
**05 34 27 63 75**

> [bit.ly/Office\\_de\\_Tourisme\\_CoteauxduGirou](https://bit.ly/Office_de_Tourisme_CoteauxduGirou)



Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



## La Boucle de Jefferson

Rebaptisé ainsi car le futur Président des USA Thomas Jefferson est venu en personne visiter le bassin de Saint-Ferréol en 1789, cet itinéraire vous mène de Revel au lac de Saint-Ferréol, le réservoir du canal du Midi.

**Vous découvrirez la halle du XIV<sup>ème</sup> siècle et le beffroi au cœur de la bastide de Revel fondée en 1342.**

En chemin, vous traversez la rigole de la Plaine (UNESCO) pour accéder au bassin de Saint-Ferréol (UNESCO). C'est le plus ancien barrage de France et une vraie « mer » à la montagne : baignade, activités nautiques, pinède, parc romantique avec son jet d'eau et le Réservoir, LE musée du canal du Midi.

Pour une expérience encore plus réussie, profitez des bons produits du marché de Revel, un des 100 plus beaux de France, pour composer votre pique-nique 100 % local.



Jaune et orange



Facile



10 km



Faible



Salle Claude Nougaro



Bus liO Arc-en-Ciel  
n° 356, 357, 767 ou 414





## ÉTAPE 1

De la halle, place Philippe VI de Valois, prendre à gauche la rue de Dreuilhe. Dans son prolongement, traverser le rond-point et suivre l'avenue de Vaudreuil, bordée d'arbres. Passer le long de la caserne des pompiers et se diriger en face vers Vaudreuil.

## ÉTAPE 2

Tourner à gauche sur le chemin qui longe la rigole sans la traverser. Au premier pont, franchir la rigole et suivre en face le chemin des Lavandières sur 500 m. Couper la route et grimper par le chemin empierré et pentu de Rastel. Il gravit le coteau à travers un bosquet, puis se transforme en chemin herbeux sur le plateau, bien dégagé. A l'intersection, traverser la route et descendre le chemin de Calès.

## ÉTAPE 3

A la route, tourner à droite puis de suite à gauche sur la digue à la stèle de Pierre-Paul Riquet. Traverser la digue.

## ÉTAPE 4

Variante : tourner à droite sur le petit parking qui surplombe la route pour prendre le petit sentier qui descend dans les arbres. Passer sous la digue du bassin près de la gerbe.

## ÉTAPE 5

Prendre la piste qui longe le lac. A l'entrée du bassin, tourner à gauche au 1er petit pont et continuer la piste.



## ÉTAPE 6

Après la base nautique, traverser le parking et virer à droite, rue du Général Marbot prolongée par un sentier rapide et raviné. S'engager sur la petite route près du domaine de la Pergue et la redescendre jusqu'à la Rigole.

## ÉTAPE 7

Franchir le pont, tourner à gauche et suivre la rigole. Au croisement, laisser la rigole pour bifurquer à gauche vers l'avenue de Roquefort et continuer dans son prolongement la rue Georges Sabot.





## L'info nature

C'est au cœur de la Montagne noire que se situe LA source du canal du Midi. Depuis la prise d'Alzeau à 680 m d'altitude jusqu'au seuil de Naurouze, le génial concepteur du canal du Midi, Pierre-Paul Riquet, a mis au point un réseau artificiel innovant composé de deux rigoles, classé au Patrimoine Mondial de l'Humanité par l'UNESCO depuis 1996.

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?

**Domaine de Montcausson**  
Chambres d'hôtes  
31250 Revel  
**05 61 99 44 10**  
hautegaronnentourisme.  
com/je-reserve

**Hôtellerie du Lac**  
22 avenue Pierre-Paul  
Riquet  
Saint-Ferréol  
31250 Revel  
**05 62 18 70 80**  
hotel-restaurant-saint-  
ferreol.com

#### OÙ MANGER ?

**Le Bistrionome**  
5 boulevard de la  
République  
31250 Revel  
**05 62 80 75 53**

**Le 20**  
20 boulevard Pierre-Paul  
Riquet  
Saint-Ferréol  
31250 Revel  
**05 62 18 93 37**

**L'Atelier M**  
2 rue Charles André Boule  
31250 Revel  
**05 34 43 15 91**

#### À VOIR, À FAIRE

**Le MUB - Musée du Bois et  
de la Marqueterie**  
13 rue Jean Moulin  
31250 Revel  
**09 67 21 72 10**  
museedubois.com

**Marché de Revel**  
Le samedi matin. L'un des  
plus beaux de France.

#### INSOLITE

**Visite du beffroi**  
Un point de vue  
sensational : datant de  
1834, c'est lui qui sonne  
l'heure à toute la ville. Le  
garde champêtre et crieur  
public y a vécu jusqu'en  
1965.  
**05 34 66 67 68**

#### INCONTOURNABLE

**Lac de Saint-Ferréol**  
Pour se reposer et se  
baigner (baignade  
surveillée l'été).

### INFORMATIONS TOURISTIQUES

Office de Tourisme  
« Aux sources du Canal du Midi »  
Beffroi  
Place Philippe de Valois  
31250 Revel  
**05 34 66 67 68**

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



Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



## Les Secrets du Pastel et Herbes Folles

Parcourez la charmante bastide de Montgeard, témoin de l'âge d'or du Pastel, plante tinctoriale qui a fait la fortune du Lauragais à la Renaissance.

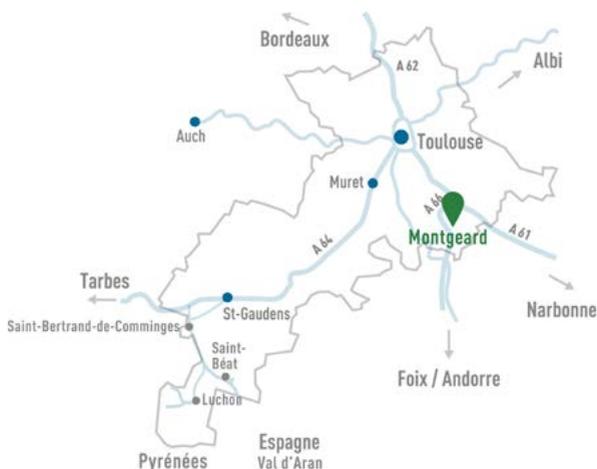
Cette bastide a été fondée par le roi de France Philippe V en 1317.

Qui pourrait croire que ce petit village de 500 habitants aujourd'hui était autrefois, à l'âge d'or du pastel, une grande ville renommée dans tout le Lauragais ?

**Au XVIème siècle, le Midi toulousain connût un essor sans précédent grâce au commerce du Pastel, exporté à travers toute l'Europe. La campagne se couvrit alors de châteaux, d'hôtels particuliers, d'églises et de pigeonniers. De simples propriétaires terriens devinrent des bourgeois fortunés, accédant même pour certains à la noblesse. Mais savez-vous qu'autrefois cette plante servait à confectionner une belle teinture bleue ?**

Lors de ce parcours, vous cheminerez le long des ruelles de briques roses, sous le regard de sa remarquable église, et de son château, avant de parcourir la campagne environnante et le lac de la Thésauque.

Vous pourrez admirer les plans de pastel dans les ruelles du village.



 Jaune

 Facile

 10 km

 Faible

 Église

 Bus liO Arc-en-Ciel n° 327





## ÉTAPE 1

Passer devant l'église dans la rue des arcades, puis devant le château (XVIème). Traverser avec prudence la D19 pour aller en face. Marcher sur le petit chemin qui descend le long de la belle bâtisse de briques.

## ÉTAPE 2

Au panneau « Rue de la Tour », tourner à droite, puis à gauche en suivant la route. Suivre le chemin gravillonné sur la gauche pendant 2,6 km.

Au panneau « Péjon », continuer tout droit, puis traverser la D19, et s'engager dans le chemin en face.

## ÉTAPE 3

Turner à gauche au panneau « Moulin d'en Haut » et suivre le chemin enherbé. A l'intersection avec le chemin de Casal, continuer tout droit.

## ÉTAPE 4

Continuer sur la D25. A l'intersection suivante, s'engager à droite sur le chemin du Vié. A la route, prendre à gauche le virage en épingle à cheveux, et poursuivre jusqu'à la D25. Tourner à gauche et longer la D25 jusqu'au lac de la Thésauque.

Arrivé au lac, continuer tout droit.

## ÉTAPE 5

Turner à gauche au panneau de la « Couloumière ». Marcher le long du lac.

Au panneau « Rival », tourner à gauche. Remonter le chemin du Rival jusqu'à la route menant à Montgeard et rejoindre le village jusqu'au point de départ.





## L'info nature

Mais que sont vraiment les « herbes folles » ? Appelées « mauvaises herbes », elles jouent un rôle essentiel dans notre écosystème. Ces plantes servent de refuge et de nourriture à de nombreux insectes. Saviez-vous que l'ortie sert de lieu de ponte aux papillons ? Que le pollen abondant des coquelicots est le mets favori des abeilles et des bourdons ?

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?

**Flower Camping de la Thésauque**  
384 chemin de la Thésauque  
31560 Montgeard  
**05 61 81 34 67**  
campingthesauque.com

#### OÙ MANGER ?

**Hôtel-restaurant l'Auberge du Pastel**  
Route de Villefranche-de-Lauragais  
31560 Nailloux  
**05 61 81 46 61**  
hotel-restaurant-pastel.com

**Parenthèse Café**  
ZA du Tambouret  
2 avenue de Cocagne  
31560 Nailloux  
**05 61 45 58 06**

#### À VOIR, À FAIRE

Base de loisirs  
**Lac de la Thésauque**  
31560 Montgeard  
**07 68 50 18 00**

#### INSOLITE

**Le pastel**  
Du latin « Isatis Tinctoria », il a marqué l'histoire du Lauragais et est utilisé aujourd'hui pour ses vertus dermatologiques.

#### INCONTOURNABLE

**Visite de Montgeard**  
Montgeard est une bastide fondée en 1317 par le roi de France Philippe V le Long. Le village a connu son heure de gloire au XVIème siècle. En effet, autrefois, de riches marchands y habitaient : de simples propriétaires terriens, ils étaient devenus des personnages importants grâce à la culture du pastel.

### INFORMATIONS TOURISTIQUES

**Lauragais Tourisme**  
Nailloux Outlet Village Unité 82  
31560 Nailloux  
**05 62 57 09 68**

> lauragais-tourisme.fr



Votre rando en temps réel :  
scannez-moi et suivez la trace GPX.



randohautegaronne.com



## La Boucle d'En Mauran

Le Sud-Est Toulousain, est la destination idéale pour se recentrer sur l'essentiel : vivre en famille, en couple ou entre amis, des moments intenses, authentiques et de qualité !

**Des portes de Toulouse aux coteaux du Lauragais, le Sicoval vous offre un voyage au pays de Cocagne !**

C'est un territoire étonnant, riche de ses contrastes, aux paysages parsemés de collines offrant des vues remarquables sur la chaîne des Pyrénées. Il vous ouvre les bras et vous raconte son histoire au travers d'un patrimoine naturel et architectural diversifié. Que vous soyez amateur d'Histoire, de sports de pleine nature, friand de découvertes, partisan de balades en famille ou de soirées animées entre amis, notre territoire saura vous surprendre !

De la bosse d'En Mauran aux berges du Canal du Midi, cette boucle autour du village d'Ayguesvives offre un vaste panorama sur la vallée de l'Hers. Vous aurez notamment l'occasion de découvrir les châteaux d'Ayguesvives et les ouvrages architecturaux jalonnant le Canal.



 Jaune

 Facile

 7 km

 Très faible

 Place du Fort

 Bus liO Arc-en-Ciel  
n° 383





Voir la carte



## ÉTAPE 1

Emprunter le passage sous les arcades entre le château et l'Orangerie (construits par Martin d'Ayguèsvives, seigneur d'Ayguèsvives et ancien Capitoul de Toulouse, vers 1740 - 1750) pour accéder au parc public. Continuer tout droit. Après 300 m, descendre l'escalier situé au fond du parc à gauche, puis prendre la route à droite sur 150 m. Longer les maisons jusqu'au n° 12.

## ÉTAPE 2

Après la maison, obliquer à droite et monter par le sentier peu visible le long d'un grillage. Poursuivre sur 500 m. En haut de la côte, le chemin tourne à droite. Continuer jusqu'à la route. Bifurquer à gauche, puis tout de suite à droite sur le chemin empierré. Le suivre sur 250 m jusqu'à une intersection. Possibilité de diverticule vers la Croix d'En Mauran (appelée aussi Croix des Albigeois).

## ÉTAPE 3

Continuer tout droit et poursuivre par la route sinueuse qui descend. Passer un premier croisement et continuer jusqu'au prochain carrefour.

## ÉTAPE 4

Tourner à droite et longer la route jusqu'au ralentisseur. Traverser pour s'engager sur le chemin de la Bedene, puis emprunter à gauche l'allée du château. Passer la porte d'Ayguesvives et suivre la route sur le côté gauche jusqu'au passage piéton. Traverser et poursuivre dans la même direction jusqu'à une intersection de chemins.

## ÉTAPE 5

Continuer tout droit. Longer le ruisseau de l'Amadou, puis le canal du Midi jusqu'à une intersection. Tourner à droite, emprunter la passerelle pour passer l'écluse de Ticaille. Longer la maison éclusière et le canal du Midi pour



rejoindre l'écluse du Sanglier. Vous passerez sur l'aqueduc de l'Amadou et le port des Landes. Franchir le canal.

## ÉTAPE 6

Suivre la route goudronnée. Passer devant une ferme et longer une seconde borde. Continuer sur 300 m jusqu'à une intersection.

## ÉTAPE 7

Tourner à droite et emprunter le chemin enherbé sur 500 m, puis bifurquer à gauche. Longer le collège et suivre la route qui tourne à droite jusqu'au rond-point. Suivre la direction de Baziège. Passer devant un ancien château et prendre la 2ème rue à gauche, chemin de Toulouse, pour rejoindre le point de départ.



