



Haute-Garonne Secrète

Les meilleurs circuits



HAUTE 
GARONNE
TOURISME
L'Accent nature

Édito

Tout le monde sait bien que c'est impossible !

Comment garder confidentiels tous les bonheurs qui rendent la vie et un séjour inoubliable ? Impossible vous dis-je ! D'autant qu'en Haute-Garonne, les occasions de s'émerveiller, de se surprendre, de s'émouvoir ne manquent pas... Ce guide recense les meilleurs circuits de découverte et vous entraîne sur les chemins les plus précieusement préservés que l'on ne conseille qu'aux amis. Alors profitez-en !

Le Sud-Ouest dans toutes ses splendeurs vous ouvre les bras. Vous allez plonger vos yeux dans l'eau verte du canal du Midi et dans les vastes contrées baignées de soleil du Lauragais. Vous allez vous étonner du travail des artisans spécialistes de faïence à Martres-Tolosane, des experts en marqueterie de Revel, de l'exploitation du marbre à Saint-Béat, de tous ces savoir-faire qui font la richesse du territoire. Et son patrimoine, qu'il soit identitaire ou religieux comme sportif, aéronautique ou gustatif se révélera grâce à ce guide très complet. Partout ici, du Pays Tolosan au Comminges en passant par le Volvestre ou le Piémont des Pyrénées, les opportunités de réjouissance, de connaissance, de culture, se font jour et se multiplient grâce aux femmes et aux hommes qui adorent transmettre leur passion. Ils vous livreront les clés de la Haute-Garonne autour d'une bonne table, d'une belle bouteille, avec la faconde qui caractérise les gens d'ici, en toute simplicité et dans la plus grande convivialité. Avant de les révéler, venez partager leurs secrets...

Loïc Gojard

Président de Haute-Garonne Tourisme

Sommaire

Partez à la découverte de la Haute-Garonne, un territoire d'exception où nature, patrimoine et convivialité se rencontrent. Avec ces 17 circuits choisis, explorez des villages authentiques, des paysages époustouflants entre Pyrénées et Lauragais, et des savoir-faire uniques. Laissez-vous séduire par une gastronomie raffinée et des rencontres chaleureuses, dans une ambiance typiquement sud-ouest. Que vous soyez amateur de balades tranquilles, de nature ou de culture, chaque itinéraire vous promet une expérience inoubliable, à vivre en toute simplicité. La Haute-Garonne vous attend !

circuits	pages	circuits	pages		
01	Au fil de la Garonne	05	10	Savoir-faire anciens et industries d'aujourd'hui	32
02	Les cols du Tour de France Pyrénées maillot jaune	08	11	Instants fraîcheurs, des lacs et rivières	35
03	Raisin noir, couleur Négrette	11	12	À bicyclette sur le canal du Midi	38
04	Itinéraire tranquille des coteaux	14	13	Terre cathare et identités occitanes	41
05	Toulouse en rose en vert, parcs et jardins	17	14	Bastides royales et pigeons voyageurs	44
06	Sur les traces de l'or bleu	20	15	Étoiles dans l'assiette, étoiles dans les yeux	47
07	Autour du grand site Saint-Bertrand/Valcabrère	23	16	Deux jours, trois sites, une aventure	50
08	Autour de Port-Lauragais	26	17	Sur la route des églises romanes dans le Comminges	53
09	100 % Family	29			

4 bonnes raisons de voyager en Haute-Garonne

Dépaysement
assuré de
Toulouse
jusqu'au
Pyrénées

Une multitude
d'**activités**
pour tous

Une
destination
bonheur pour
un **tourisme**
durable et
responsable

Destination
nature
loin du
tourisme de
masse

Pourquoi choisir Haute-Garonne Tourisme Réservation ?

UNE EXPERTISE
de l'ensemble
du territoire

HÉBERGEMENTS
SÉLECTIONNÉS
par nos experts

DES CONSEILS
AVISÉS
par nos
conseillers
spécialistes

RÉSERVATION SANS
SURPRISE :
service qualité,
assurance annulation,
chèques vacances...

Labellisé «Engagé RSE» et «Responsability Europe» par AFNOR Certification



NOUS SOMMES À VOS CÔTÉS !

- resa.hautegaronnetourisme.com
- 14 rue de Bayard à Toulouse
- 05 61 99 44 11
- sla@tourismehg.com

du lundi au vendredi 9h-12h15 et 13h-17h30,
le samedi 10h-16h

La Garonne, ce fleuve du sud de la France inscrit dans tous les manuels de géographie. Mais la connaissez-vous vraiment ?

Au fil de la Garonne

Embarquement immédiat pour une découverte des villes et villages dont l'histoire est intimement liée au fleuve Garonne ! Troisième de France avec ses 647 km, le cours d'eau né du glacier de l'Aneto (3 404 m, point culminant de la chaîne) dévale les pentes vers le Val d'Aran. Ce torrent tumultueux se transforme en rivière à Saint-Béat puis en voie de navigation essentielle dans les temps anciens. Les bâtisseurs y trouvaient les galets roulés utilisés en alternance avec la brique rouge dans la construction du Midi toulousain.

Vue des coteaux sur la Garonne en automne

Pourquoi on aime ?

- Des paysages sauvages aux paysages travaillés, les berges de Garonne ne sont jamais les mêmes !
- La traversée du département autrement.
- Le côté sports d'eaux vives.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Printemps, été, automne

DURÉE RECOMMANDÉE

2 jours

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

15

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Fos



Balade à vélo en bord de Garonne



Lac de Montréjeau



Espace EDF-Bazacle

ÉTAPE 01

FOS FRONTIÈRE DU PONT DU ROY – SAINT-BÉAT

Plutôt torrent de montagne que fleuve, la Garonne offre ses eaux à la truite en été aux abords de la frontière franco-espagnole. Et le petit patrimoine des villages comme Fos où abondent les lavoirs et fontaines ou celui, plus imposant, de l'usine hydroélectrique du Val d'Aran agrémenteront la balade de la plus agréable des façons. Le village de Saint-Béat, à flanc de montagne avec prise sur la Garonne, a su tirer partie de la géologie puisque ses carrières de marbre sont utilisées depuis l'Antiquité. Sur le fleuve, les Romains emmenaient les blocs vers Lugdunum Convenae, l'actuelle Saint-Bertrand-de-Comminges.

ÉTAPE 02

FRONSAC

Depuis la base d'eaux vives, la Garonne devient un grand terrain de jeux ! Sur ses eaux, en rafting ou en canoë, sur ses berges, à vélo, en trottinette ou en patins à roulettes, tout est possible pour s'éclater et profiter du cadre au grand air ! En piste de Chaum jusqu'à Carbonne, toute la famille peut participer.

base-antignac.com

ÉTAPE 03

SAINT-BERTRAND – VALCABRÈRE – LABROQUÈRE

Afin d'admirer la splendeur des sites de Saint-Bertrand-de-Comminges et de Valcabrère qui ont traversé le temps et sont classés au Patrimoine mondial de l'Unesco, direction les eaux de Garonne ! À bord d'un canoë, depuis Valcabrère jusqu'à Montréjeau, la perspective diffère mais n'en finit pas de charmer.

les-pagaies.fr

ÉTAPE 04

MONTRÉJEAU

Ancienne bastide bordée par la Garonne que la Neste renforce ici, cette charmante petite ville s'enrichit d'un agréable lac. Idéal pour la balade en famille avec sentier pédagogique, aire de pique-nique et jeux pour enfants ou pour pratiquer la pêche, il est ouvert à la baignade l'été. À proximité, un parcours de golf de 9 trous et le somptueux château de Valmirande.

ÉTAPE 05 SAINT-GAUDENS

Rive gauche de la Garonne, recueillant ici les eaux du Jô et du Lanedon, Saint-Gaudens raconte l'histoire du Comminges dont elle est la capitale. Son centre-ville historique atteste de sa place marchande prépondérante dès le IXe siècle. Non loin, à Valentine ou Estancarbon, les parcours de pêche sont légion et raviront les amateurs...

ÉTAPE 06 SAINT-MARTORY – ABBAYE DE BONNEFONT

On entre dans le village natal du spéléologue Norbert Casteret (1897-1987, découvreur des sources de la Garonne) grâce à un impressionnant pont à trois arches du XVIII^e siècle et une belle porte de ville. Baigné par la Garonne et son affluent la Noue, le village est proche de l'abbaye cistercienne de Bonnefont et de son jardin monastique d'inspiration médiévale.