## L'info nature

Le ruban d'eau qu'est le canal du Midi forme un véritable écosystème. On retrouve des espèces aquatiques comme la lentille d'eau, qui peut complètement recouvrir sa surface ! On pourra observer des plantes à fleurs : la Vallisnérie spirálée, un herbier aquatique aux fleurs blanches. Les eaux hébergent de nombreux poissons et parfois quelques tortues.

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?

**Camping Les Peupliers**  
RD813  
31450 Ayguesvives  
**06 20 91 38 15**  
[camping-lespeupliers.fr](http://camping-lespeupliers.fr)

#### OÙ MANGER ?

**L'Escarbille**  
23 RD 813  
31450 Montgiscard  
**05 61 81 90 52**  
[escarbille.fr](http://escarbille.fr)

#### À VOIR, À FAIRE

**Écluse d'Ayguesvives**  
Écluse simple située sur le canal du Midi. Parmi les constructions formant le hameau de Ticaille, autour de l'écluse, se trouvent une briqueterie qui contribua à bon nombre d'ouvrages d'art du canal ainsi qu'un moulin, construit en 1831 par l'un des successeurs de Riquet. L'aqueduc à 150 m est resté pratiquement intact depuis sa construction en 1687.

#### INSOLITE

**Une histoire d'écluse : l'écluse du Sanglier**  
Non loin de cette balade, découvrez la double écluse du Sanglier. Intacte depuis sa réfection au XIII<sup>ème</sup> siècle, son nom rappelle une anecdote : celle de la prise d'un sanglier « d'une énorme grandeur » par les ouvriers chargés de la construction de l'ouvrage. La maison éclusière date de 1752.  
Inscrit aux monuments historiques depuis 1998.

#### INCONTOURNABLE

**Le canal du Midi**  
Il a été inscrit sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO en 1996. Construit entre 1667 et 1694 par Pierre-Paul Riquet sous le règne de Louis XIV, cette construction géniale a également été conçue comme une œuvre d'art.

### INFORMATIONS TOURISTIQUES

Communauté d'agglomération  
**du Sicoval**  
Service Tourisme  
110 rue Marco Polo  
31670 Labège  
**05 62 24 02 02**

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



Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



## Cœur Historique Garonne et Panorama

« Respirez Nature » depuis le cœur historique de Muret !

**Une balade authentique en zone Natura 2000, où vous pourrez observer une biodiversité préservée ou visiter des ateliers d'artistes.**

Tout en admirant l'architecture des maisons traditionnelles aux façades en briques de Toulouse et galets de Garonne, vous pourrez vous rafraîchir les pieds dans l'eau en berges de Garonne, et vous profiterez d'un panorama remarquable sur les falaises.

Testez la traversée insolite avec le bac sur la Garonne depuis l'Aouach, votre balade en sera encore plus originale.



Jaune et rouge/blanc



Intermédiaire



18 km



Moyen



Gare SNCF



Gare de Muret





Voir la carte



## ÉTAPE 1

Dos à la gare, prendre à gauche le boulevard E. Faure, puis à droite l'avenue P. Il D'Aragon et tout de suite à gauche la rue F. Mistral. Longer à droite l'avenue J. Douzans. Traverser au premier passage piéton, suivre le caminot entre les bâtiments jusqu'au boulevard A. Briand. Entrer dans le parc J. Jaurès, suivre le balisage du PR. Rejoindre le musée C. Ader. Emprunter la passerelle sur la Louge.

## ÉTAPE 2

Emprunter en face le passage de la Ligue. Remonter à droite la rue C. Ader. Poursuivre le long des allées Niel en direction de la Garonne.

*Variante courte 3 km : au rond-point des jets d'eau, emprunter à gauche la rue Jean-Jaurès. Longer les quais de la Croisade. Après la Mairie, rejoindre à gauche les bords de la Louge. Longer et revenir à la passerelle sur la Louge. Revenir à la gare par l'itinéraire suivi à l'aller.*

Traverser le pont sur la Garonne (jonction avec le GR®861 Via Garona). Descendre à droite le chemin de la Navère. Au rocher, bifurquer à gauche, emprunter la D56 à droite sur 150 m.

## ÉTAPE 3

Tourner à gauche remonter la Côte de Bétance (600 m). Tourner à droite et longer sur 1,4 km. Continuer tout droit (sud) par la route, puis par le chemin empierré.

## ÉTAPE 4

Descendre à droite par le chemin des Territs en sous-bois. Rester à droite, en descente. Couper la D56 et continuer en face sur le chemin de la Plage. En bord de Garonne, prendre le chemin à gauche. Aux maisons, remonter et tourner à gauche le long de la haie. Traverser l'espace vert, aller à gauche, puis longer à droite la D56 par le trottoir sur 250 m.

## ÉTAPE 5

Remonter à droite la rue Saint-Pierre jusqu'au village d'Estantens. Face à une maison en galets et briquettes, prendre à droite le chemin du Pontil. Au croisement des sentiers, rester sur la gauche, puis gravir le sentier à droite qui arrive à la chapelle Saint-Amans.

## ÉTAPE 6

Traverser par le bac et arriver à la gare de Le Fauga. Itinéraire conditionné à la navigabilité et horaires du bac (se renseigner en amont auprès de l'Office de Tourisme du Muretain) : remonter le chemin de Saint-Amans. Suivre l'itinéraire GR® 861 Via Garona jusqu'au chemin du Bac. Prendre à droite jusqu'à l'Aouach et prendre le bac. Traverser le village de Le Fauga en direction de la gare (suivre A61 et Le Fauga gare).

## ÉTAPE 6 bis

Retour Muret.

Redescendre par le même sentier jusqu'au croisement.

Bifurquer à droite et emprunter le chemin de la Tuilerie jusqu'à un carrefour de routes. Aller en face vers Eaunes, poursuivre tout droit par le chemin goudronné de Montaut. Au centre équestre, emprunter à gauche le chemin empierré qui rejoint la forêt, jusqu'au croisement avec le chemin du Jouliou. Remonter sur ce chemin puis le chemin du Tucol sur 3,5 km. Tourner à gauche à la station d'épuration, revenir au pont Garonne par le GR®861 Via Garona en suivant l'itinéraire aller jusqu'à la gare de Muret.



## L'info nature

L'itinéraire constitue un formidable terrain d'expérimentation pour l'éducation et la sensibilisation à l'environnement, à la qualité de l'eau, à la biodiversité, au développement durable... Plusieurs espèces sont rares et protégées. Vous serez surpris de pouvoir observer notamment une petite tortue : la cistude d'Europe.

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?

**Domaine de Saint-Cassian**  
Chambres d'hôtes  
446 avenue du Pic du Ger  
31600 Muret  
**06 20 35 22 74**  
domainedesaintcassian.com

**Le Gîte du Rayat**  
Gîte et chambre d'hôtes  
161 chemin du Rayat  
31600 Muret  
**06 71 53 66 93**  
gite-muret.com

**Baiolvilla Hosting**  
Gîtes Le Solanelh et Esquirou  
20 rue Baiolvilla  
31600 Muret Estantens  
**06 82 97 50 57**

**Appartement Oyasumi**  
Meublé de tourisme  
100 avenue Pierre II d'Aragon  
31600 Muret  
**06 84 14 88 42**

#### OÙ MANGER ?

**L'Opaline**  
350 route de Rieumes  
31600 Muret  
**05 34 64 59 19**

#### À VOIR, À FAIRE

**Musée Clément Ader**  
6 boulevard Aristide Briand  
31600 Muret  
**05 61 51 91 40**

Ateliers d'artistes à visiter :  
**Mes rendez-vous d'Argile**  
126 chemin du Rayat  
31600 Muret  
**06 70 45 96 09**

**Sylviane Perret**  
céramiste-sculpteur  
8 chemin de Saint-Amans  
31600 Muret  
**06 81 63 52 84**

#### INSOLITE

**L'église de l'Aouach**  
Protectrice des pèlerins, des hommes et des animaux qui empruntent le bac pour traverser la Garonne. Des modillons surprenants sont sculptés en toiture et sous le porche.

#### INCONTOURNABLE

**Traverser la Garonne par le bac de Le Fauga**  
Il n'y a pas de moteur et seul le courant fait avancer, selon le savoir-faire du nautonier, le bateau.

(Soumis aux conditions de navigabilité)

### INFORMATIONS TOURISTIQUES

**Office de Tourisme du Muretain**  
13 place de la Paix  
31600 Muret  
**05 61 51 91 59**

> office.tourisme@agglo-muretain.fr



Votre rando en temps réel :  
scannez-moi et suivez la trace GPX.



randohautegaronne.com





## De Rieumes au Lac de Savères

Ce circuit pédestre proposé au départ de Rieumes, à partir du GR®86, a pour objectif de faire découvrir le lac de Savères.

**Le site boisé du lac de Savères peut évoquer des horizons plus lointains, les Vosges disent les plus réservés, le Canada renchérissent les plus exaltés.**

Vous partez pour une agréable randonnée de 17 km empruntant le GR®86 qui vous mène à travers campagne et forêt. Vous bordez et enjambez le ruisseau de la Saverette, pour rejoindre le joli sentier de petite randonnée PR de 4,8 km du Tour du lac de Savères. Différents départs sont possibles pour écouter votre balade, notamment de la D3 avec parking devant la ferme du Paradis.



 Rouge/blanc et jaune

 Moyen

 17 km

 Faible

 Château d'eau

 Bus liO Arc-en-Ciel  
n° 364 ou 305





## ÉTAPE 1

Départ du vieux château d'eau de Rieumes. Prendre le GR<sup>®</sup>86, route de Samatan sur 200 m, puis chemin de la Prade, à gauche. Le balisage est blanc et rouge. Attention à la traversée de la D3 !

Au Croisement de la Hillère, continuer plein sud sur le chemin goudronné (balisage blanc et rouge).

## ÉTAPE 2

Prendre la D58 à droite sur 50 m et prendre le chemin de terre à gauche. Gué de la Saverette : 10 m après, prendre à gauche, tandis que le GR<sup>®</sup>86 part à droite. Le balisage à suivre est maintenant jaune. Le sentier chemine à gauche d'une haie, puis en lisière d'un bois de sapins, puis de feuillus. Le lac apparaît. Gué aménagé : passer sur la rive sud du lac de Savères.

## ÉTAPE 3

Petit détour de 15 mn si vous le souhaitez : en poursuivant le sentier tout droit à l'intersection 100 m avant le gué, on arrive sur la D83e. A 100 m à gauche, vous trouverez une stèle commémorant le combat victorieux du maquis de Rieumes le 17 juillet 1944. Revenir au gué par le même chemin. Vers l'extrémité Est du lac, le sentier s'éloigne de la berge et rejoint une route que l'on suit sur 250 m.

## ÉTAPE 4

A l'entrée du village de Savères, un sentier plein nord ramène sur la berge jusqu'à la digue que l'on emprunte. Vous pouvez également traverser le village pour apercevoir le château XVI<sup>ème</sup> et l'église avec nef XVI<sup>ème</sup> siècle.



## ÉTAPE 5

Prendre le chemin longeant la rive Nord du lac, à gauche, 50 m après l'extrémité de la digue. Vers le milieu de la rive nord le sentier devient plus étroit sur 500 m. A l'extrémité du lac il remonte plein nord à travers la forêt.

Prendre la D58 à gauche sur 300 m pour reprendre le GR<sup>®</sup>86 à droite en direction de Rieumes, à l'étape 4.



## L'info nature

Le paysage contrasté de plaines et de reliefs, de zones boisées et de cultures, de cours d'eau et d'étangs, constitue le biotope naturel des rapaces. Le milan royal, grand charognard, peut atteindre 1,8 m d'envergure. L'aigle botté est habile et puissant. L'épervier d'Europe est un véritable technicien de la chasse dans les haies et les buissons.

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?

##### Tépacap

*Cabane perchée*  
31370 Rieumes

**05 62 14 71 61**

[macabanedanslesarbres.fr](http://macabanedanslesarbres.fr)

##### La Métairie

*Chambres d'hôtes*  
31370 Savères

**05 62 14 71 61**

#### OÙ MANGER ?

##### Les Palmiers

*Hôtel-Restaurant*  
13 place du Foirail  
31370 Rieumes

**05 61 91 81 01**

[aubergelespalmiers.fr](http://aubergelespalmiers.fr)

##### La Patte d'Oie

*Restaurant*  
33 place de la Patte d'Oie  
31370 Rieumes

**05 62 20 38 50**

[resto-rieumes.com](http://resto-rieumes.com)

#### À VOIR, À FAIRE

##### La Ferme du Paradis

*Animaux, parc, jeux pour enfants*

Route de l'Isle-en-Dodon  
31370 Rieumes

**06 18 28 60 54**

[fermeduparadis.com](http://fermeduparadis.com)

#### INSOLITE

##### La Biérataise

*Brasserie artisanale depuis 1996*

*Visite et dégustation*

848 route de  
Poucharramet  
31370 Bérat

**06 11 66 93 13**

[bierataise.com](http://bierataise.com)

#### INCONTOURNABLE

##### Tepacap

*Parc d'attraction, d'aventures et de loisirs*  
Route de l'Isle-en-Dodon  
31370 Rieumes

**05 62 14 71 61**

[tepacap.fr](http://tepacap.fr)

### INFORMATIONS TOURISTIQUES

Office de Tourisme  
Cœur de Garonne

2 place de Marché à la volaille  
31370 Rieumes

**05 62 02 01 79**

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



Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



## Le Balcon des Pyrénées

Parcours riche en faune et en flore, avec de magnifiques vues sur les Pyrénées, et un panorama sur l'ancien quartier de Rieux-Volvestre et sa Cathédrale.



Jaune + panneaux



Facile



7,5 km



120 D+



Rue des Paous



Bus liO Arc-en-Ciel  
n° 359

Cet itinéraire accessible facilement avec des plus petits vous permettra d'apprécier un panorama superbe sur les Pyrénées lorsqu'elles se laissent entrevoir par temps dégagé. Vous pourrez également admirer le point de vue sur la cathédrale Sainte-Marie nichée au cœur de l'ancienne cité épiscopale de Rieux-Volvestre.

Tout au long de votre parcours, la nature préservée de ce chemin enchante. Nos 4 autres cités de caractère, Carbone, Montesquieu-Volvestre, Saint-Sulpice-sur-Lèze et Montbrun-Bocage vous offriront d'autres belles balades pour découvrir nos artisans d'art, nos producteurs et pleins d'autres jolies surprises aux détours des chemins.





## ÉTAPE 1

De la Cathédrale, franchir le pont Lajous et partir à gauche devant le monument aux morts.

## ÉTAPE 2

Traverser la D925 et longer le chemin de l'autre côté vers la gauche, suivre le chemin qui mène à la belle demeure de Renaudis en passant par le pont en briques foraines qui enjambe le Camédon.

## ÉTAPE 3

Quitter le chemin en allant sur la droite sur un sentier arboré, (si présence d'un troupeau ne vous en approchez pas). Continuer sur le chemin de terre pour passer devant les maisons.

## ÉTAPE 4

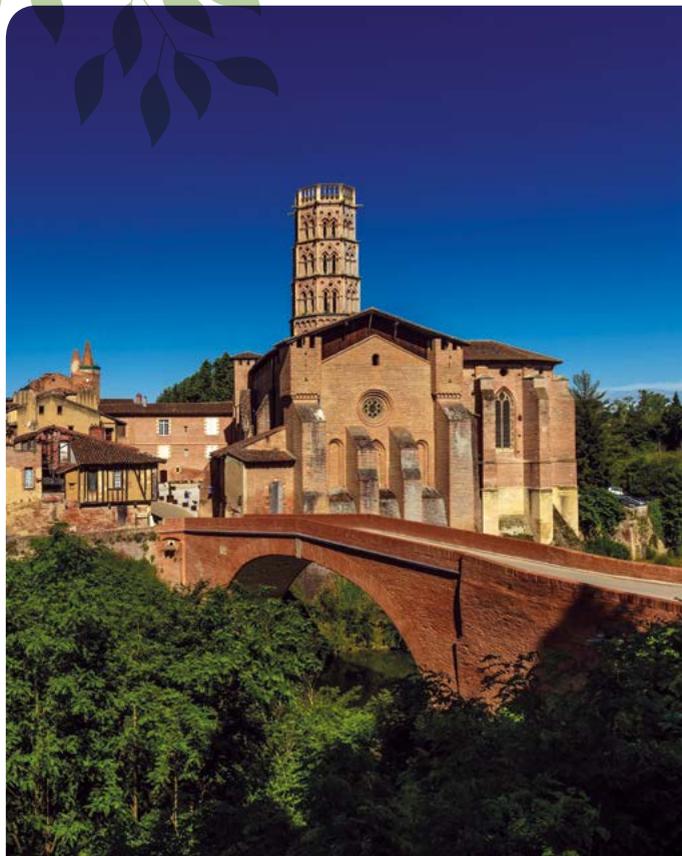
Tourner à droite et rester sur le côté droit de la D25. Prendre la 2ème route.

## ÉTAPE 5

Puis, tourner à gauche vers un sentier en sous-bois agréable et frais en été jusqu'à finir au milieu d'un champ. Rejoindre la route qui est devant.

## ÉTAPE 6

A 10 m à droite de l'autre côté de la route, prendre le sentier qui descend. PRUDENCE dans la descente. Suivre le sentier jusqu'à atteindre un chemin plus large. Prendre à droite.



## ÉTAPE 7

Sur ce chemin prendre la 1ère à gauche à travers les bois. Franchir la « Goutte-d'Arnaud » à gué et remonter à gauche dans le chemin boisé (en tunnel).

## ÉTAPE 8

Prendre à droite et profiter de l'aire de pique-nique et de la vue sur les Pyrénées. Descendre en sous-bois, longer le ruisseau Rimaou, franchir la passerelle, remonter le sentier. En haut de la côte, prendre à droite en direction de la Cathédrale.



## L'info nature

La martre des pins est aussi longue qu'un chat mais deux fois moins haute.

Elle habite dans la forêt et elle craint les humains, donc il est très difficile de la voir car elle se cache. Elle a le cou blanc et le pelage brun. Elle se nourrit de petits insectes, rongeurs et fruits.

## ADRESSES UTILES

### OÙ DORMIR ?

**La Ferme Seglane**  
Chambres d'hôtes  
Lieu-dit Seglane  
31310 Rieux-Volvestre  
**06 22 75 44 12**  
chambresdhotels-de-seglane.com

**Au Cœur du Village**  
Chambres d'hôtes  
5 place de la Halle  
31310 Rieux-Volvestre  
**06 04 01 25 27**

**La Pause Sereine**  
Chambres d'hôtes  
16 rue de la Coquère  
31310 Rieux-Volvestre  
**06 79 76 47 20**

**Les Pesques**  
Chambres d'hôtes  
31220 Palaminy  
**05 61 97 59 28**  
les-pesques.com



### OÙ MANGER ?

**Restaurant la Halle**  
2/4 place de la Halle  
31310 Rieux-Volvestre  
**05 61 87 62 81**  
restodelahalle.com



### À VOIR, À FAIRE

#### Visite du trésor épiscopal de Rieux-Volvestre

Le bijou de la cathédrale fortifiée Sainte-Marie de Rieux-Volvestre (XIVème - XVIIème siècle), se dévoile, caché dans des armoires classées XIVème-XVème siècles. Cette collection exceptionnelle est constituée d'ornements liturgiques : chasubles, chapes, calices classés du XVIIème siècle, bustes reliquaires, croix processionnaires...

**Ferme pédagogique Le Rucher des Ânes**  
Apiculteur et loueurs d'ânes de randonnées  
Lieu-dit Cap del Pigne  
31310 Rieux-Volvestre  
**06 20 56 72 87**  
lerucherdesanes.com



### INSOLITE

**Atelier/Galerie Sylvain Meschia**  
Ferme Gimeras  
31310 Rieux-Volvestre  
**05 61 87 19 08**  
meschia.com

## INFORMATIONS TOURISTIQUES

**Office Intercommunal de Tourisme du Volvestre**  
9 rue de l'Evêché  
31310 Rieux-Volvestre  
**05 61 87 63 33**

> [tourisme.volvestre.fr](http://tourisme.volvestre.fr)



Votre rando en temps réel : scannez-moi et suivez la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)

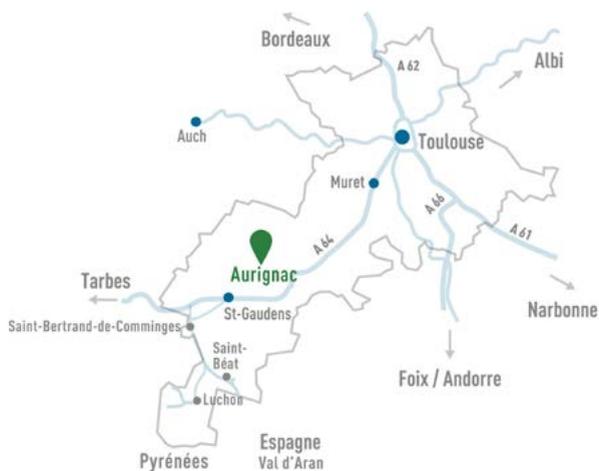


## Le Sentier de la Source

Aurignac jouit d'une notoriété internationale grâce à la découverte d'objets préhistoriques dans un abri sous roche. Cette découverte a fait d'Aurignac un site éponyme d'une période du paléolithique supérieur : l'Aurignacien.

**Ce parcours vous fera emprunter le sentier d'interprétation qui vous mènera jusqu'à l'Abri sous roche.**

A peine dans les sous-bois, la pierre d'Aurignac se dessine sur notre chemin. On se laisse emporter par les descentes. On se sent libre, nous foulons les cailloux avec légèreté et agilité. Ça grimpe un peu, mais cette rando reste avant tout familiale ! On prend l'air à pleins poumons, c'est le bonheur !



 Jaune

 Très facile

 3,5 km

 Faible

 Musée Préhistorique

 Bus liO Arc-en-Ciel  
n° 320 et 391





Voir la carte



## ÉTAPE 1

Quitter le parking du musée d'Aurignac pour prendre la route de Saint-Gaudens (D8) que l'on abandonne presque aussitôt pour emprunter à droite, à la hauteur de la clinique vétérinaire, un chemin goudronné, dit chemin de Cassaret.



## ÉTAPE 2

Traverser le hameau de Lasbordes, puis continuer. À voir, sur la gauche, la gentilhommière d'Escalaret construite au début du XVII<sup>ème</sup> siècle.

À voir également en continuant, à flanc de la colline de Joulin en face, une résidence appelée le Comtal (foyer d'hébergements pour handicapés) qui s'intègre de façon remarquable dans l'environnement naturel d'Aurignac.

## ÉTAPE 3

Laisser plus loin la ferme de Cassaret au fond. Prendre tout de suite à droite le chemin de Lapeyre qui conduit directement à la source du même nom et qui coule de façon plus ou moins abondante.

## ÉTAPE 4

Continuer par le sentier à travers bois, puis bifurquer à droite et descendre l'allée des noisetiers pour rejoindre l'Abri Préhistorique d'Aurignac (halte possible, aire de pique-nique ombragée).

Enfin pour revenir en ville, emprunter une partie du Sentier de l'Abri qui mène au niveau du collège d'Aurignac.





## L'info nature

Partez sur les hauteurs d'Aurignac, au Cap-de-Bosc, en direction de Cassagnabère-Tournas. Il s'agit là d'un des plus beaux points de vue sur les Pyrénées avec en bonus une magnifique campagne environnante.

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?

**Maison Saint-Roch**  
Gîte  
Rue de Saint-Roch  
31420 Aurignac  
**06 63 15 61 88**

**La Tour Barbacane**  
Gîte  
Porte de Benque  
31420 Alan  
**05 61 99 44 10**

**Pré Fixe**  
Camping  
Le Village  
31420 Cassagnabère-  
Tournas  
**05 61 98 71 00**  
[camping-pre-fixe.com](http://camping-pre-fixe.com)

#### OÙ MANGER ?

**Le Saint Laurans**  
Place de la Mairie  
31420 Aurignac  
**05 61 90 49 55**  
[lesaintlaurans.com](http://lesaintlaurans.com)

#### À VOIR, À FAIRE

**Musée de l'Aurignacien**  
Avenue de Bénabarre  
31420 Aurignac  
**05 61 90 90 72**  
[musee-aurignacien.com](http://musee-aurignacien.com)

#### INSOLITE

Prenez le temps de monter au **château Comtal** pour admirer la vue depuis le donjon. Le château Comtal et son donjon restauré s'imposent dans le paysage. Ce château édifié au XIII<sup>ème</sup> siècle témoigne de la place forte qu'occupait Aurignac au Moyen Âge comme chef-lieu d'une importante châtellenie des Comtes de Comminges.

#### INFORMATIONS TOURISTIQUES

Office de Tourisme Intercommunal  
Cœur et Coteaux Comminges  
2 rue Thiers  
31800 Saint-Gaudens  
**05 61 94 77 61**

> [tourisme-stgaudens.com](http://tourisme-stgaudens.com)

Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



## Le Chemin des Côtes de Biell et de Montoussé

Classé « station verte », le village de Boulogne-sur-Gesse est situé au cœur d'une campagne préservée. Entre lacs et espaces boisés, il offre un panorama incroyable sur les Pyrénées. Ce sentier de randonnée traverse une zone Natura 2000.

Ce site abrite des espèces protégées le lucane cerf-volant, le grand capricorne, et de nombreux papillons dont l'azuré du serpolet. Vous pourrez aussi apercevoir le milan noir et la pie-grièche écorcheur.

Côté flore, vous découvrirez une mosaïque vallonnée de prés, de bois, de haies, de vieux chênes... des prairies humides calcicoles riches en orchidées dont l'orchis fragans.



 Jaune

 Facile

 4,2 km

 Faible

 Mairie

 Bus liO Arc-en-Ciel  
n° 365





Voir la carte



## ÉTAPE 1

Place de la Mairie, dos à l'Office de Tourisme, prendre à gauche en direction de Toulouse. A 200 m, sur votre gauche, statue de la Vierge, tourner à gauche boulevard du Nord, continuer tout droit, prendre à droite la rue du Cérido. Descendre le chemin herbeux. Au pont qui enjambe le ruisseau, prendre le sentier de droite. Monter en face au bord du champ jusqu'à la route goudronnée.



## ÉTAPE 2

Partir à droite en haut du champ vous trouverez l'entrée du site Natura 2000 sur la gauche. Descendre le chemin herbeux. Au passage, contemplez les vieux chênes qui abritent les insectes du bois : grand capricorne et lucane cerf-volant dont les mâles, au début de l'été, volent bruyamment le soir en tenant leurs corps verticaux. Ils sont inoffensifs.

## ÉTAPE 3

Continuer tout droit. Vous arrivez sur un point de vue d'où vous pouvez admirer la campagne gersoise, le lac de la Gimone (250ha et 6 km de long) et la chaîne des Pyrénées.