ÉTAPE 07 DE MARTRES-TOLOSANE À CARBONNE

La visite de la ville circulaire de Martres-Tolosane invite à une balade sereine et à pousser les portes des faienceries, du grand presbytère et son espace culturel Angonia. Plus loin, l'ancien port de Cazères, lieu de commerce et de construction de bateaux, valorise son plan d'eau avec de multiples activités à destination de toute la famille : **Maison Garonne > 05 61 97 71 93**.

En Volvestre le fleuve se fait plus doux, calme.

À Carbonne, le long de ses berges sur 10 km, on découvre la ville et ses ponts, son cadre de vie qui avait séduit le grand artiste André Abbal (1876-1953) qui s'adonnait à la sculpture en pierre en taille directe, à découvrir dans le musée et son jardin.

ÉTAPE 08 DU PARC DU CONFLUENT LACROIX-FALGARDE À TOULOUSE

Le vaste espace naturel et encore sauvage de Lacroix-Falgarde est sillonné de plusieurs sentiers longeant le fleuve. Au bout de la balade, un beau point de vue sur le confluent de l'Ariège et de la Garonne que l'on peut traverser par le bac à Portet-sur-Garonne. Arrivé à Toulouse, visitez l'espace EDF-Bazacle à la fois usine hydroélectrique et espace d'exposition avec sa grande terrasse extérieure pour un point de vue exceptionnel sur la Garonne. En face, depuis le port Viguerie jusqu'aux jardins Raymond IV, la passerelle qui longe l'hôpital de la Grave surplombe le fleuve qui poursuit son périple.

C'est secret

Le spéléologue Norbert Casteret a prouvé, au début du XXe siècle, que les eaux du trou du Toro au pied de l'Aneto font résurgence dans le Val d'Aran, constituant ainsi la Garonne naissante. En 1931, colorant les eaux de fluorescéine jusqu'à l'Œil de Jouéou en Val d'Aran, il démontre que les eaux du fleuve parcourent 4 km sous terre.

Partez dans la roue de ces cyclistes infatigables pour découvrir les recoins d'un département riche d'une nature brute !

Les cols du Tour de France, Pyrénées maillot jaune

Col de Menté

Au paradis de la Petite Reine, la Haute-Garonne figure dans les plus hautes sphères grâce à sa ribambelle de sommets à gravir au temps des beaux jours. Les amateurs se plaisent à vaincre ces parcours réputés difficiles pour la beauté du geste, le dépassement de soi et l'admiration qu'ils vouent aux professionnels qui les doublent ! Car sur les pentes des cols de Peyresourde (1569 m), du Portet d'Aspet (1 069 m), de Balès (1 755 m) il n'est pas rare de croiser certaines équipes prestigieuses qui viennent reconnaître ces routes qui font régulièrement les belles heures du Tour de France. En selle !



Pourquoi on aime ?

- Une nature sauvage et préservée.
- Les points de vue sur les pics pyrénéens.
- Des rencontres surprenantes.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Été, automne

DURÉE RECOMMANDÉE

2 jours

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

7

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Luchon via le port de Balès (1 755 m)

ÉTAPE 01_ PORT DE BALÈS (1 755 M)

Depuis Luchon vers Peyragudes puis Bourg d'Oueil la surprise est au bout de la piste ! Un « Port » (col en gascon), et pas des moindres, attend tout en haut ! La vue sur les pics enneigés de Luchon et le massif de l'Aneto (3 404 m) mérite bien 1 200 mètres de dénivelé...

ÉTAPE 02_ COL DE PEYRESOURDE (1 569 M)

Entre Haute-Garonne et Hautes-Pyrénées, ce col assure le spectacle en route pour la station de Peyragudes ! Bien logique donc que le Tour de France l'ait inscrit à son programme à 47 reprises. Et dans la descente, la route de Portet-de-Luchon emmène à la découverte des beaux villages de pierre de la vallée du Larboust.

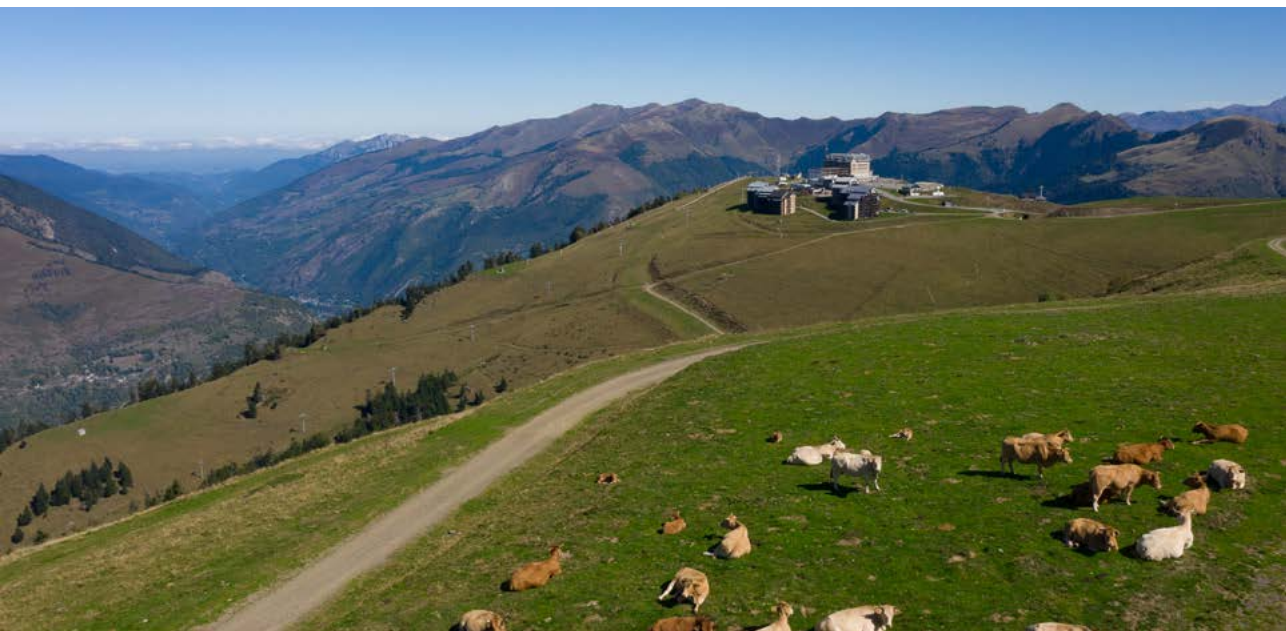
ÉTAPE 03_ LUCHON ET SUPERBAGNÈRES (1 800 M)

Depuis le balcon des Pyrénées, le regard porte loin sur la chaîne des Pyrénées et son sommet le pic de l'Aneto. Le Tour de France s'invite régulièrement dans ce panorama enchanteur qui célèbre la nature à chaque instant.

ÉTAPE 04_ LUCHON ET LE COL DU PORTILLON (1 292 M)

Avec 25 arrivées et 30 départs de la Grande Boucle, Luchon est la ville star du Tour en Haute-Garonne. Avant de rejoindre le Val d'Arán et l'Espagne en passant par le col du Portillon (1 293 m), il faut absolument s'accorder du temps dans les thermes de Luchon et son hammam naturel implanté au cœur d'une grotte à 40° découverte par les Romains.

Superbagnères en été



ÉTAPE 05 SAINT-BÉAT ET LE COL DE MENTÉ (1 349 M)

De retour d'Espagne, après la cité marbrière de Saint-Béat, direction Boutx et ses bergeries. Avant d'accéder au col de Menté, une courte marche de 30 mn vers l'Escalette assurera le dépaysement avec vue splendide sur la station du Mourtis.

ÉTAPE 06 COL DU PORTET-D'ASPET (1 065 M)

Depuis le col de Menté, cap vers Coulédoux et Portet-d'Aspet, dernier village avant l'Ariège où une halte au bar-restaurant s'impose. En pleine nature, retour vers Juzet-d'Izaut et le col des Ares.

ÉTAPE 07 COL DES ARES (797 M)

Ce petit col de faible altitude est très prisé par les cyclistes amateurs. Il donne accès aux Frontignes au microclimat étonnant puis à Antichan-de-Frontignes où la table d'orientation permet de prendre des photos de la vallée et des sommets environnants. Puis, pique-nique conseillé au bord du lac de Saint-Pé d'Ardet...



Port de Balès

C'est secret

À la saint Jean, dans les Pyrénées centrales, on brûle un tronc d'arbre entier séché et rempli de paille pour célébrer l'arrivée du solstice d'été. Cette tradition des fêtes du Brandon figure au Patrimoine culturel immatériel de l'Humanité de l'Unesco depuis 2015.