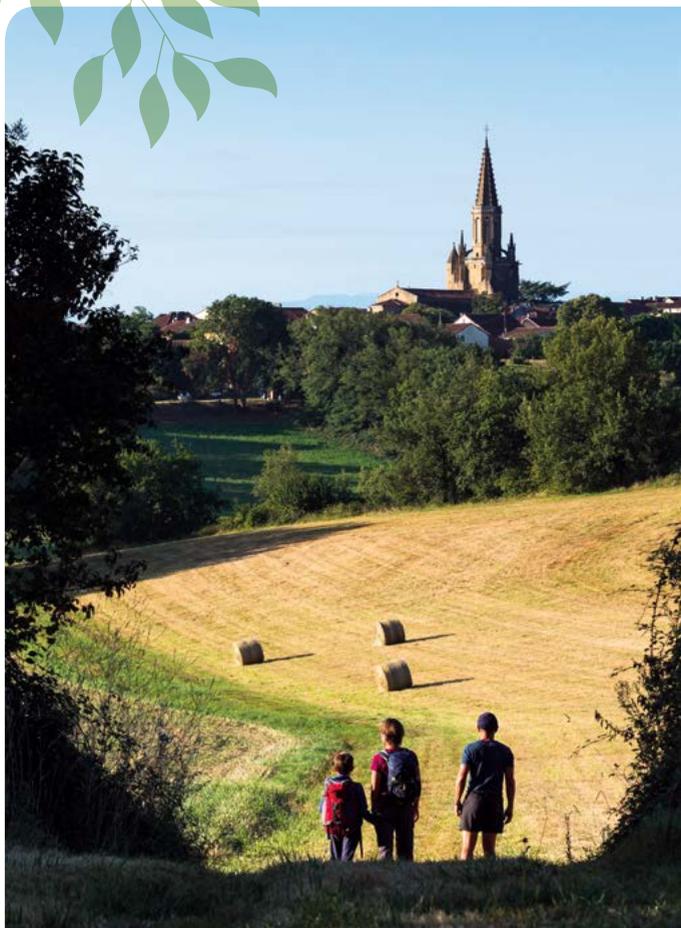
Vous êtes au milieu des prairies humides qui accueillent les orchidées. A découvrir : 20 espèces différentes dont les floraisons s'étendent de mars à début juillet : Orchis Morio, Ophrys scolopax, Orchis pyramidalis...

## ÉTAPE 4

Redescendre vers le lac. Soyez silencieux et attentifs et vous pourrez peut-être apercevoir certains oiseaux : le pic noir, le héron cendré, le râle d'eau.

Remonter vers la gauche, toujours tout droit jusqu'à une route goudronnée.

Prendre à droite sur une petite route des coteaux et continuer pendant environ 200 m.



## ÉTAPE 5

Prendre l'embranchement de gauche jusqu'au croisement que vous avez emprunté à l'aller.

Redescendre le petit chemin herbeux. Vous êtes de nouveau en ville.



## L'info nature

L'Azuré du serpolet : une espèce protégée au développement original. Ce papillon bleu a en effet besoin d'une plante hôte (le serpolet ou l'origan) et de fourmis-hôtes pour se développer. Les œufs sont pondus sur les fleurs puis la larve est adoptée et nourrie par les fourmis. Elle se développe dans la fourmière et en sort à l'âge adulte, à la fin de sa métamorphose.

## ADRESSES UTILES

### OÙ DORMIR ?



#### Le Canard Fou

*Chambre d'hôtes*  
31350 Lunax/Péguilhan  
**05 61 88 26 06**



#### Le Pied du Rist

*Gîte de groupe*  
31350 Blajan  
**05 61 88 73 18**  
grand-gîte-haute-garonne-gers.com

#### Domaine de Bordeneuve

*Chambres d'hôtes*  
Chemin du Château de la Gesse  
Lieu-dit Bordeneuve  
31350 Boulogne-sur-Gesse  
**06 45 09 49 40**  
domainedebordeneuve.fr

#### Les Eucalyptus

*Chambres d'hôtes*  
Lieu-dit les Illats  
31350 Boulogne-sur Gesse  
**05 09 14 47 78**

### OÙ MANGER ?

#### La Ferme de Préville

11 route d'Auch  
31350 Boulogne-sur-Gesse  
**05 61 88 23 12**  
preville.fr

### À VOIR, À FAIRE

#### Le lac de la Gimone

propose un parc aquatique et la location de paddle, aviron kayak... Un site irrésistible, à cheval entre la Haute-Garonne et le Gers.

#### Le lac de Boulogne-sur-Gesse

Dominé par un magnifique viaduc à huit arches, il offre une grande variété d'activités : tennis, pédalo ou piscine à toboggan...

## INFORMATIONS TOURISTIQUES

Office de Tourisme Intercommunal  
Cœur et Coteaux Comminges  
2 rue Thiers  
31800 Saint-Gaudens  
**05 61 94 77 61**

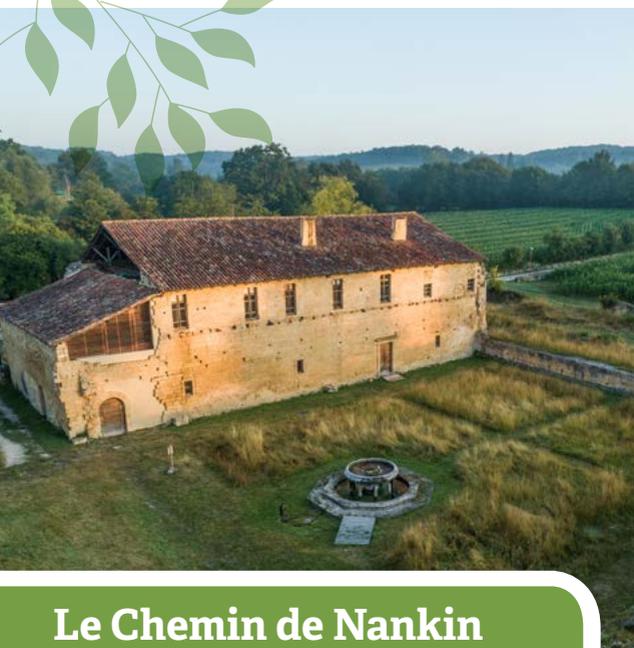
> [tourisme-stgaudens.com](http://tourisme-stgaudens.com)



Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



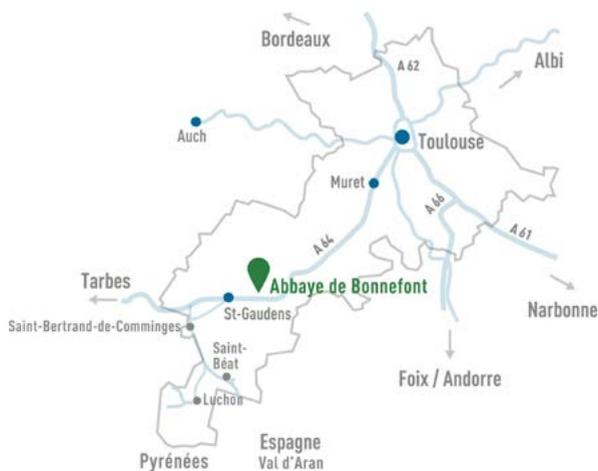
## Le Chemin de Nankin

Cette randonnée vous fait découvrir le passé de ce coin du Comminges, proche de l'Abbaye cistercienne de Bonnefont. Une randonnée familiale et très agréable à la découverte des paysages caractéristiques du massif des « Petites Pyrénées ».

**Difficile à croire ! En 1945, le secteur de Proupiary avait l'allure d'un champ pétrolier.** En effet, c'est ici que commence l'aventure **énergétique française**. Dans ces terres vont s'extraire pendant quelques années du gaz et du pétrole. Ainsi, ce petit sentier d'interprétation qu'est le Chemin de Nankin s'est donné une mission : raconter l'histoire du sol et du sous-sol de cette petite région géologique qui porte le doux nom de « Petites Pyrénées ».

Autour du petit village de Proupiary, un paysage de petit causse se déploie. Le sentier serpente entre hameaux en pierres sèches et murets, et longe un bucolique ruisseau jusqu'aux vestiges du Moyen-Âge que sont l'Abbaye cistercienne de Bonnefont et la grange cistercienne, bâties au XII<sup>ème</sup> siècle.

Petit plus : des étapes avec panneaux d'information viennent jaloner le parcours et nous expliquent différents modes d'utilisation des ressources du sol depuis 800 ans.



⚡ Jaune

☆☆☆ Facile

A → B 6 km

🚶 Faible

P Proupiary ou Abbaye de Bonnefont





## ÉTAPE 1

Point de départ : Haut du village, devant la mairie et le terrain de tennis.

## ÉTAPE 2

Depuis le haut du village, descendre face aux Pyrénées en direction de la D81. Filer tout droit près de l'abri bus, descendre en longeant les champs à travers le sentier encadré de murets de pierres sèches.

## ÉTAPE 3

Au ruisseau, tourner à gauche dans le champ, et poursuivez jusqu'au hameau « la Chourelle ». Suivre le chemin goudronné, monter à gauche. Prendre ensuite la 1ère à droite vers la grange cistercienne de la Peyrère.

## ÉTAPE 4

Descendre avant le portail à droite et poursuivre jusqu'à l'Abbaye de Bonnefont sur des petits chemins en bordure des champs. A l'abbaye, prendre à droite pour aller à l'Abbaye de Bonnefont si vous le désirez. Sinon continuer tout droit.



## ÉTAPE 5

A la sortie de l'abbaye, monter à gauche dans le chemin en cailloux blancs. A la D81 (grande route), traverser en face, puis 1ère à gauche et jusqu'au sommet du chemin. A gauche, suivre en crête le chemin en cailloux blancs. Profiter de la vue panoramique sur les Pyrénées.

## ÉTAPE 6

Prendre à droite au bout du chemin, puis 1ère à gauche et jusqu'au village.





## L'info nature

Au cours de balades, on rencontre de nombreuses orchidées, dont une, rarissime, l'orchidée sans feuilles, inscrite sur la liste nationale des espèces protégées. Rendez-vous au printemps, dans les alentours de l'Abbaye de Bonnefont, sur le secteur des Petites Pyrénées, pour découvrir en la floraison : des parterres d'orchidées au moment où la nature se réveille !

## ADRESSES UTILES

### OÙ DORMIR ?

#### Hôtel-Restaurant des Sports - Chez Kiki

11 rue des Pyrénées  
31360 Saint-Martory  
**05 61 97 23 33**

#### L'Escalère

*Chambres d'hôtes*  
28 lieu-dit l'Escalère  
31360 Arnaud-Guilhem  
**05 61 87 66 63**

#### Les 3 chouettes

*Chambres d'hôtes*  
322 chemin du Cap de Labatut  
31360 Sepx  
**06 10 01 28 74**

### OÙ MANGER ?

#### Chez Kiki

11 rue des Pyrénées  
31360 Saint-Martory  
**05 61 97 23 33**

#### Ho Fame

75 avenue des Pyrénées  
31360 Saint-Martory  
**05 61 90 75 04**

### À VOIR, À FAIRE

#### Découvrir le patrimoine de Saint-Martory

Le pont à 3 arches, le château de la Terrasse, la chapelle Saint-Roch, l'église, ses maisons à colombages...

### INSOLITE

Norbert Casteret est né à Saint-Martory. Il a découvert les sources de la Garonne et a participé à de nombreuses explorations et découvertes de grottes dans les Pyrénées.

### INCONTOURNABLE

#### La programmation culturelle de l'Abbaye de Bonnefont

Durant tout l'été, l'abbaye offre une programmation de qualité : conférences, expositions, spectacles, ateliers pour enfants...

#### Abbaye de Bonnefont

31360 Proupiary  
**05 61 98 28 77**  
[abbayedebonnefont.fr](http://abbayedebonnefont.fr)

## INFORMATIONS TOURISTIQUES

Office de Tourisme  
Cagire Garonne Salat  
Bureau d'information touristique  
2 avenue des Pyrénées  
31360 Saint-Martory  
**05 61 97 40 48**

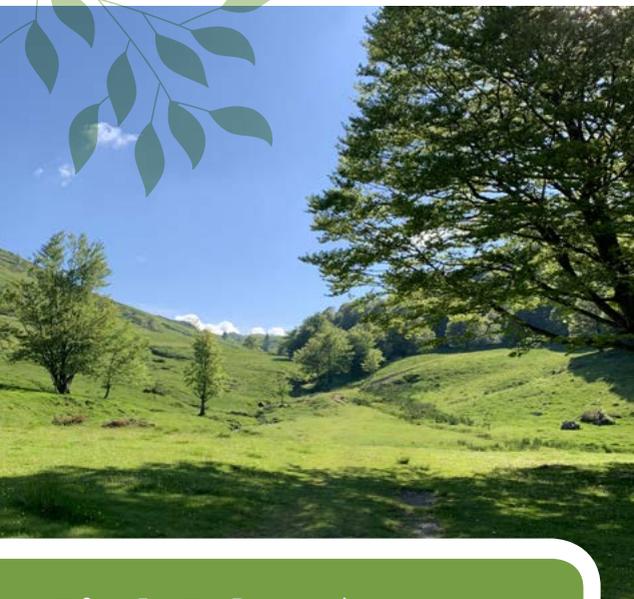
> [opyrenees.fr](http://opyrenees.fr)



Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



## Pic de Paloumère

Une sublime randonnée familiale en moyenne montagne à ne rater sous aucun prétexte !

Prenez la direction de la vallée de l'Arbas et découvrez le plus beau panorama des Pyrénées centrales ! Une fois arrivés sur les crêtes vous pourrez admirer la chaîne pyrénéenne des sommets ariégeois jusqu'au Pic du Midi de Bigorre.

Le point culminant sera votre arrivée au Pic de Paloumère qui culmine à 1608 m d'altitude ! Le passage par les estives vous amènera à côtoyer troupeaux de brebis, de vaches et de chevaux qui passent l'été, paisiblement protégés par de gros chiens des Pyrénées : les Patous. L'estive de Paloumère est une petite estive de 383 hectares. Environ un millier d'animaux (brebis, vaches et chevaux) fréquentent cette estive. Elle a la particularité d'être à cheval sur le département de l'Ariège et de la Haute-Garonne. Ces animaux sont surveillés durant les 4 mois d'estive par un berger qui loge à la cabane de Roquepi. Les animaux se cantonnent sur les crêtes, les plats et les combes où la végétation est rase mais toujours verte et de qualité. Les bêtes visitent tout de même toute l'estive qui est ainsi pâturée dans son intégralité, ce qui assure son entretien.