Le label « Vignobles et Découvertes » salue le travail accompli par les viticulteurs du Frontonnais autour de la Négrette, cépage unique.

Raisin noir, couleur Négrette

Une légende raconte que la Négrette proviendrait des terres irakiennes, ramené de Chypre par des chevaliers de retour des croisades mais une autre affirme que ce cépage à part poussait déjà au nord de Tolosa voilà 2 000 ans. La vérité est dans le verre de ce vin produit par une quarantaine de vigneron qui font vivre ce terroir de 2 400 hectares plantés à la fois en Tarn-et-Garonne et en Haute-Garonne.

♥ Pourquoi on aime ?

- Pour le voyage au cœur des domaines et châteaux du vignoble.
- Pour les dégustations (avec modération) et la qualité de l'accueil dans un vignoble d'exception.
- Pour la beauté et l'harmonie des paysages parce qu'on adore la vigne !

NOMBRE DE KM

Environ 90 km

DURÉE RECOMMANDÉE

1 à 2 jours

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

7

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Toulouse



La Maison des Vins

ÉTAPE 01_

VACQUIERS

Ici, sur la plus haute terrasse du terroir de Fronton, Château Plaisance et ses propriétaires Marc et son fils Thibaut célèbrent un vin d'excellence dans le respect écologique. Et, non loin, le Domaine des Pradelles perpétue la tradition du bon et de l'accueil depuis 1869.

plaisancepenavayre.fr • domaine-des-pradelles.com

ÉTAPE 02_

BOULOC - VILLENEUVE-LÈS-BOULOC

Chemin faisant vers Villeneuve, c'est au Château Clos Mignon qu'il faut apprécier l'état d'esprit et de famille qui sont défendus ici depuis trois générations. Puis à Bouloc, le panorama vous subjuguera forcément !

closmignon.com

ÉTAPE 03_

CASTELNAU-D'ESTRÉTEFONDS

Ce ravissant village perché compte les écluses de l'Hers et de Castelnaud sur le canal latéral, prolongement de petit gabarit du canal du Midi, mais aussi un fameux domaine viticole datant de 1738. Créé à l'origine par le comte de Toulouse Guillaume de Gellone, qui fut canonisé sous le nom de Saint-Guilhem, le lieu est désormais la propriété de Philippe et Esméralda dont le sens de l'accueil n'est plus à démontrer.

domainesaintguilhem.com

ÉTAPE 04_

FRONTON

Au Château Capdeville, la Maison des Vins et l'Office de tourisme accueillent les œnotouristes toute l'année pour leur faire découvrir les 150 références, déguster les productions locales et organiser leur séjour dans le Frontonnais. Plusieurs sites méritent la visite comme le Château Bellevue-la Forêt, plus grand domaine du Sud-Ouest (112 hectares) grand exportateur, qui organise visites guidées, dégustations thématiques... Au Château Cassin, réceptions, fêtes de famille, événements à célébrer et chambres d'hôtes figurent sur la liste des possibilités tout comme la dégustation de vins. Ceux du Domaine du Roc, généreux, au caractère affirmé et cultivés dans l'esprit d'une agriculture saine et raisonnée, méritent aussi une halte.

vins-de-fronton.com • chateau-cassin.fr • chateaubellevuelaforet.com

ÉTAPE 05_

VILLAUDRIC

La plus vieille cave du Frontonnais se trouve dans ce village avec vue superbe sur la vallée du Tarn. Depuis 1776 en effet on cultive le vin dans le chai toujours en état. Le Château Caze crée par Antoine Caze dépend aujourd'hui de Martine sa descendante qui porte haut la philosophie du vin. Au Château la Colombière, Diane et Philippe partagent également une idée forte de leur métier et un sens de l'accueil hors pair. Ils vous feront sans doute déguster le Bouyssonnet, un cépage blanc autochtone qui avait totalement disparu et renaît à la faveur de la passion vigneronne.

chateaucaze.com • chateaulacolombiere.com

ÉTAPE 06_

VILLEMATIER

« R » comme Roumagnac mais « R » comme Rugby aussi ! Les deux passionnés, Nicolas et Jean-Paul, qui œuvrent depuis 2010 sur ce domaine partagent la passion pour le vin et pour le sport star ici. Sur le domaine, de nombreuses activités à découvrir sur place et sur la Vinobox.

domaineroumagnac.fr

ÉTAPE 07_

BESSIÈRES - BUZET - PAULHAC

En passant le Tarn et ses berges aux confins de la Haute-Garonne on se retrouve à Bessières où les œufs de Pâques se cassent par milliers chaque année pour l'omelette de la Confrérie mondiale des Chevaliers de l'Omelette géante. À quelques kilomètres, c'est dans la forêt de Buzet qu'il faut mener ses pas où la faune (chevreuils, sangliers, écureuils, daims...) s'épanouit dans un cadre merveilleux. À deux pas de Toulouse, le lieu s'impose pour une déconnexion du quotidien, un pique-nique, des balades à pied ou à VTT. Et sur les coteaux voisins, la balade emmène à Paulhac, joli village bâti en circulade autour de son église.



C'est secret

*La cuvée Inès de Vinalie devient championne du monde des rosés en 2007 et 2015.
À goûter absolument !*

D'un bout à l'autre du département, la beauté et la silhouette des paysages invite à prendre son temps et à goûter l'instant présent.



Itinéraire tranquille des coteaux

Le Lauragais

La beauté de ces contrées est incontestable ! Depuis les crêtes des coteaux du Comminges au sud du département avec vue plongeante sur les plaines de Gascogne, les yeux se posent sur un territoire d'une beauté évidente et apaisante. Les territoires du pays des Hauts Tolosans et des coteaux de Cadours jouent dans la même catégorie, les couleurs des tournesols et de la brique se disputant la vedette.

Et partout, au contact du Tarn et du Tarn-et-Garonne, la nature prend toute sa place au nord de la Haute-Garonne.

♥ Pourquoi on aime ?

- Loin des sentiers battus, les panoramas exceptionnels.
- Les villages de briques si pittoresques.
- Les marchés vivants et colorés.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Printemps, été, automne

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

8

ÉTAPE 01_

LE FOUSSÉRET

Fondée en 1247 par les Hospitaliers de l'ordre de Saint-Jean de Jérusalem, cette bastide comtale domine toute la vallée de la Louge et cultive un art de vivre à nul autre pareil. Les marchés du mercredi et du dimanche (gourmand) le démontrent aisément...

ÉTAPE 02_

MONTMAURIN

Attention Monument historique ! La villa gallo-romaine datée du I^{er} siècle de notre ère que l'on trouve ici est l'une des plus vastes de la Gaule Aquitaine, sa visite est indispensable ! Plus loin vers les Gorges de la Save, la chapelle Notre-Dame-de-la-Hillièrre (Ve siècle) mérite le détour elle aussi.

ÉTAPE 03_

L'ISLE-EN-DODON

Telle une île plantée au cœur du Comminges, ce village doit son nom à Bernard Dodon et à sa situation entre rivière (la Save) et son profond canal. Autour de sa splendide église aux allures de château-fort (XII^e siècle) et sa magnifique halle s'organise un dédale de placettes moyenâgeuses et de maisons gasconnes typiques.

À voir : les fresques de Gaston Lagorre dans la salle de la mairie et le triptyque dédié à la mémoire des martyrs du maquis de Meilhan, haut lieu de la résistance gersoise durant la Seconde Guerre Mondiale.

ÉTAPE 04_

CADOURS, CITÉ DE L'AIL

Son calibre, sa robe ivoire aux stries violacées et son goût inimitable ont valu une Appellation d'Origine Protégée (AOP) à l'ail violet de Cadours. Le mercredi matin de juillet à septembre, il s'arrache sur le marché et les producteurs le vendent en direct en vrac ou en tresses avant de le célébrer à la fin de l'été dans une grande fête. Au sortir de Cadours, la silhouette bigarrée de brique et de pierre du château de Laréole ne peut qu'attirer l'œil ! Cette ancienne résidence de campagne de style Renaissance appartenait à un négociant de pastel et a été rénovée par le département. Plus loin le moulin de Brignemont a retrouvé une seconde jeunesse grâce à un meunier passionné qui a relancé l'activité. Visitable de mi-juillet à fin août avec farine moulue à la clé, il charme par son authenticité et par ses mécanismes en parfait état de marche.

Ail de Cadours (AOP)



Le Fousseret



ÉTAPE 05_ BASTIDE DE GRENADE

Construite au XIII^e siècle sur un plan en damier, la bastide de Grenade a su traverser le temps en conservant ses traditions comme le vivant marché du samedi matin et une belle et vaste halle médiévale autour de laquelle s'articule la vie du village.

ÉTAPE 06_ VERFEIL

Marquée par le catharisme, le commerce du pastel et même par la comtesse de Ségur dont Camille et Madeleine les personnages des « Malheurs de Sophie » reposent ici, la ville a conservé le charme suranné des temps anciens. De belles ruelles médiévales bordées de maisons à colombages, un immense château et un superbe point de vue.

ÉTAPE 07_ MONTJOIRE

Depuis ce village perché, la vue à 360° sur la vallée du Tarn et les départements limitrophes emporte les suffrages ! De tout temps, de par cette position privilégiée, il a servi de place forte et son patrimoine est le témoin d'un riche passé tumultueux marqué par les croisades et le catharisme.

ÉTAPE 08_ BAZUS

Ce charmant village bucolique à l'église dotée d'un clocher-mur dispose de l'un des derniers poids publics qui servait à peser les céréales, le bois, le fourrage, une curiosité à admirer et un village où se poser pour profiter de son atmosphère si tranquille.



Montjoire



La halle de Grenade

C'est secret

À Montjoire, la toponymie raconte l'histoire. Celle du catharisme et de l'Inquisition : les Convertigues où cette dernière réunissait les nouveaux convertis, la côte du Cramantino où l'on brûlait les hérétiques...

La Ville rose passe au vert et son effervescence se transforme en bulles d'air dans ses parcs et jardins.



Le Jardin Royal

Toulouse en rose en vert, parcs et jardins

Ils n'ont pas la notoriété d'Hyde Park ou Central Park mais les Toulousains sont attachés à leur ambiance, leur calme, la beauté de leur végétation et l'espace de respiration qu'ils offrent dans les différents quartiers de la cité. D'autant qu'ils accompagnent chaque étape de la vie. Les têtes blondes comme les cheveux argentés s'y croisent, s'y amusent, s'y côtoient dans un lent ballet de poussettes et landaus, de discussions enflammées ou amoureuses à l'ombre des arbres, sur un banc ou une pelouse...

♥ Pourquoi on aime ?

- Être au calme au cœur de la ville.
- Visiter Toulouse en baskets à la découverte de la végétation.
- L'ambiance très romantique de jardins en beauté.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Toute l'année

NOMBRE DE KM

Environ 20 km

DURÉE RECOMMANDÉE

1 jour

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

7

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Toulouse



Jardin Japonais



Prairie des Filtres

ÉTAPE 01

JARDIN DES PLANTES

Créée en 1794, ce jardin botanique abritait des plantes médicinales utiles aux étudiants en médecine de l'Université toute proche. Aujourd'hui, devenu un lieu de promenade et de loisirs pour les enfants et les familles et grâce à la passerelle suspendue, le jardin du Grand Rond est tout proche.

ÉTAPE 02

JARDIN DU GRAND ROND – JARDIN ROYAL

Situé sur le grand rond-point d'où s'élancent les allées Jules-Guesde, François Verdier, Paul Sabatier et Frédéric Mistral, il fait figure d'îlot de verdure à la croisée des chemins. Depuis une autre passerelle on peut rejoindre le jardin Royal (premier jardin public créé à Toulouse en 1754) aménagé à l'anglaise depuis 1861. On y trouve également des statues érigées en l'honneur des pionniers de l'Aéropostale et des essences rares.

ÉTAPE 03

PARC DE L'OBSERVATOIRE

Sur les hauteurs de la ville, dans le quartier de Jolimont, ce parc créé au XIXe siècle en même temps que l'Observatoire d'astronomie conserve la Société d'Astronomie Populaire sur son périmètre. Juste à côté, une obélisque de briques s'érige et commémore la bataille de Toulouse (avril 1814).

ÉTAPE 04

JARDIN DU MUSÉUM À BORDEROUGE

Au nord de la ville dans le nouveau quartier de Borderouge, le parc de la Maourine abrite une multitude d'espaces de nature préservée : ombrière, potagers du monde, sentier oublié, ruche pédagogique...

Et pour préserver la tranquillité de la faune, certaines parties ne sont accessibles qu'en présence d'un médiateur.

ÉTAPE 05

JARDIN JAPONAIS – COULÉE VERTE DES AMIDONNIERS

Sur 7 000 m² à peine, cet îlot d'Orient (labellisé Jardin remarquable) implanté en cœur de ville n'a pas son pareil pour apaiser et dépayser. L'eau, le minéral, le végétal se côtoient ici avec bonheur alors qu'à quelques pas les jeux d'enfants et la buvette s'animent. En juin et juillet le festival Les Siestes électroniques vient se poser près du paisible lac.

À 15 min de marche du jardin japonais, la coulée verte débute en contrebas du Bazacle. Elle longe l'ancien ruisseau des Amidonniers où se trouvaient de nombreuses usines autrefois et de belles villas propriétés des notables de la ville. Le retour peut s'effectuer en hauteur par la digue de la Garonne.

ÉTAPE 06

JARDIN RAYMOND VI – PRAIRIE DES FILTRES

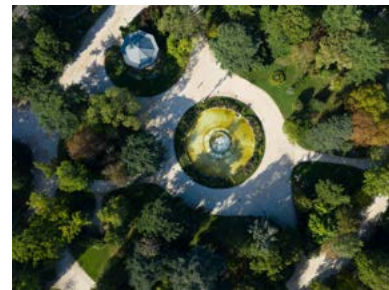
Ensermé entre le musée des Abattoirs et l'ancienne muraille qui bordait le quartier Saint-Cyprien au XVI^e siècle, ce jardin très agréable surprend par ses dimensions et sa belle vue sur la Garonne. À proximité, pour les frissons et le spectacle il faut emprunter la passerelle qui surplombe le fleuve jusqu'au port Viguerie...

À quelques minutes à peine, la prairie des Filtres qui a connu plusieurs destins (terrain de rugby, piste d'atterrissage pour les avions, foires agricoles...) invite au farniente et au pique-nique. L'été, elle accueille le festival Rio Loco (juin) et Toulouse Plage (juillet-août).

ÉTAPE 07

PARC DE LA REYNERIE

Ce jardin à la Française créé au XVIII^e siècle est une véritable œuvre d'art classée Jardin remarquable et implanté dans le quartier populaire du Mirail (bus n°14 et métro ligne A). Dans le parc de cet ancien domaine de Guillaume du Barry, capitaine de vaisseaux au service du roi de France, la plupart des essences plantées provient des îles et d'Amérique du Nord. Comme au Petit Trianon de Versailles, il entoure « une folie », pavillon destiné aux fêtes et réceptions.



Jardin du Grand Rond

C'est secret

Les Serres municipales (19, boulevard de la Marne) produisent plus de 400 000 plantes et abritent le Conservatoire de la violette, véritable nurserie de la fleur emblématique de la ville. Journées portes ouvertes une à deux fois par an.

La fleur jaune cultivée en Lauragais puis transformée en couleur bleue a fait la fortune de la région.

Sur les traces de l'or bleu

Isatis Tinctoria, plante tinctoriale à l'origine du pastel a fait la richesse d'un triangle géographique courant de Toulouse à Carcassonne et Albi.

Les hôtels particuliers toulousains, les riches demeures et villages du Lauragais témoignent de cet âge d'or.

Aujourd'hui, les graines de pastel entrent dans la composition de nouveaux cosmétiques et le bleu célèbre d'antan est revenu au goût du jour grâce à l'action d'hommes et de femmes de passion.

La vie est bien plus belle en bleu...

Cour intérieure d'un hôtel particulier

Pourquoi on aime ?

- Les cours intérieures des hôtels particuliers.
- Le parfum des cosmétiques à base de pastel.
- Les ateliers de teinture.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Printemps

NOMBRE DE KM

Environ 80 km

DURÉE RECOMMANDÉE

2 jours

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

7

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Loubens-Lauragais

ÉTAPE 01_

LOUBENS-LAURAGAIS

Dans ce village où les maisons ont des volets bleu pastel, l'allée de tilleuls centenaires et les buis du Grand Bosquet de l'imposant château participent de l'atmosphère bucolique, à 30 km à peine de Toulouse. La demeure familiale, agrandie pendant l'âge d'or du pastel, se distingue par la présence de deux moulins pasteliers.