 Jaune et rouge/jaune

 Moyen

 6 km

 Moyen (400 m)

 Fontaine de l'Ours





Voir la carte



## ÉTAPE 1

Point de départ : parking de la Fontaine de l'Ours (hameau de Labaderque).  
 Monter la petite piste forestière, traverser le passage canadien et monter vers « Cabane de Roquepi / Pic de Paloumère ».

## ÉTAPE 2

Arrivé au passage de bétail en acier, continuer tout droit en traversant le ruisseau puis par la piste qui longe le ruisseau. Arriver à la cabane de Roquepi.

## ÉTAPE 3

A la cabane, monter sur votre gauche. Au Col de Saraoute, monter à droite vers le Pic de Paloumère. Arriver au niveau d'un petit sommet avec un cairn, puis redescendre derrière en suivant les balises (jaune / rouge), continuer en crête.

## ÉTAPE 4

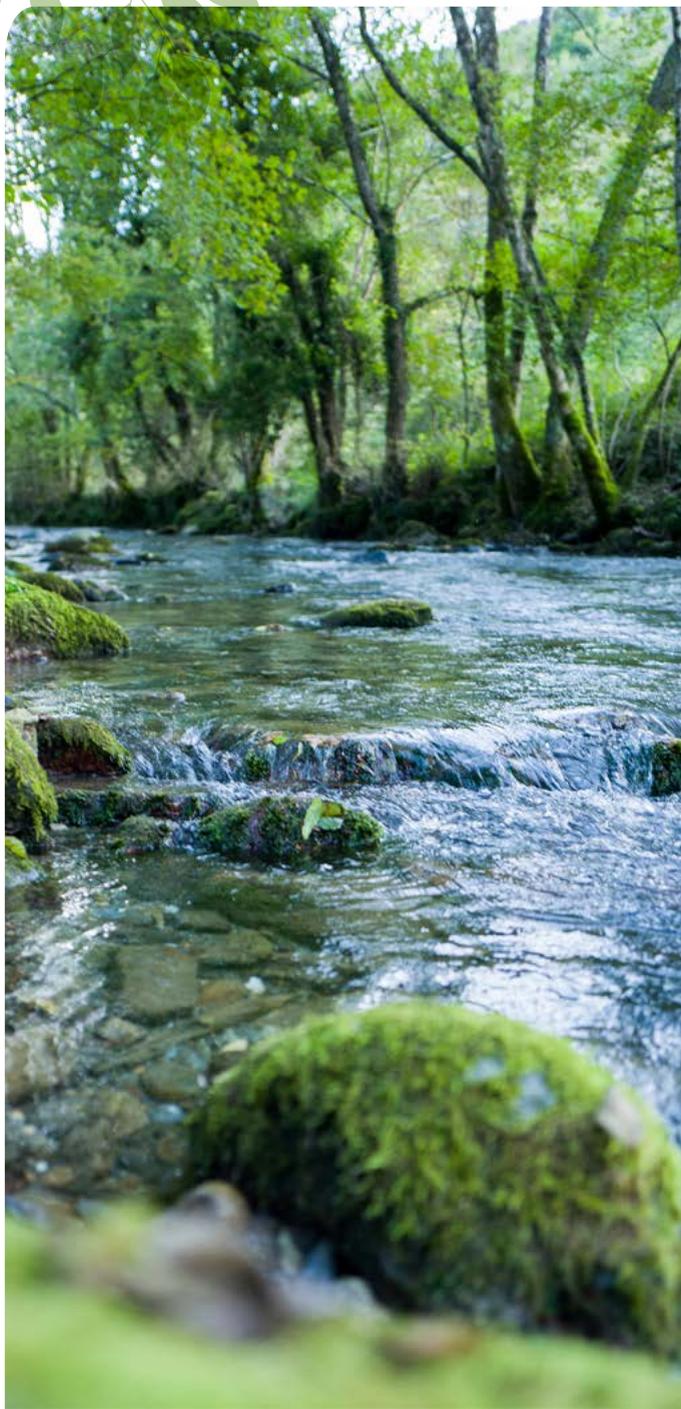
Atteindre un col en contrebas avec un fléchage. Continuer tout droit vers « Pic de Paloumère ». Dans la forêt, passer devant une petite entrée de cavité. Prudence au petit passage rocailleux.

## ÉTAPE 5

Quitter la forêt et descendre un petit sentier sur le flanc droit d'un mamelon. Descendre jusqu'au col et monter sur votre droite.

## ÉTAPE 6

Rejoindre le sommet de Paloumère à droite en traversant la prairie jonchée de rochers.





## L'info nature

« Estives » : ce mot est dérivé du verbe occitan *estivar*, qui signifie « passer l'été ». Tous les ans début juin, les bergers font transhummer les bêtes c'est-à-dire les emmener passer l'été en montagne, sur les estives, pour bénéficier ainsi des herbages de meilleure qualité. Les animaux y passeront 4 à 5 mois jusqu'aux premières neiges, généralement début octobre.

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?



**Chalet de Paloumère**  
Gîte de groupe  
Hameau de Labaderque  
31160 Herran  
**05 61 97 54 84**



**La Ferme d'Oulan Bat**  
Camping de yourtes  
Rue de la Planque  
Coume de Gouchet  
31160 Arbas  
**06 68 97 11 96**  
[lafermedoulanbat.fr/nos-activites/camping-de-yourte](http://lafermedoulanbat.fr/nos-activites/camping-de-yourte)

#### OÙ MANGER ?



**La Ferme Auberge de Tailleher**  
31160 Aspet  
**05 61 89 66 28**

**Auberge de Fougaron**  
Le Village  
31160 Fougaron  
**05 61 97 50 06**

#### À VOIR, À FAIRE

**Découvrir la nature** et pourquoi ne pas aller faire un tour sous terre avec les spéléologues ?

#### INCONTOURNABLE

**Marché d'Aspet**  
Dans ce charmant village de montagne, le marché s'installe autour de la fontaine, les mercredis et samedis. La petite pause-café s'impose sur la place, au milieu des nombreux étals de producteurs locaux.

#### INFORMATIONS TOURISTIQUES

Office de Tourisme  
**Cagire Garonne Salat**  
Maison des 3 Vallées  
Rue Armand Latour  
31160 Aspet  
**05 61 94 86 51**

Bureau d'information touristique  
d'Arbas  
**05 61 90 62 05**  
> [opyrenees.fr](http://opyrenees.fr)



Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



## Randonnée autour de St-Bertrand-de-Comminges

Site incontournable de la Haute-Garonne, le site de Saint-Bertrand/Valcabrère allie magnifiquement patrimoine et pleine nature.



Jaune et rouge/blanc



Moyen



9 km



195 D+



École / Ville basse



Bus liO Arc-en-Ciel  
n° 394

**Cette randonnée familiale dans des collines boisées offre de magnifiques points de vue sur la cathédrale et le village médiéval.**

Elle emprunte une partie du GR®78, la voie jacquaire du Piémont Pyrénéen. Quatre monuments y sont classés au Patrimoine Mondial de l'Unesco au titre des chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle : la cathédrale Sainte-Marie, la basilique Saint-Just-de-Valcabrère, la basilique paléochrétienne et la chapelle Saint-Julien. Saint-Bertrand-de-Comminges est classé « un des plus beaux villages de France », vous pourrez profiter ainsi de ses ruelles médiévales et du charme incontestable émanant de ces siècles d'histoire remontant à l'Antiquité.





## ÉTAPE 1

Départ depuis le parvis de la cathédrale Sainte-Marie.

Descendre le parvis de la cathédrale et prendre à gauche jusqu'au lavoir (Porte de l'Hyrissou). Tourner à gauche sur 50 m puis descendre tout de suite à droite le petit chemin raide. À l'intersection avec la route goudronnée, prendre en face la route montante et les quelques lacets raides, ce passage est le plus pentu de la balade.

## ÉTAPE 2

Arriver au hameau dit « Le Mont ». À l'intersection, prendre le sentier étroit en face entre les haies. 100 m plus loin sur la droite, vue magnifique sur le village de Saint-Bertrand et sur la majestueuse cathédrale.

## ÉTAPE 3

Continuer le sentier puis à l'intersection, prendre à gauche (ne pas aller en face en direction du village) et continuer sur 500 m, puis prendre à nouveau à gauche (ne pas se diriger en face vers la route). Marcher encore 500 m jusqu'à une prochaine intersection.

## ÉTAPE 4

À cette intersection au niveau de la cabane, prendre encore à gauche en suivant la direction PR25 pendant 700 m.

À la petite intersection en V, descendre à droite et traverser le petit ruisseau par les rochers.

## ÉTAPE 5

Après 300 m, au croisement avec la piste forestière, prendre en face la piste descendante. Arrivée très vite au croisement d'une route goudronnée. Prendre celle de gauche puis un peu plus loin, traverser le pont métallique. Puis prendre le chemin souvent un peu boueux à droite, direction « Gouffre de Lespugue ».



## ÉTAPE 6

À la sortie de ce chemin, poursuivre sur la piste de terre sèche qui longe le hangar puis tout droit cette piste en terre sur environ 2 km.

À la fin de la piste, prendre le pont à droite sur la route goudronnée jusqu'au village de Labat. Traverser et sortir du village jusqu'à l'intersection avec une grande croix.

## ÉTAPE 7

À cette croix, prendre la route à droite sur 150 m puis tourner à gauche sur le chemin de terre qui ramène à la colline boisée.

À l'entrée du bois, revenu à l'étape 4, reprendre en face le sentier direction « Le Mont » qui ramène à Saint-Bertrand (25 min).

À l'intersection, poursuivre à droite pour rester dans le bois et attaquer gentiment les deux petites montées.



## L'info nature

Curiosité géologique à ciel ouvert, le gouffre de Lespugue se présente sous la forme d'une cavité de 70 m de diamètre. Il se dit qu'on pourrait faire tenir la cathédrale de Saint Bertrand à l'intérieur ! C'est une formation typique du modelé karstique : l'eau aurait sculpté une vaste salle souterraine dont le plafond s'est effondré, créant ce gouffre à ciel ouvert.

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?

##### Le Couvent

Chambre d'hôtes  
31510 Valcabrère

**06 43 35 92 72**  
vergersaintjust.populus.  
org

##### Camping Es Pibous

Route de Saint-Just  
31510 Saint-Bertrand-de-  
Comminges  
**09 74 56 74 63**

#### OÙ MANGER ?

##### La Table de Saint-Bertrand

10 place du plan Ville basse  
31510 Saint-Bertrand-de-  
Comminges  
**05 61 88 36 60**  
tabledestbertrand.fr

##### Chez Betty

Rue Porte Majou  
31510 Saint-Bertrand-de-  
Comminges  
**06 74 00 74 94**

##### Restaurant Chez Simone

Rue du Musée  
31510 Saint-Bertrand-de-  
Comminges  
**06 30 32 70 78**

#### À VOIR, À FAIRE

##### Visite de la cathédrale Sainte-Marie

31510 Saint-Bertrand-de-  
Comminges  
**05 61 89 04 91**  
st-bertrand.com

##### Visite de la basilique Saint-Just-de-Valcabrère

31510 Valcabrère  
**05 61 95 49 06**  
st-bertrand.com/  
patrimoine/basilique-  
saint-just

#### INSOLITE

##### Fournil Résistance

*Farines anciennes, pain au  
levain naturel*  
Rue de l'Abrevoir  
31510 Saint-Bertrand-de-  
Comminges  
**06 79 80 84 27**

#### INCONTOURNABLE

##### Musée archéologique départemental

31510 Saint-Bertrand-de-  
Comminges  
**05 61 88 31 79**  
haute-garonne.fr/service/  
le-musee-archeologique-  
departemental

### INFORMATIONS TOURISTIQUES

Haute-Garonne Tourisme  
Les Olivétains

1 Parvis de la Cathédrale  
31510 St-Bertrand-de-Comminges  
**05 61 95 44 44**

> [haute-garonnetourisme.com](http://haute-garonnetourisme.com)



Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohaute-garonne.com](http://randohaute-garonne.com)



## Randonnée Gouffre d'Enfer

Magnifique randonnée au cœur des montagnes luchonnaises qui peut se décliner en trois temps selon la composition de votre tribu : chemin très facile vers la cascade en 15 mn, rando famille vers le gouffre (1h30), et plus sportive pour accéder au Ru (4h sans les pauses).

**La vallée du Lys (ou Lis) est un lieu idéal pour se rafraîchir l'été. Cette rivière qui traverse la vallée située au pied de la montagne de Superbagnères, est très prisée par ceux qui veulent pique-niquer les pieds dans l'eau.**

Elle donne accès à des sommets de plus de 3000 m, tels que le sommet culminant de la Haute-Garonne, le Perdiguère (3222 m), et au refuge du Maupas.

C'est également le départ de randonnées familiales telles que le lac vert ou le Ru d'Enfer, en passant par la cascade et le gouffre éponymes.



🚩 n° 43-42 et 41

☆☆☆ Moyen

A ↔ B 8 km

🏃 544 D+

P Vallée du Lys

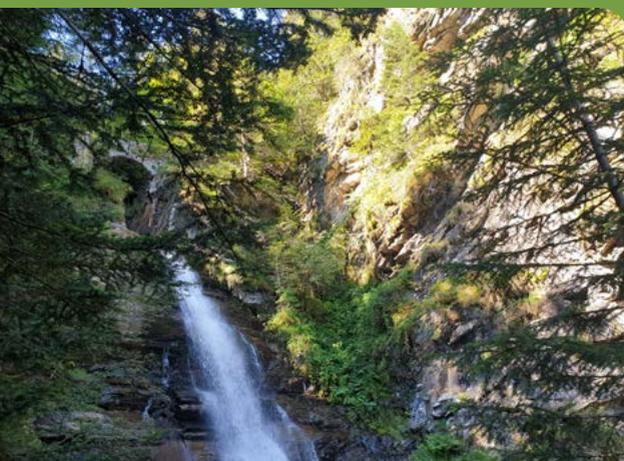
🚆🚉 Gare de Bagnères-de-Luchon



Voir la carte



© IGN - Tous droits réservés. Toute réimpression ou utilisation non autorisée sans la permission écrite de la IGN est formellement interdite. Toute réimpression ou utilisation non autorisée sans la permission écrite de la IGN est formellement interdite.