ÉTAPE 02_

SAINT-FÉLIX-LAURAGAIS

En Lauragais, le beau village natif du musicien Déodat de Séverac (1872- 1921) offre une vue imprenable sur les champs du pays de Cocagne. L'expression provient des boules (coques) de feuilles de pastel séchées et roulées, utilisées pour la teinture. À Pâques, on célèbre sa fête ici !

ÉTAPE 03_

DE MONTGEARD À NAILLOUX

Ici, les champs de pastel ont été remis en culture, il faut admirer la floraison d'avril à juin et passer du temps dans ce village marqué par l'histoire de la plante tinctoriale. L'Hôtel Durand (visitable sur rendez-vous), propriété de la famille de Guillaume Durand qui fut commerçant pastelier et capitoul de Toulouse, démontre la richesse que sa culture a engendré dans ces contrées. À 2 km de là, Nailloux perpétue sa vocation commerçante héritée de l'époque du pastel grâce au « Nailloux Outlet Village », village de marques aux prix attractifs où se trouve notamment la boutique Le Comptoir d'Isatis de l'Office de tourisme du Pays Lauragais.

ÉTAPE 04_

MAZÈRES

L'Ariège a également bénéficié du succès du pastel et les archives de ce village en attestent, elles signalent la présence de moulins pasteliers dès le XIIIe siècle. L'Hôtel Ardouin (XVe siècle) de style Renaissance au cadre enchanteur accueille un espace dédié à l'histoire de la plante star ici.

Saint-Félix-Lauragais



ÉTAPE 05

LES HÔTELS PARTICULIERS TOULOUSAINS

Il suffit de flâner dans les rues du centre-ville toulousain pour remarquer l’empreinte encore vivace de la fortune des pasteliers qui, au temps de l’âge d’or du pastel ont pu faire bâtir de beaux hôtels particuliers. Le plus impressionnant est, sans conteste, l’Hôtel d’Assézat qui abrite aujourd’hui la collection de la Fondation Bemberg. On peut citer également l’Hôtel de Bernuy (actuel lycée Fermat), l’Hôtel de Brucelles (19, rue des Changes) doté de l’une des plus hautes tours de la ville (29 m), l’Hôtel Delfau (20, rue de la Bourse) dont la porte est surmontée de la marque du marchand pastelier comme au château de Montgeard, l’Hôtel de Boysson (11, rue de Malcousinat) écrin de la Maison de l’Occitanie.

ÉTAPE 06

PASTEL SHOPPING – PASTEL DÉTENTE SPA

Remise à l’honneur depuis les années 1990, la culture du pastel se décline dans une gamme de produits et d’équipements. Les boutiques Terre de Pastel (9 place Assézat) et Graines de Pastel (4, place Saint-Étienne) proposent textiles, littérature et produits cosmétiques liés à la plante tinctoriale. À Labège, en dehors de Toulouse, le Muséum et l’Espace Spa font découvrir les bienfaits naturels de la cosmétique végétale naturelle (terredepastel.com). Et à Toulouse, l’hôtel 5* de la Cour des Consuls propose son spa dédié au bien-être accompagné de la gamme de produits Graines de Pastel (cite-hotels.com).

ÉTAPE 07

CHÂTEAU DE LARÉOLE

Ce périple consacré au pastel peut se terminer en pleine campagne et en beauté au château de Laréole (XVI^e siècle), avec son magnifique parc à la Française aménagé au XVIII^e siècle. La demeure, propriété du Conseil départemental, est le fruit du travail de l’architecte Dominique Bachelier – également concepteur de l’Hôtel d’Assézat à Toulouse – pour le compte du marchand pastelier Pierre de Cheverry.



Château de Laréole



Hôtel d’Assézat



C’est secret

Réputée et utilisée depuis la préhistoire, la fleur de pastel a fait la richesse de l’Europe occidentale de l’Antiquité romaine au XVI^e siècle. Celtes et Gaulois l’utilisaient pour bleuir leurs tissus, se colorer les cheveux, mais aussi pour se couvrir le visage et le corps afin d’effrayer leurs ennemis !

Chargé d'histoire, Saint-Bertrand et son territoire impressionnent par la majesté de leur patrimoine culturel, culturel et naturel...

Autour du grand site Saint-Bertrand / Valcabrière

Basilique
Saint-Just-de-Valcabrière
et Cathédrale Saint-Marie

Itinéraire de 10 km autour du site.

Labellisé « Grand site d'Occitanie » et classé « Plus beau village de France », Saint-Bertrand-de-Comminges possède un patrimoine historique exceptionnel. Plantée à 515 m d'altitude la cité jadis prédominante en Comminges surplombe la vallée. Tout autour, sur le piémont, une ribambelle de villages, lacs, paysages de charme et autres curiosités qui ont traversé le temps agrémenteront avantageusement la visite...

🤍 Pourquoi on aime ?

- Une visite qui en dit long sur notre histoire : de la période romaine à nos jours, un voyage de 2 000 ans !
- Un des plus beaux sites du Midi de la France.
- De nombreuses balades dans le piémont offrant de beaux panoramas.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Toute l'année

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

7

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Saint-Bertrand-de-Comminges



Table d'orientation de Labroquère



Saint-Bertrand-de-Comminges

ÉTAPE 01

SAINT-BERTRAND-DE-COMMINGES - VALCABRÈRE

Dans l'Antiquité, Lugdunum Convenae (ancien nom de Saint-Bertrand) comptait près de 10 000 habitants. Suite aux invasions barbares, les populations se sont concentrées sur la colline même si une partie de la ville basse reste habitée. Plus tard, Saint-Bertrand-de-Comminges et Valcabrère deviendront d'importantes haltes jacquaires sur la route de Compostelle, aujourd'hui classées au Patrimoine mondial de l'Unesco. On peut découvrir les deux sites à pied, le village médiéval et sa cathédrale Sainte-Marie puis, plus bas, la basilique Saint-Just-de-Valcabrère riche de remplois gallo-romains composant ses murs. Et puis, tout près, les vestiges du site antique très bien conservés.

ÉTAPE 02

DE LOURES-BAROUSSE À BRAMEVAQUE,

Petite incursion dans les Hautes-Pyrénées ! Après l'agréable pique-nique passé sur les berges du lac de Loures-Barousse (accessible aux pêcheurs de mars à septembre), un passage dans le village d'Izaourt pour admirer le splendide remploi gallo-romain de marbre blanc de Saint-Béat scellé au-dessus du portail de l'église et vous voilà à Sarp où les activités nature sont nombreuses (rocher d'escalade, mare pédagogique, balades éducatives, aire de pique-nique...). La balade éducative et ludique « Lou Camin » pour les 5/6 ans emmène à la découverte de la faune et de la flore locales des bois. La suite de ce parcours plein de charme qui longe la rivière l'Ourse entraîne vers Mauléon-Barousse puis vers le village médiéval de Bramevaque où se trouve le château des Comtes du Comminges au cœur de la vallée de la Barousse.

ÉTAPE 03

DE BRAMEVAQUE À MAULÉON-BAROUSSE

En pleine nature, la grande falaise de Troubat donnera de belles sensations aux amateurs d'escalade sur le plus grand spot des Pyrénées centrales. À Mauléon-Barousse, la Maison des Sources raconte l'histoire de l'eau de la source à la mise en bouteille puis, à 1 km à la sortie du village (direction Port-de-Balès), direction le Gouffre de la Saoule en contrebas pour photographier en famille l'une des plus célèbres cascades de la vallée. À Sost, cinq familles produisent et commercialisent leur fromage fermier, indispensable pour reprendre des forces !

ÉTAPE 04

DE MAULÉON-BAROUSSE À SAINT-PÉ-D'ARDET

Direction Cazarilh, dans le village de Siradan, la ferme pédagogique « Les Jours Heureux » ravira petits et grands grâce à ses 250 animaux ! Puis, vers Saint-Pé-d'Ardet sur la départementale 338 pour rejoindre le magnifique village de Mont-de-Gallé. Puis voilà Saint-Pé où la pause sera bienvenue au bord du lac glaciaire, entouré de falaises abruptes où nichent nombre de rapaces. À voir, l'église et ses auges cinéraires en marbre de Saint-Béat dont certaines sont parfois exposées au musée archéologique de Saint-Bertrand-de-Comminges.

ÉTAPE 05

DE SAINT-PÉ-D'ARDET À SAUVETERRE-DE-COMMINGES

Pour tout savoir sur l'un des insectes les plus précieux de la nature, une halte à la cité des abeilles de Génos s'impose puis à Bruncan (hameau de Sauveterre) une belle balade vous mènera vers le château de Sauveterre dit le fort du Comte Fibus ou Tour du Barry dont il ne reste aujourd'hui que quelques vestiges. Mais demeure le donjon du château fort de la châtellenie de Sauveterre-de-Barcodan (XIIe siècle), plus ancien bâtiment du village, qui domine la contrée.

ÉTAPE 06

DE SAUVETERRE-DE-COMMINGES À LABROQUÈRE

La balade se poursuit vers Barbazan et ses anciens thermes bâtis en 1901. Ici, on dirait que le temps s'est arrêté dans le décor romantique et bucolique du parc, en visitant le kiosque-buvette, la chapelle inachevée datant du XIXe siècle. À quelques kilomètres, la table d'orientation de Labroquère permet d'observer le somptueux panorama sur la vallée de la Garonne et sur Saint-Bertrand-de-Comminges.

ÉTAPE 07

DE LABROQUÈRE À GARGAS

Le lac de Montréjeau réjouira toute la famille ! Son eau labellisée « Pavillon bleu » est, l'été venu, le théâtre d'une foule d'activités, des structures de jeux à la baignade en passant, sur ses berges, par des karts à pédales, des vélos électriques ou classiques à la location. Et pour ceux qui préfèrent se cultiver, il faut rejoindre les Grottes de Gargas sur la commune d'Aventignan (vers Mazères-de-Neste) où ont été retrouvées 200 « mains » peintes sur les parois des lieux par des hommes préhistoriques.



Saint-Pé-d'Ardet



Chapelle inachevée de Barbazan

C'est secret

À 4 km de Saint-Bertrand-de-Comminges, en pleine forêt maculée de formations calcaires comme les lapiaz, le Gouffre de Lespugue impressionne : au fil du temps, l'eau infiltrée a sculpté une vaste salle souterraine visible car son plafond s'est effondré.



Au cœur du Lauragais, embarquez pour une découverte touristique, gastronomique et culturelle à Port-Lauragais. Il s'agit d'un port pas tout à fait comme les autres... c'est parti !

Autour de Port-Lauragais

Le Comptoir du Lauragais
à Port-Lauragais

Port-Lauragais est un port sur le canal du Midi, plan d'eau, verdure, bateaux, piste cyclable... tout est là pour une escale connue par la plupart des automobilistes en partance vers le Sud et l'Espagne ou à l'inverse en route vers le Nord.

Abrité de ses collines verdoyantes, découvrez ce véritable port construit sur une presqu'île artificielle en 1983.

À la fois port fluvial et aire de repos partez aussi sur la piste cyclable ou la voie d'eau du canal, c'est un véritable havre de paix et de détente !

Découvrez le rayon secret autour de Port-Lauragais.



Pourquoi on aime ?

- Au bord du canal du Midi, idéal pour rayonner dans le Lauragais.
- À pied, à vélo, en bateau, toute la découverte du Canal.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Toute l'année

NOMBRE DE KM

Rayon de 10 à 22 km

DURÉE RECOMMANDÉE

1 à 2 jours

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

7

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Avignonet-Lauragais

ÉTAPE 01_

PORT-LAURAGAIS

L'hôtel et sa piscine, le restaurant « Tables et Auberges de France », le Comptoir du Lauragais avec sa boutique de produits du terroir et d'artisanat local, son exposition, son espace tourisme... Tout est en place pour vous accueillir au cœur du canal du Midi, les pieds dans l'eau ou les doigts de pieds en éventail !

ÉTAPE 02_

AVIGNONET-LAURAGAIS

Haut lieu du Catharisme où se déroula le « Massacre des inquisiteurs » en 1242 par les Cathares, ce village recèle de nombreuses traces de son histoire : son église gothique (XIVe-XVe), la tour poivrière vestige de la Porte du Cers, pièce maîtresse des remparts de cet ancien castrum, les vestiges du château fort du XIIIe, les remparts, la Halle... Amusez-vous à dénicher les stèles discoïdales réparties dans le village.

ÉTAPE 03_

MONFERRAND ET LE SEUIL DE NAUROUZE

Montferrand bénéficie d'un point de vue à 180° sur la plaine. À l'ombre des arbres centenaires, promenez-vous au Seuil de Naurouze où son obélisque s'érige sur des pierres légendaires en l'honneur de Pierre-Paul Riquet. C'est ici que les eaux de la Rigole de la Plaine, provenant du bassin de Saint-Ferréol, se déversent dans le canal, pour se partager vers l'Atlantique et vers la Méditerranée.

ÉTAPE 04_

MONTESQUIEU-LAURAGAIS

L'écluse de Négra à Montesquieu, était la première halte de la barque de poste qui, halée par des chevaux, transportait au XVIIe siècle, les passagers sur le canal du Midi jusqu'à Agde en quatre jours. Après avoir admiré l'aqueduc de la Thésauque, montez jusqu'au village, pour y découvrir le château du XVIIe siècle et l'église Saint-Jacques.

Avignonet-Lauragais



Montesquieu-Lauragais



ÉTAPE 05

VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS – SAINT-ROME – GARDOUCH

Fondée au XIII^e siècle par Alphonse de Poitiers, Comte de Toulouse, la bastide de Villefranche possède une très belle église gothique en briques rouges du XIV^e siècle avec un clocher-mur à tourelles, une halle centrale, des maisons à colombages, des passages couverts... Rendez-vous au marché typique le vendredi matin. Petit détour par Saint-Rome, village surprenant par son architecture éclectique, fondé au XIX^e siècle par le Comte de La Panouse. Découvrez le port de Gardouch étape incontournable du canal.

ÉTAPE 06

BELFLOU, BARAIGNE ET LE LAC DE LA GANGUISE

Le château de Belflou (XIII^e-XIV^e) et son fossé en eau sont un exemple bien conservé de l'architecture défensive du bas Moyen Âge, à voir absolument. C'est à Baraigne que vous visiterez l'église romane du XII^e siècle. Pause détente au lac de la Ganguisse, en profitant des activités, pour un tour en canoë, en planche à voile ou VTT.

ÉTAPE 07

MONTGEARD ET NAILLOUX

Bastide fondée en 1317, Montgeard s'est enrichi au XV^e siècle grâce à la culture du Pastel. Les ruelles pittoresques vous mèneront à l'église du XVI^e siècle, au château, au Moulin d'En-Bas ou encore au champ de pastel de la rue Sous Tourelle. À Nailloux, partez pour la visite du Moulin à six ailes ou profitez des activités et promenades du lac de la Thésauque. Marché de Nailloux les vendredis, à partir de 16h.




Moulin de Nailloux



Écluse de Gardouch

C'est secret

Le vent d'Autan est bien connu dans le Lauragais et à Toulouse. Savez-vous que la légende dit de lui qu'il peut rendre les gens fous ? Alors, pourquoi ? Parce qu'il est capable de passer de 10 à 100 km/h en moins de 2 heures et qu'il chasse la pluie tant attendue par les agriculteurs. Ils en deviennent fous !



C'est parti pour une virée en famille ! Vous n'avez pas d'idées ou vous pensez les avoir toutes épuisées, pas de panique cet itinéraire est fait pour vous.

100 % Family

Rafting à Antignac

Que l'on ait un ou plusieurs enfants, le temps libre n'est pas synonyme d'inaction. Nous avons déniché un véritable éventail d'activités pour que toute la famille puisse vivre des moments d'exception.

Dans ce circuit, certaines étapes peuvent se faire sur une journée entière... mais ne vous inquiétez pas, vous avez toute l'année et même plus pour les tester !

♥ Pourquoi on aime ?

- Des activités pour les ados comme pour le petit dernier.
- Le choix des thèmes : science, culture, nature ou sport.
- Des prix tout doux pour les petits.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Toute l'année

DURÉE RECOMMANDÉE

À adapter selon vos week-ends

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

7 étapes et plus selon la saison

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Toulouse



Château de Merville



Forêt de Bouconne

ÉTAPE 01_

TOULOUSE ET SES ALENTOURS

Toulouse, c'est une multitude de possibilités ! Des musées, des parcs indoors, des escapes games...
N'hésitez pas à consulter notre guide pratique pour connaître toutes les offres famille.