## ÉTAPE 1

Du parking, prendre un large chemin à droite qui vous amènera à la cascade d'Enfer en 15 minutes environ.

## ÉTAPE 2

Prendre sur la droite le chemin n° 43 peu avant la cascade pour une montée sinueuse à travers bois.

## ÉTAPE 3

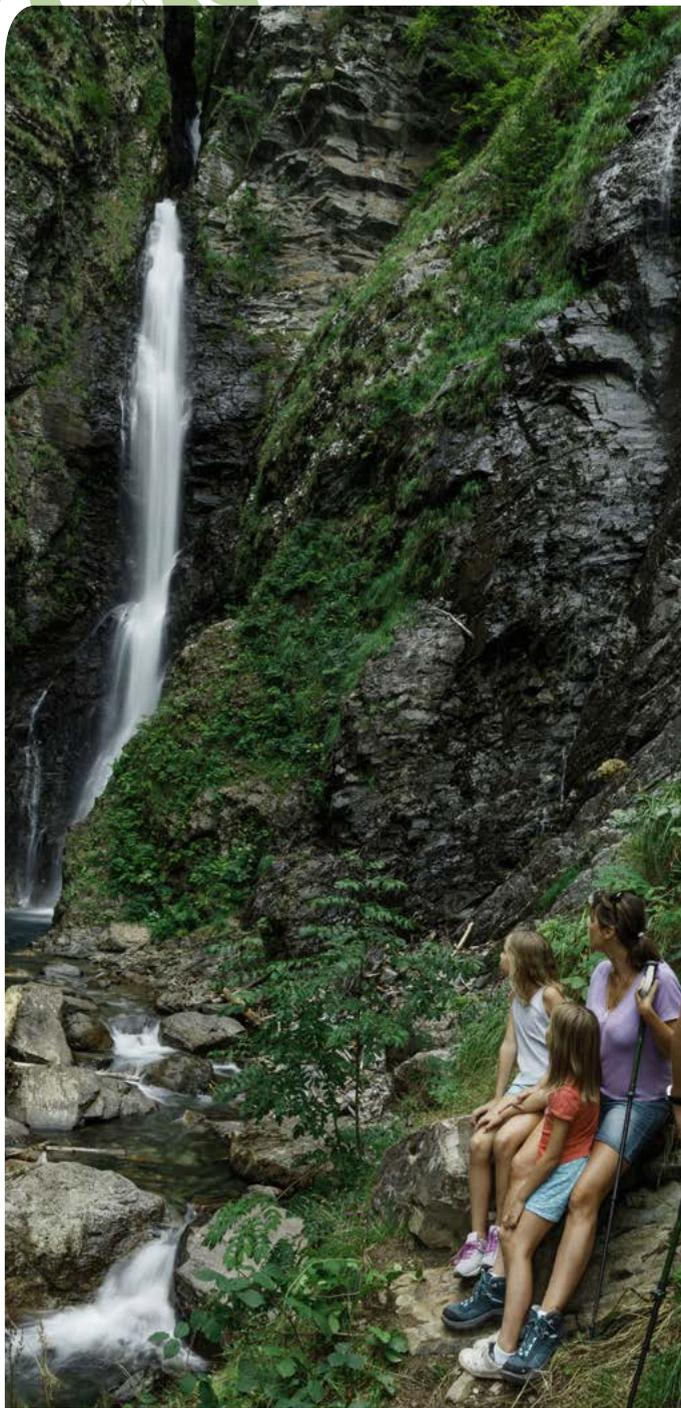
Après le premier pont au carrefour, prendre le chemin à droite (direction le Gouffre d'Enfer). Aller jusqu'au promontoire pour observer cette superbe marmite aux couleurs parfois éclatantes. Si vous souhaitez vous arrêter là, le retour se fait par le même itinéraire ou par le sentier n° 42 en direction de l'Artigue jusqu'à une passerelle qui enjambe le torrent de Houradade. Après le torrent, descendre pour rejoindre le sentier n° 40 en direction du parking.

## ÉTAPE 4

Pour continuer vers le Ru, se diriger vers le pont que l'on aperçoit au-dessus du gouffre. Le paysage s'ouvre et vous admirez certains 3000 du luchonnais et le Cirque des Crabioules.

## ÉTAPE 5

Continuer tout droit en direction du Ru d'Enfer et accéder au milieu des gorges. Le retour se fait par le même chemin jusqu'au gouffre, puis suivre les indications de l'étape n° 3.





## L'info nature

Durant les mois d'été, Le Lys des Pyrénées teinte la montagne entre 300 et 2600 m d'altitude de sa belle couleur jaune. Endémique des Pyrénées, sa taille peut dépasser 1 mètre. Il se remarque aisément dans les herbages avec ses pétales enroulés tachés de noir et ses étamines rouge. Comme toujours, il conviendra de l'observer sans le cueillir !

## ADRESSES UTILES

### OÙ DORMIR ?

#### Camping Pradelongue

5 chemin des Trêtes  
Moustajon  
31110 Bagnères-de-Luchon  
**05 61 79 86 44**  
[camping-pradelongue.com](http://camping-pradelongue.com)

#### Hôtel Céleste

32 rue Lamartine  
31110 Bagnères-de-Luchon  
**05 61 94 74 84**  
[celeste-hotel.fr](http://celeste-hotel.fr)

#### Le Lutin

Gîte de groupes  
36 avenue Jean Jaurès  
31110 Bagnères-de-Luchon  
**05 61 99 44 10**  
[hautegaronnnetourisme.com/je-reserve](http://hautegaronnnetourisme.com/je-reserve)

### OÙ MANGER ?

#### Les Caprices d'Étigny

Restaurant  
30 bis allées d'Étigny  
31110 Bagnères-de-Luchon  
**05 61 94 31 05**

#### Restaurant de l'hôtel d'Étigny

3 avenue Paul  
Bonnemaison  
31110 Bagnères-de-Luchon  
**05 61 79 01 42**

### À VOIR, À FAIRE

#### Découverte du patrimoine historique et architectural de Luchon

Visite commentée à pied au départ de l'Office de Tourisme. Durée : 2h30  
Inscription obligatoire à l'Office de Tourisme

### INSOLITE

#### Visite de la centrale hydroélectrique du lac d'Oô

Découvrez son fonctionnement dans le cadre d'une visite de l'espace musée et de la salle des machines. Réservation obligatoire à l'Office de Tourisme.

## INFORMATIONS TOURISTIQUES

#### Office de Tourisme Pyrénées 31

18 allées d'Étigny  
31110 Bagnères-de-Luchon  
**05 61 79 21 21**

> [pyrenees31.com](http://pyrenees31.com)



Votre rando en temps réel :  
scannez-moi et suivez la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



## Les Chemins de la Liberté

Les chemins de la liberté sont des itinéraires qui furent empruntés par environ 90 000 personnes pendant la seconde Guerre mondiale : résistants, pilotes alliés, Juifs ou réfractaires au STO.... En tentant de rejoindre l'Espagne, tous espéraient ainsi échapper au nazisme qui les menaçait dans leur propre existence. Haute-Garonne Tourisme et l'association « Chemins de la liberté par le Comminges et le Val d'Aran » proposent d'en découvrir la 1ère partie, du Col de Balès jusqu'à Portet-de-Luchon.

**Cette randonnée est accessible à un public familial, équipé de bonnes chaussures de randonnées. Le dénivelé positif est de 843 m, mais le profil est plutôt descendant avec plus de 1000 m de dénivelé négatif.**

En empruntant cet itinéraire par le col de Balès, vous marchez sur les traces d'André Bon. Cet évadé fut acheminé jusqu'à la gare de Saléchan via Toulouse grâce au réseau de résistance Française, « helper » de la première heure, qui participa à l'évasion d'au moins 700 personnes. A l'instar d'André Bon qui accomplit



Jaune et rouge GRP



Intermédiaire



15,5 km



547 D+



Col de Balès



Gare de Bagnères-de-Luchon



sa traversée jusqu'à Bénasque en Espagne. Ils furent des milliers à braver les dangers de la montagne en espérant retrouver la liberté par-delà la cime des Pyrénées. Aventure humaine dangereuse et exigeante, cette traversée éprouvante coûta la vie à plus de 2200 personnes, victimes de la montagne ou des troupes nazies. Vous qui cheminez sur les pas de ces combattants de l'ombre, évadés, passeurs, réseaux de helpers, anonymes ayant contribué aux sauvetages et dont beaucoup ne revinrent pas... « Ne les oubliez pas ».



Voir la carte



## ÉTAPE 1

Cette randonnée n'étant pas une boucle, une organisation est nécessaire au préalable : il faut poser une voiture à l'arrivée à Portet, ou se faire déposer au col de Balès. A l'époque, on ne faisait ce chemin que dans un sens !

## ÉTAPE 2

Du col de Balès, prendre la piste située 50 m en contrebas sur le versant Bourg d'Oueil. Pendant environ 1,5 km avant d'arriver à un cromlech et trouver un chemin montant.

## ÉTAPE 3

Suivre ce chemin jusqu'au col de Peyrefitte, descendre vers le lac de Bareilles. Attention, certains passages peuvent parfois être glissants et quelques marches sont assez hautes.

## ÉTAPE 4

Arrivée au lac, il est possible de profiter de ses eaux claires pour y tremper les pieds ! En automne, c'est à partir de cet endroit que l'on entend les cerfs bramer. Pour continuer le chemin, prendre à gauche du lac une pente raide qui monte jusqu'au col du Lion. Le plus gros du dénivelé positif se fait là, il faut prévoir environ 45 minutes de montée.



## ÉTAPE 5

L'arrivée au Col du Lion est grandiose : un panorama sur les 3000 du Luchonnais, les vallées du Louron et d'Aure sont à couper le souffle. Les évadés ont continué leur route en suivant le chemin à gauche en direction du col de Pinata, mais rien n'empêche de grimper jusqu'au Pic du Lion (20 à 30 minutes d'ascension en plus).

## ÉTAPE 6

Une fois au Col de Pinata, c'est une descente de 1000 m qui débute, toujours en suivant le balisage rouge et jaune. Passer à côté de la cabane de Conques, jolie estive du village de Jurvielle. Le chemin descend alors dans la forêt et passe rive droite, jusqu'au village de Portet-de-Luchon.





## L'info nature

Lorsque l'on quitte la route du col de Peyresourde, la vallée d'Oueil s'ouvre vers le col de Balès. Aussi appelée La « Vallée aux biches », elle est le lieu incontournable pour l'observation des cervidés en période de brame du cerf, entre septembre et octobre.

## ADRESSES UTILES

### OÙ DORMIR ?



**Hôtel Le Sapin Fleuri**  
31110 Bourg d'Oueil  
**06 37 99 08 14**  
[hotel-sapin-fleuri.com](http://hotel-sapin-fleuri.com)



**Les Alizés**  
Gîte  
Au Village  
31110 Poubeau  
**05 61 99 44 10**  
[hauteгаронnetourisme.com/je-reserve](http://hauteгаронnetourisme.com/je-reserve)



**La Soulan**  
Gîte d'étape et de séjour  
Le Village  
31110 Cathervielle  
**05 61 79 06 35**  
[giteaubergelasoulan.com](http://giteaubergelasoulan.com)

### OÙ MANGER ?



**El Almacèn de Cirès**  
Au Village  
31110 Cirès  
**06 40 18 49 45**  
[almacen.fr](http://almacen.fr)

### À VOIR, À FAIRE

#### Visite des chapelles romanes

Sur la route du col de Peyresourde, de nombreuses chapelles et églises romanes sont à découvrir : Saint-Aventin, Benque dessus-et dessous, Cazeaux-de-Larboust ou La Moraine de Garin. Remploi gallo-romains, sculptures ou fresques peintes, elles sont toutes uniques.

### INFOS +

#### Association « Chemins de la liberté par le Comminges et le Val d'Aran »

Pour en savoir plus sur l'histoire de ces fugitifs et de leurs passeurs.

#### Accompagnement par un professionnel

Pour cheminer en toute tranquillité, découvrir la faune et la flore lors de votre randonnée :  
**voir pages 87 à 89.**

Voir numéros utiles dans la charte du randonneur pages 4-5.

## INFORMATIONS TOURISTIQUES

Office de Tourisme  
Pyrénées 31  
18 allées d'Etigny  
31110 Bagnères-de-Luchon  
**05 61 79 21 21**

> [pyrenees31.com](http://pyrenees31.com)



Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



## Le Port de Vénasque par la Picade et l'Escalette

Dans les Pyrénées, les hospices sont des lieux où l'on trouve l'hospitalité tout au long de la frontière espagnole. C'est à 1400 m d'altitude que se découvre l'Hospice de France, un site classé, situé à quelques kilomètres de la ville de Bagnères-de-Luchon.

**En mode randonnée ou en mode trail, ce parcours de toute beauté est réservé aux plus sportifs avec une vue imprenable sur les hauts sommets pyrénéens en prime !**

C'est vraiment LE trail à courir dans les Pyrénées Luchonnaises, sur les traces des coureurs du célèbre Luchon Aneto Trail, qui se déroule tous les mois de juillet depuis 2014.

L'Histoire n'est jamais très loin de ce lieu important : une stèle dédiée aux républicains espagnols se dresse là où arrivaient ces réfugiés après leur passage des Pyrénées.