Plaisance du Touch – Montaigut-sur-Save – Lasserre

Sortez de Toulouse et découvrez **African Safari parc zoologique** de Plaisance de Touch pour un dépaysement garanti. En continuant plus au Nord, traversez la **forêt de Bouconne** qui s'étend sur 2 378 hectares où des espèces florales et animales peuplent le massif. Une spéciale dédicace à l'écurie d'En Cayla au village de Lasserre qui propose des balades en poney aux tout-petits même à partir de 18 mois.

ÉTAPE 02_

LE BURGAUD – MERVILLE

Au Burgaud, plus de 34 attractions composent le parc **Animaparc** dont certaines entièrement dédiées aux dinosaures, stars de l'enfance. Puis direction le **château de Merville et son labyrinthe** de buis. **Un petit conseil** : allez-y pour la chasse aux œufs au moment de Pâques.

ÉTAPE 03_

AUCAMVILLE – CASTELMAUROU – VERFEIL

Première salle de France de parcours Ninja, **Warrior Adventures**, basé à Aucamville s'inspire du célèbre jeu télévisé. À Castelmaurou, le parc d'Accrobranche **Natura Game** se détaille en 8 parcours. Certains sont accessibles dès 2 ans et d'autres sont destinés aux têtes brûlées ! Pour compléter, le **Zouzou Parc à Verfeil** vous proposera des moments de complicité avec ses jeux et les animaux de sa ferme.

ÉTAPE 04_

SAINT-FERRÉOL – NAILLOUX – AUTERIVE

En Lauragais, 2 lacs sont incontournables **Saint-Ferréol** et la **Thésauque** à Nailloux. Leurs bases de loisirs proposent de multiples activités, canoë, courses d'orientation, paddle, pédalos et un parc aquatique à la Thésauque. Un peu plus loin, **Auterive Adventures** réserve de grandes sensations dans les arbres où vous pouvez jouer jusqu'à 32 mètres de hauteur.

ÉTAPE 05

RIEUMES - RIEUX-VOLVESTRE

Vous allez nous dire encore un parc accrobranche ? Mais chacun a sa petite particularité ! Comme son nom l'indique **Tépacap** vous incitera à dépasser vos limites, vos peurs et votre vertige ! Pour les plus petits ou amateurs de calme, tout à côté passez par **La Ferme du Paradis** et ses animaux atypiques. Envie de découvrir la nature en randonnée à dos d'ânes, **Le rucher des ânes** à Rieumes, labellisée « Bienvenue à la ferme » vous accueille.

ÉTAPE 06

RIEUX-VOLVESTRE - CAZÈRES - CARBONNE - AURIGNAC

Sur les coteaux du Volvestre, découvrez Saint-Julien, entrez dans un véritable **Village Gaulois** et participez aux ateliers de forge, de tissage, de vannerie. Faites une petite virée par le plan d'eau de Cazères ou le **Wake Park** de Carbone. Le **Musée Forum de l'Aurignacien** propose des activités à destination des enfants pendant les vacances scolaires et événements : allumage du feu, taille de silex ou confection de parures.

ÉTAPE 07

CIERP-GAUD - SAINT-BÉAT - LUCHON

Rendez-vous au **lac de Montréjeau** dont l'eau est labellisée « Pavillon bleu ». À Cierp-Gaud, découvrez le parc accrobranche **Pyrénées Hô**. Des parcours adaptés à tous les âges vous attendent et vous pouvez même passer la nuit en tipi ! Pour les mordus d'escalade, le **Rocher de Rouziet** tout proche offre de belles possibilités même aux débutants. Pour les fans de sports d'eaux vives, **H2O** au Lac de Gery ou la **Base d'Antignac-Fronsac** vous feront passer des moments inoubliables.



Animaparc



Musée de l'Aurignacien

C'est secret

À l'archéo site, village Gaulois, vous apprendrez que pour les Gaulois, le sanglier est un animal sacré et que contrairement aux idées reçues il était rarement consommé.

Des tailleurs de pierre des Pyrénées à la grande histoire de l'aéronautique et de l'espace, décollons pour un voyage dans l'univers des grands savoir-faire et de l'industrie.

Savoir-faire anciens et industrie d'aujourd'hui

Marqueterie à Revel

Si l'histoire a commencé sur les bords de Garonne à Saint-Béat lorsque les Romains extrayaient le marbre, elle s'est perpétuée à travers de nombreux savoir-faire, la faïence de Martres-Tolosane, les meubles et la marqueterie de Revel, la tuile, la brique foraine et tant d'autres qui font de la Haute-Garonne un territoire de passions.

🤍 Pourquoi on aime ?

- Pour les mémoires gardées autour de savoir-faire d'exception.
- Un passé industriel prestigieux et un monde aéronautique qui ne cessent de placer Toulouse et la Haute-Garonne en première place.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Toute l'année

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

7

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Toulouse

ÉTAPE 01

TOULOUSE ET LE MONDE DE L'AÉRONAUTIQUE

Des premiers avions produits dans les usines de Toulouse au début du XX^e siècle à « l'avion Baleine », le magique Beluga, Airbus a depuis 50 ans donné naissance à une grande famille.

En 1912 Pierre-Georges Latécoère construit son usine d'où sortiront les premiers avions en 1918. C'est ici que va commencer la grande histoire de l'aviation à Toulouse. Pour tout savoir, tout comprendre, une véritable « armada » de moyens sont à votre disposition.

Visite des ateliers, chaîne de montage **Airbus** à Colomiers, visite du nouveau musée de l'aviation **Aérosco피아** à Blagnac et **Les Ailes Anciennes** où une collection d'avions de légende vous sont offertes à la vue à Blagnac. Visite de **La piste des géants** à Toulouse dans le quartier Montaudran et du centre d'interprétation **L'envol des pionniers** qui vous racontera l'histoire de l'aéropostale.

Et pour aller plus loin dans l'épopée de l'air et de l'espace, c'est à la **Cité de l'espace** que vous ferez votre conquête spatiale en découvrant la fusée Ariane, le vaisseau Soyouz, modèle de la station spatiale Mir.

ÉTAPE 02

REVEL ET LE MEUBLE DE L'ART

À la fin du XIX^e le maître ébéniste Alexandre Monoury installe son atelier à Revel et forme de nombreux élèves. La marqueterie reveloise a une renommée internationale, vous allez découvrir le travail de ces alchimistes du bois qui transforment les bois bruts en tableaux de maîtres ! Visite du musée du bois et de la marqueterie ainsi que des ateliers et show-rooms installés dans toute la ville.

ÉTAPE 03

TOULOUSE, LE LAURAGAIS ET LE PASTEL

La fameuse fleur jaune produit un bleu exceptionnel qui sera considéré comme le « must » de la teinturerie durant tout le siècle des Lumières. Aujourd'hui la culture du Pastel est relancée grâce à des hommes et femmes de passion qui nous livrent un univers raffiné à travers plusieurs gammes de cosmétiques, ateliers de teinture, objets d'art.

Muséum Terre de Pastel, les espaces SPA, boutique. À découvrir aussi produits *Graines de Pastel*, vente et soins à l'Hôtel La Cour des Consuls Toulouse.

ÉTAPE 04

FRONTON ET LE VIN DES TOULOUSAINS

C'est à Fronton que nous vous conduisons à travers le vignoble du Frontonnais qui s'étend sur 2 400 hectares. Partez sur les routes de Vacquiers, Villeneuve les Bouloc, Castelnau d'Estretfonds, Fronton, Villaudric, Villematier... et découvrez les savoir-faire d'aujourd'hui qui n'ont rien ignoré des méthodes ancestrales. Bonne visite des chais et exploitations, dégustations toujours avec modération !



ÉTAPE 05

MARTRES-TOLOSANE ET LA FAÏENCE

Depuis 3 siècles Martres Tolosane vit au rythme des ateliers et des fabriques de faïences. Chaque pièce est unique, les dessins sont tracés et peints à la main et nous y retrouvons souvent un oiseau au long bec. Aujourd'hui ce sont 5 femmes qui sont aux commandes des faïenceries martraises. Après la visite du **Musée de la Faïence** en plein cœur de ville, partez pour la visite des ateliers et offrez vous une pièce unique et raffinée. Le **Grand Presbytère** accueille de grandes expositions d'art axées sur les arts du feu.

ÉTAPE 06

SAINT-BÉAT ET SON MARBRE MILLÉNAIRE

Ici la tradition est bel et bien gravée dans le marbre ! Le village est enserré entre deux montagnes riches en marbre et ses carrières sont exploitées depuis l'antiquité. « Le Passage du Loup » ou « Clef de France » surnoms donnés à la ville en raison de son étroitesse, n'a plus son activité d'antan. Les 20 entreprises qui s'activaient à creuser la montagne ont mis la clef sous la roche ! Aujourd'hui l'entreprise OMYA s'est adaptée en produisant de la poudre de marbre. Visites possibles des carrières en juillet seulement.