 Jaune

 Très difficile

 15 km

 1280 D+

 Hospice de France

 Gare de Bagnères-de-Luchon





## ÉTAPE 1

Départ du parking de l'Hospice de France. Monter vers l'auberge puis traverser l'Esplanade des Evadés et descendre puis traverser la rivière. Prendre le chemin qui monte en direction du col de Vénasque.

## ÉTAPE 2

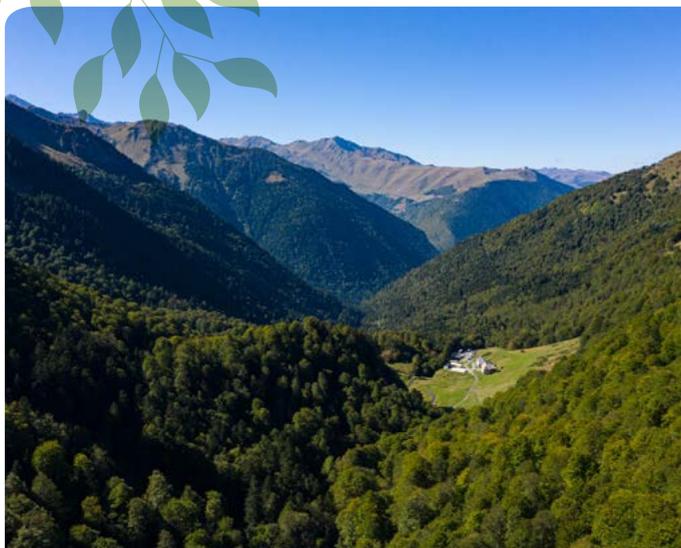
Après environ 20 minutes, traverser le pont de Penjat et laisser le chemin de l'impératrice qui part à droite et continuer tout droit pour longer le ruisseau du Port de Vénasque.

## ÉTAPE 3

Suivre les nombreux lacets qui montent à gauche du ruisseau jusqu'à l'arrivée aux lacs du Boum. Le refuge du Vénasque désaltèrera les plus assoiffés !

## ÉTAPE 4

Les lacets menant au col de Vénasque sont visibles dès le refuge. Cette frontière naturelle avec l'Espagne vous permet d'admirer le massif de l'Aneto, sommet culminant des Pyrénées à 3404 m d'altitude.



## ÉTAPE 5

Descendre une centaine de mètres côté espagnol puis prendre sur la gauche le sentier n° 23 (balisage Jaune) vers le Port de la Picade.

## ÉTAPE 6

Entamer la montée au Port de la Picade et continuer sur le sentier empierré avec un passage délicat et rejoindre le Pas de l'Escalette.

## ÉTAPE 7

Poursuivre tout droit jusqu'au Pas de Mounjoye (borne frontalière n° 336). Laisser la crête à votre droite et prendre à gauche en direction des pâturages de Roumingau. Rejoindre un croisement de chemins. Prendre à gauche et descendre vers l'Hospice de France.





## L'info nature

L'Arboretum de Jouéou est situé sur la route de l'Hospice de France. Il est également connu sous le nom d'Arboretum Henri Gaussens, qui l'a créé entre 1921 et 1928. Ce jardin botanique collectionne arbres feuillus et résineux. Il a pour particularité de posséder 250 espèces de conifères du monde entier.

### ADRESSES UTILES

#### OÙ DORMIR ?

**Le Poujastou**  
Chambres d'hôtes  
12 rue du Sabotier  
31110 Juzet-de-Luchon  
**05 61 94 32 88**  
[lepoujastou.com](http://lepoujastou.com)

**Au Fil de l'Oô**  
Camping  
37 avenue du Vénasque  
31110 Bagnères-de-Luchon  
**05 61 79 30 74**  
[campingaufildeloo.com](http://campingaufildeloo.com)

**La Rencluse**  
Hôtel restaurant  
4 boulevard de Gascogne  
31110 Bagnères-de-Luchon  
**05 61 79 02 81**  
[hotel-larencluse.com](http://hotel-larencluse.com)

#### OÙ MANGER ?

**Les Caprices d'Etigny**  
Restaurant  
30 bis allées d'Etigny  
31110 Bagnères-de-Luchon  
**05 61 94 31 05**

**Le Lova**  
Restaurant  
12 avenue Maréchal Foch  
31110 Bagnères-de-Luchon  
**05 61 88 91 28**

#### À VOIR, À FAIRE

**A Superbagnères :**  
- La vue panoramique sur les 3000 du Luchonnais et le sommet culminant des Pyrénées, l'Aneto (3404 m).  
- Sur le plateau, le Grand Hôtel abrite un musée du train à crémaillère, remplacé depuis par la télécabine au départ de Luchon.

#### INSOLITE

**Connaissez-vous l'Ultra proposé par le Luchon Aneto Trail ?** 85 km pour un dénivelé positif de 5300 m ! Un vrai défi que les 300 inscrits chaque année entament à 5h du matin pour une course pouvant durer 20h.  
[luchonanetotrail.fr](http://luchonanetotrail.fr)

#### INCONTOURNABLE

**Le Brandon de la Saint-Jean**  
Tradition des Pyrénées centrales classée à l'Unesco depuis 2015, le brandon est un tronc d'arbre brûlé pour le solstice d'été et à quelques occasions en été.

### INFORMATIONS TOURISTIQUES

Office de Tourisme  
**Pyrénées 31**  
18 allées d'Etigny  
31110 Bagnères-de-Luchon  
**05 61 79 21 21**

> [pyrenees31.com](http://pyrenees31.com)



Votre rando  
en temps réel :  
scannez-moi  
et suivez  
la trace GPX.



[randohautegaronne.com](http://randohautegaronne.com)



## Liste des accompagnateurs en montagne de la Haute-Garonne

### ARBAS

#### Odyssée Sud

Rue de la Planque  
06 13 09 81 07

→ [odysseesud.fr](http://odysseesud.fr)

*Randonnée pour les groupes ou les familles à partir de 4 personnes et sur demande.*

#### Pays de l'Ours - Adet

Place du Biasc  
05 61 97 48 44 - 06 35 19 12 76

→ [paysdelours.com](http://paysdelours.com)

*Apprenez tout de la réintroduction de l'ours à la vie sauvage dans les Pyrénées au travers de balades éducatives, d'excursion de suivi scientifique et d'une exposition pendant l'été.*

### BAGNÈRES-DE-LUCHON

#### Agence Pyrénées Aventure

9 rue du Docteur Germes  
06 80 73 12 66 - 05 62 98 87 43

→ [pyreneesaventure.com](http://pyreneesaventure.com)

*Une aventure à la mesure de chacun. Découverte extraordinaire des canyons et montagnes des Pyrénées. Venez découvrir les programmes d'activités et multi-activités pour tous : familles, groupe d'amis, sportifs, aventuriers, séminaires, enterrement vie de célibataire...*

#### Appel d'Air

21 avenue du Maréchal Foch  
06 87 37 68 73

→ [appeldair-luchon.fr](http://appeldair-luchon.fr)

*L'agence Appel d'Air vous accueille pour des descentes en VTT, rando raquette, Airboard, Snake Gliss sur le site de Superbagnères.*

#### Bureau des Guides de Luchon

66 allées d'Étigny  
05 61 89 56 08 - 06 38 02 94 33

→ [bureau-guides-luchon.com](http://bureau-guides-luchon.com)

*Au cœur des Pyrénées et ornées de treize 3000 m, les montagnes luchonnaises offrent un terrain de jeux exceptionnel. Venez découvrir la montagne autrement.*

#### Soncourt Daniel

6 rue Henry Russell  
06 32 51 62 66

→ [danielsoncourt.com](http://danielsoncourt.com)

*Marcher et rouler loin des sentiers battus. Journées, demi-journées en VTT ou VAE... pour allier découverte des sentiers pyrénéens et plaisir (presque) sans effort! Randonnées itinérantes hors sentiers battus, programme proposé par Daniel, professionnel depuis 1992 mais passionné depuis toujours.*



## BOUTX

### Le Cabanot - Bureau des Accompagnateurs

Virage de la Garderie

Le Mourtis

06 37 50 65 51

→ [lemourtisraquettes.fr](http://lemourtisraquettes.fr)

La station de montagne du Mourtis est un point de départ privilégié pour la pratique de l'activité raquettes à neige et de la découverte de l'environnement montagnard.

## CASTILLON-DE-SAINT-MARTORY

### Pyrénées Exploration

Allée de Bigot

06 83 22 79 72

→ [pyrenees-exploration.com](http://pyrenees-exploration.com)

Pyrénées Exploration : de la nature plein les yeux.

A pied, en raquettes, un professionnel des activités outdoor vous invite à découvrir la montagne de façon insolite et ludique. Hors des sentiers battus, Pyrénées Exploration vous propose toute l'année de belles escapades.

## CIER-DE-LUCHON

### Passion Montagne

Le Village

06 80 62 84 30

→ [passionmontagne.com](http://passionmontagne.com)

Venez partager notre passion pour les sports de montagne !

Canyoning - Raquettes - Randonnées - Marche Nordique - Escalade - Via Ferrata

## FOS

### Pyrénées Liberté

Lieu-dit Castéras

05 62 00 30 12 - 06 69 68 03 51

→ [pyreneesliberte.com](http://pyreneesliberte.com)

Pyrénées Liberté a été créée par Philippe Legrand, titulaire du Brevet d'Etat d'Accompagnateur en Montagne ainsi que des Qualifications Complémentaires Raquettes à Neige, Montagne Tropicale, VTT et Moniteur.



## FRONSAC

### Pierre Albero

06 87 30 38 10

Accompagnateur en Montagne, membre du Bureau des Guides de Luchon, montagnard passionné et engagé pour la valorisation de notre culture montagnarde Pyrénéenne... Suivez mes traces et venez écouter battre le cœur de nos montagnes...

## GARIN

### Montagne au Fil de l'Eau

Pas de Peyre

06 10 18 04 32

→ [pierrepechepyrenees.com](http://pierrepechepyrenees.com)

Initiation et perfectionnement de la pêche de la truite dans les torrents et lacs de la région.

## JUZET-D'IZAUT

### Gentianes et Marmott'ons

Routes des Cols

05 61 89 08 17 - 06 88 42 00 73

Balades, randonnées et randos thématiques pour se reconnecter à la nature, et la découvrir en toutes saisons et pour tous !

## LABÈGE

### Univers Montagne Esprit Nature

Maison des Sports

190 rue Isatis

05 62 24 18 18

→ [umen.fr](http://umen.fr)

Des séjours partagés entre personnes handicapées et valides, pour randonner, skier à la montagne et à la campagne.

## LABROQUÈRE

### Jean-Paul Delmas

Le Castillon

06 16 89 44 17

→ [bungypyr31.com](http://bungypyr31.com)

Jean-Paul vous propose des randonnées adaptées à votre niveau. Partez à la rencontre des Pyrénées à travers la Faune, Flore et le Patrimoine. Randonnées toutes saisons, de la demi-journée à plusieurs jours en itinérance.

## LIEOUX

### Amandine Gazo

261 route de Saux et Pomarède

06 62 40 61 88

Accompagnatrice moyenne montagne (stagiaire)

## MONTAUBAN-DE-LUCHON

### Julien Laporte

Rue de Langlade

06 07 26 22 22

→ [julien-laporte.com](http://julien-laporte.com)

Découvrez les Pyrénées Centrales et le mytique Aneto avec un guide de haute montagne, quel que soit votre niveau et en toutes saisons.

## PLAISANCE-DU-TOUCH

### Vibrez Montagne

Les Demeures de Plaisance

37 rue de la Catalogne

D03

06 95 13 66 48

→ [vibrezmontagne.fr](http://vibrezmontagne.fr)

Découvrez ou redécouvrez la montagne authentique, la faune et la flore des belles vallées Pyrénéennes et d'ailleurs. Laissez-vous guider par de vrai(e)s passionné(e)s pour courir, pédaler ou randonner en altitude.

## RAZECUEILLE

### Nathanaël Roussel "Va Nu Pieds"

Lieu-dit Escabiros

06 08 67 46 04

Flocons, forêt et féerie... les raquettes au Mourtis mais aussi la découverte de la Petite Amazonie pyrénéenne, sur les berges du Ger l'été en rando-aqua !

## SAINT-GAUDENS

### Benjamin Combes

7 rue du Docteur Tavera

06 73 78 67 82

Accompagnateur Moyenne Montagne (stagiaire), ou Accompagnateur de Rêve en montagne !

## SENGOUAGNET

### Apatura

Lieu-dit Hennemorte

09 65 23 79 96 - 06 75 62 13 59

→ [apatura-randonnee.jimdosite.com](http://apatura-randonnee.jimdosite.com)

Les quatre saisons dans les Pyrénées :

raquettes, randonnées, canyons

Avec un esprit de découverte du milieu naturel, culturel et patrimonial...

Ma devise pour l'hiver : la magie de la neige, de la promenade au Free Ride, le plaisir de faire sa trace, le frisson des grands espaces.

## TOULOUSE

### Chemin Occitans

06 26 23 81 25

→ [chemins-occitans.fr](http://chemins-occitans.fr)

Arnauld d'Heeger, accompagnateur en montagne basé à Toulouse. Organisation d'excursions pour particuliers, clubs et CE en Haute-Garonne et plus généralement Occitanie au départ de Toulouse.

Randonnées, raquettes, marche nordique, excursions à thèmes (patrimoine, botanique, astronomie...).

## VAUDREUILLE

### N'Oubliez pas le Guide

Chemin de la Chapelle

06 11 45 78 00

→ [noubliezpasleguide.com](http://noubliezpasleguide.com)

Venez découvrir le lac de St Ferréol et le lauragais de manière insolite et sportive ! VTT, randonnée pédestre, escalade et spéléologie pour tous et en toute sécurité avec un moniteur diplômé d'état, Ludovic Pinel.





# Comment venir en Haute-Garonne et se déplacer dans le département



## PAR LA ROUTE

- **A61** (Carcassonne, Montpellier, Barcelone)
- **A62** (Montauban, Agen, Bordeaux, Limoges, Paris)
- **A64** (Foix, Lourdes, Bayonne, Saint-Sébastien)
- **A66** (Pamiers, Foix, Andorre)
- **A68** (Lavaur, Albi)

### Autoroute du Sud de la France

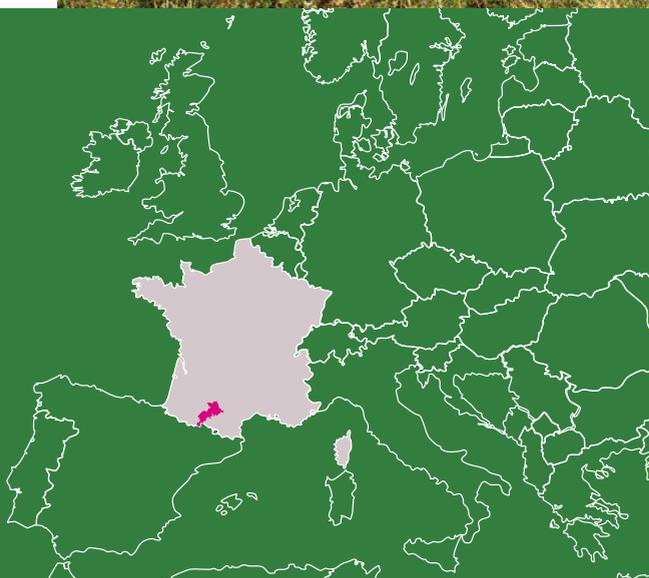
08 36 68 09 79

### Centre d'informations routières du sud-ouest

05 56 96 33 33

Lac de la Gimone

Balade à vélo au bord  
du canal du Midi



## EN TRAIN

### GARE DE TOULOUSE MATABIAU

64 boulevard Pierre Sémard – 31000 Toulouse

Infos : 08 36 35 35 35

→ [sncf.fr](http://sncf.fr) ou → [sncf-connect.com](http://sncf-connect.com)

Renseignements : 05 61 10 17 10

## EN BUS

### GARE ROUTIÈRE

68 boulevard Pierre Sémard

31000 Toulouse – 05 61 61 67 67

### Le réseau liO Arc-En-Ciel

Le réseau de bus pour se déplacer en Haute-Garonne. Pour favoriser l'usage des transports en commun, le Conseil départemental simplifie et baisse les tarifs : 2,20 € pour tout trajet au sein d'une même zone (et 3,30 € pour tout trajet longue distance entre deux zones).

→ [haute-garonne.fr/proximite/au-quotidien/reseau-des-cars-arc-en-ciel](http://haute-garonne.fr/proximite/au-quotidien/reseau-des-cars-arc-en-ciel)

### • De nombreuses compagnies desservent

Toulouse en bus :

- Ouibus
- Flixbus
- Eurolines

Péguilhan

Château  
de Laréole

## EN AVION

### AÉROPORT INTERNATIONAL TOULOUSE-BLAGNAC

Infos vols – compagnies aériennes – parcs autos  
0 825 380 000 → [toulouse.aeroport.fr](http://toulouse.aeroport.fr)

Navette aéroport Flybus – niveau Arrivée,  
porte C

Un départ toutes les 20 minutes entre

l'aéroport et Toulouse, avec quatre arrêts

centre ville : le Centre de Congrès Pierre Baudis

Compans Caffarelli – la Place Jeanne d'Arc –

les Allées Jean-Jaurès – et terminus à la gare

routière (à côté de la gare Matabiau SNCF).

05 61 41 70 70 → [tisseo.fr](http://tisseo.fr)

### • TAXIS

Les taxis sont stationnés au rez-de-chaussée  
de l'aéroport, devant le hall d'arrivée.

**Durée du trajet :** environ 20 minutes, selon  
le trafic.

**Un seul numéro pour toutes les compagnies :**

**05 61 30 02 54**





# Les points d'informations touristiques de la Haute-Garonne

## **ARBAS**

Bureau d'information touristique

Place du Biasc  
05 61 90 62 05  
→ [opyrenees.fr](http://opyrenees.fr)

## **ASPET**

Office de Tourisme Cagire Garonne Salat

Rue Armand Latour  
05 61 94 86 51  
→ [opyrenees.fr](http://opyrenees.fr)

## **AURIGNAC**

Bureau d'information touristique

3 place de la Mairie  
05 61 98 70 06  
→ [tourisme-stgaudens.com](http://tourisme-stgaudens.com)

## **AUTERIVE**

Office de Tourisme de la Communauté de communes du bassin Auterivain Haut-Garonnais

Cité de la Madeleine  
05 61 50 28 71  
→ [tourisme-auterive.com](http://tourisme-auterive.com)

## **AVIGNONET-LAURAGAIS**

Comptoir du Lauragais

(anciennement Maison de la Haute-Garonne)  
Port-Lauragais  
05 61 81 69 46  
→ [hautegaronnnetourisme.com](http://hautegaronnnetourisme.com)

## **BAGNÈRES-DE-LUCHON**

Office de Tourisme Pyrénées 31

18 allées d'Étigny  
05 61 79 21 21  
→ [pyrenees31.com](http://pyrenees31.com)

## **BOULOGNE-SUR-GESSE**

Bureau d'information touristique

Place de la Mairie  
05 61 88 13 19  
→ [tourisme-stgaudens.com](http://tourisme-stgaudens.com)

## **CAZÈRES**

Bureau d'information touristique

13 rue de la Case  
05 62 02 01 79  
→ [tourismecoeurdegaronne.fr](http://tourismecoeurdegaronne.fr)



## **FRONTON**

Office de Tourisme du vignoble de Fronton

140 allée du Château  
05 61 74 80 69  
→ [vins-de-fronton.com](http://vins-de-fronton.com)

## **GRAGNAGUE**

Office de Tourisme Intercommunal des Coteaux du Girou

1 rue du Girou  
05 34 27 63 75  
→ [tourisme@coteauxdugirou.fr](mailto:tourisme@coteauxdugirou.fr)

## **GRENADE**

Office de Tourisme des Hauts-Tolosans

38 rue Victor Hugo  
05 61 82 93 85  
→ [tourisme.hautstolosans.fr](http://tourisme.hautstolosans.fr)

## **L'ISLE-EN-DODON**

Bureau d'information touristique

3 boulevard des Martyrs de Meilhan  
05 61 79 43 69  
→ [tourisme-stgaudens.com](http://tourisme-stgaudens.com)

## **LABÈGE**

Communauté d'agglomération du Sicoval  
Service Tourisme

110 rue Marco Polo  
05 62 24 02 02  
→ [sicoval.fr](http://sicoval.fr)

## **LARÉOLE**

Château de Laréole

05 61 06 33 58  
→ [hautegaronnnetourisme.com](http://hautegaronnnetourisme.com)

## MARTRES-TOLOSANE

Bureau d'information touristique

Place Henri Dulion

05 62 02 01 79

→ [tourismecoeurdegaronne.fr](http://tourismecoeurdegaronne.fr)

## MONTRÉJEAU

Bureau d'information touristique

6 rue du Barry

05 62 00 79 55

→ [tourisme-stgaudens.com](http://tourisme-stgaudens.com)



## MURET

Office de Tourisme du Muretain

13 place de la Paix

05 61 51 91 59

→ [office.tourisme@agglo-muretain.fr](mailto:office.tourisme@agglo-muretain.fr)



## NAILLOUX

Lauragais Tourisme

Nailloux Outlet Village Unité 82

05 62 57 09 68

→ [lauragais-tourisme.fr](http://lauragais-tourisme.fr)



## REVEL

Office de Tourisme

« Aux sources du Canal du Midi »

Le Beffroi

Place Philippe VI de Valois

05 34 66 67 68

→ [auxsourcesducanaldumidi.com](http://auxsourcesducanaldumidi.com)



## RIEUMES

Bureau d'information touristique

2 place du Marché à la Volaille

05 62 02 01 79

→ [tourismecoeurdegaronne.fr](http://tourismecoeurdegaronne.fr)

## RIEUX-VOLVESTRE

Office de Tourisme Intercommunal  
du Volvestre

9 rue de l'Évêché

05 61 87 63 33

→ [tourisme.volvestre.fr](http://tourisme.volvestre.fr)

## SAINT-BÉAT-LEZ

Bureau d'information touristique

279 rue de la Tignerie

05 61 79 21 21

→ [pyrenees31.com](http://pyrenees31.com)

## SAINT-BERTRAND-DE-COMMINGES

Les Olivétains

Parvis de la Cathédrale

05 61 95 44 44

→ [hautegaronnnetourisme.com](http://hautegaronnnetourisme.com)

## SAINT-FÉLIX-LAURAGAIS

Bureau d'information touristique

Château rue des Écoles

05 62 18 96 99

→ [auxsourcesducanaldumidi.com](http://auxsourcesducanaldumidi.com)

## SAINT-GAUDENS

Office de Tourisme Intercommunal

Cœur et Coteaux du Comminges

2 rue Thiers

05 61 94 77 61

→ [tourisme-stgaudens.com](http://tourisme-stgaudens.com)

## SAINT-MARTORY

Bureau d'information touristique

2 avenue des Pyrénées

05 61 97 40 48

→ [opyrenees.fr](http://opyrenees.fr)

## SALIES-DU-SALAT

Bureau d'information touristique

Boulevard Jean Jaurès

05 61 90 53 93

→ [opyrenees.fr](http://opyrenees.fr)

## TOULOUSE

Haute-Garonne Tourisme

14 rue Bayard

05 61 99 44 00

→ [hautegaronnnetourisme.com](http://hautegaronnnetourisme.com)

Office de Tourisme de Toulouse

Agence d'Attractivité de Toulouse Métropole

Donjon du Capitole

05 17 42 31 31

→ [toulouse-tourisme.com](http://toulouse-tourisme.com)



## VILLEMUR-SUR-TARN

Office de Tourisme Val Aïgo

1 place Charles Ourgaut

05 34 27 97 40

→ [tourisme-valaigo.fr](http://tourisme-valaigo.fr)



# IDÉES SÉJOURS, Haute-Garonne Tourisme à votre service

**CONFIEZ VOS PROJETS**  
de week-ends et de vacances  
à des professionnels



Rieux-Volvestre



Coucher de soleil  
lac de Saint-Ferréol



- **Réservation** de locations de vacances, séjours insolites, activités.
- Pour les **individuels et groupes**.
- Hébergements **labellisés** (Gîtes de France®, Clévacances).
- Avis clients **certifiés**.
- **+ de 30 ans** d'expertise.
- Suivi **qualité** clients.
- **Chèque-cadeau** Haute-Garonne Tourisme. Le plaisir d'offrir un cadeau sur-mesure en Haute-Garonne



Des interlocuteurs privilégiés avant, pendant et après votre séjour.

➤ [haute-garonnetourisme.com/je-reserve](http://haute-garonnetourisme.com/je-reserve)



Promenade à Melles

Raquettes au Mourtis

**Comité de rédaction** : J. Micoud, P. Alquier, C. Di Meglio, L. Soncourt. **Crédits photos** : CDT31/M.Huynh, L. Bel, M. Barbaresco, L. Arcangeli, Haptag, A. Spáni F. Scheiber, CRT/P. Thébault, CRT/D.Viet, J. Diab (jdroadtrip.tv), BlogDeBeauxLentsDemains, C3G, Iletaitunefamille, JC. Recoules, OT Valaigo, C. Poullain, OT Hauts Tolosans, OT du Vignoble de Fronton, E. Mathieu, P. Roux, I. Imelhaine, OT Aux Sources du Canal du Midi, M. Joulot, C. Deschamps, Lauragais Tourisme, OT de Muret, OT Cœur de Garonne, C. Sauthier, OTI Volvestre, S. Wroza, OTI Cœur et Coteaux Comminges, OT Cagire Garonne Salat, P. Chambrillon, G. Tresarrieu, H. Gaussen.

**Cartographie** : Haute-Garonne Ingénierie/ATD.

**Édition 2022. Impression** : Reprint Toulouse (31). **Création graphique** : Christine Lavergne/Haute-Garonne Tourisme.

Document non contractuel, liste non exhaustive des adresses utiles.

# HAUTE-GARONNE TOURISME

Confiez vos projets de vacances à des professionnels  
et trouvez toutes les informations sur les randos,  
activités à découvrir en Haute-Garonne...

## NOS SERVICES

- Documentation touristique gratuite pour vos sorties, vos randos, découverte du département...
- Recherche personnalisée et adaptée à vos demandes.
- Réservation de locations de vacances, séjours insolites, activités, billetterie.
- Des interlocuteurs privilégiés avant, pendant et après votre séjour.



## ESPACE TOURISME

14 Rue de Bayard - 31000 Toulouse (métro Jeanne d'Arc, ligne B)  
Du lundi au vendredi, de 8h30 à 18h et le samedi de 10h à 17h  
Contactez-nous au 05 61 99 44 00 ou 05 61 99 44 11 (réservation)

### LE COMPTOIR DU LAURAGAIS

(anciennement Maison  
de la Haute-Garonne)

Port-Lauragais à Avignonet-Lauragais

**05 61 81 69 46**

Ouvert toute l'année, 7j/7  
De 10h-17h à 9h-20h, selon saison.

### LES OLIVÉTAINS

à Saint-Bertrand-de-Comminges

**05 61 95 44 44**

Ouvert toute l'année, 7j/7,  
sauf le lundi de novembre à mars  
hors vacances scolaires  
De 10h-17h, 18h ou 19h, selon saison.

### CHÂTEAU DE LARÉOLE

**05 61 06 33 58**

Ouvert de juin à septembre  
samedi à dimanche 10h-18h  
mardi à dimanche 10h-18h  
ou 19h, selon saison.

[hautegaronneturnisme.com](http://hautegaronneturnisme.com)



Partagez vos expériences #TourismeHG  
et suivez-nous @tourismehg