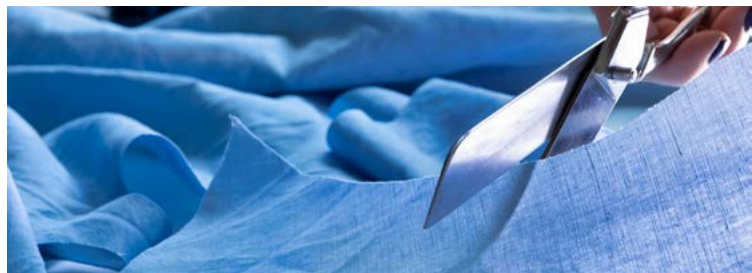
ÉTAPE 07

LUCHON - AUSSON ET SON CHOCOLAT

Luchon « Reine des Pyrénées » ne parle pas beaucoup de son chocolat, elle parle plutôt de ses eaux, il faut dire que déjà au XVI^e siècle elle accueillait son premier VIP en la personne du Cardinal De Richelieu qui vint lancer Luchon et ses thermes ! Sacrée promo pour lancer la station, on ne parlait que de ses eaux à la cour ! Deux siècles plus tard Ludovic Dardenne natif de Luchon devient « pharmacien-chocolatier » en élaborant un chocolat au goût unique toléré par tous les estomacs ! La chocolaterie est aujourd'hui installée à Ausson.



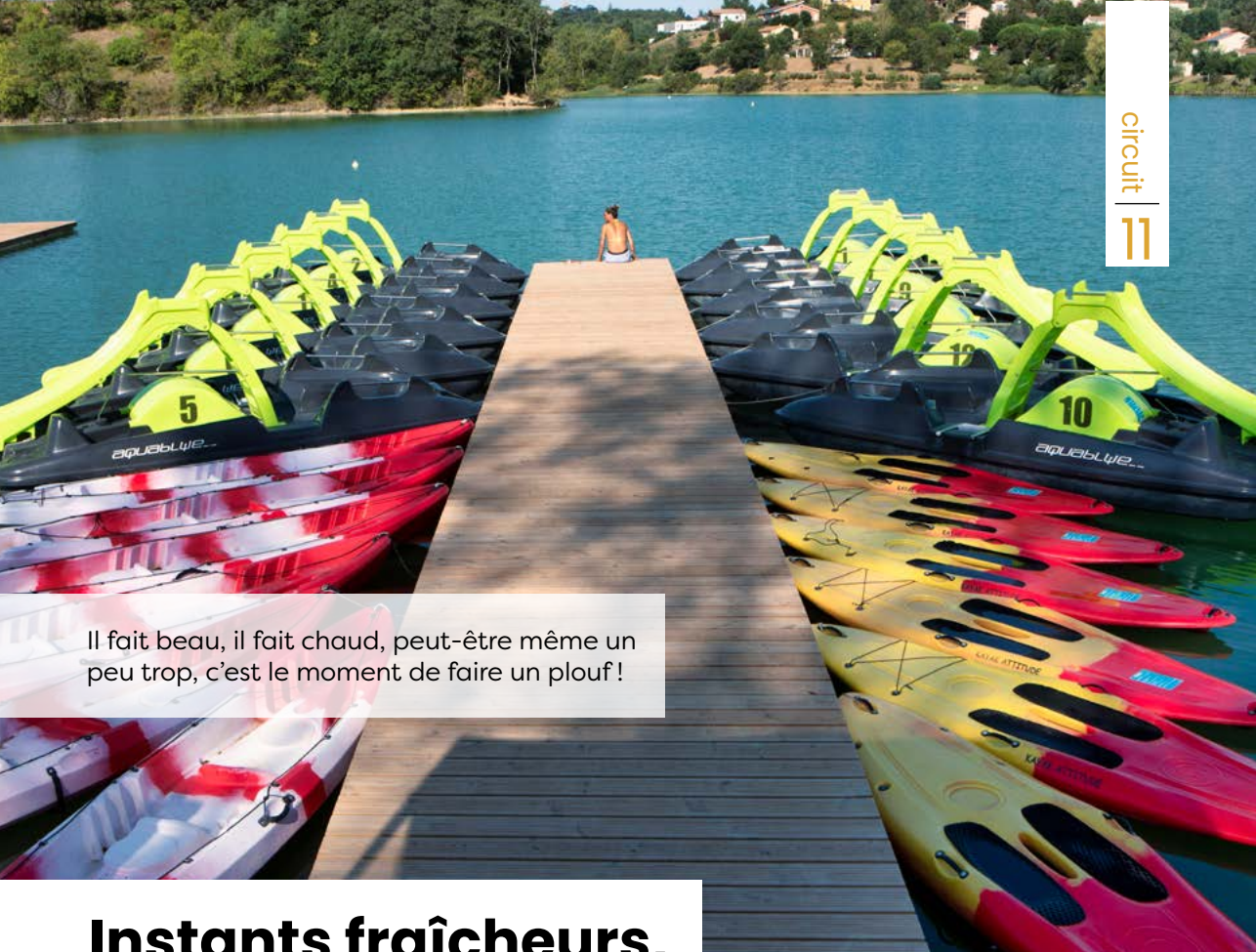
Aérosopia



Teinture Pastel

C'est secret

Le marbre de Saint-Béat est utilisé durant toutes les époques pour la construction. Mais savez vous que lorsque Henri IV eut en main un morceau de ce marbre, il remplaça le marbre de Carrare par du marbre français de Saint-Béat. On le trouve à Versailles, au Louvre, à la Basilique Saint-Sernin de Toulouse, Cathédrale Saint-Etienne, Luchon, à Saint-Bertrand depuis l'antiquité.



Il fait beau, il fait chaud, peut-être même un peu trop, c'est le moment de faire un plouf !

Instants fraîcheurs, des lacs et rivières

Un îlot de chaleur urbain : expression scientifique qui voudrait indiquer que votre ville devient un véritable brasier. Vous voyez de quoi on parle ?

Si vous vivez à Toulouse ou dans ses proches environs, on imagine que oui. Alors on a concocté pour vous un petit condensé d'idées fraîcheurs, véritable kit de survie pour l'été. Des pique-niques au bord de l'eau, des cascades comme dans les publicités, des plages, des ploufs, des lacs, des pédalos... et des glaces !

Lac de la Thésauque



Pourquoi on aime ?

- Déconnecter sans partir au bout du monde.
- Se rafraîchir sans la clim.
- Pour se sentir « comme » en vacances.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

L'été bien sûr et plus particulièrement pendant les périodes de canicule...

DURÉE RECOMMANDÉE

À la journée pour chaque étape

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

7

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Toulouse

ÉTAPE 01_

TOURNEFEUILLE - BLAGNAC - BEAUZELLE

Non loin de Toulouse, plusieurs possibilités s'offrent à vous : le lac des Quinze Sols à Blagnac, avec un parcours pour découvrir son écosystème, ou l'incontournable lac de la Ramée à Tournefeuille. Pour accéder à ce dernier, notre conseil est de venir en vélo en suivant la Coulée verte du Touch ! Dans les 2 cas, les activités nautiques ou autres y sont nombreuses : roller, pêche, aéromodélisme, ping-pong, kayak, pêche, voile mais aussi pétanque ou barbecue. Faites votre choix !

ÉTAPE 02_

MERVILLE - ONDES

Direction Merville pour découvrir le Ramier de Bigorre : cet espace protégé à l'incroyable biotope, logé dans un méandre de la Garonne peut être l'occasion d'une balade d'intérêt écologique ou d'un simple pique-nique... zéro déchet bien entendu.

Pour un pique-nique rafraîchissant mais « plus famille » partez pour Ondes, près de Grenade. Venez avec votre tribu, vous trouverez même un terrain de foot et des jeux pour enfants.

ÉTAPE 03_

CARAMAN - REVEL - SAINT-FÉLIX-LAURAGAIS - MONTGEARD

Cap plus à l'Est, mais il y a tellement de lacs dans le Lauragais qu'on ne pourrait pas tous les citer ! Bien sûr, il y a les incontournables comme le lac de Saint-Ferréol, un petit coin de Méditerranée ou encore le lac de la Thésauque et ses innombrables activités. À Saint-Ferréol, n'hésitez pas à découvrir la cascade en contrebas du réservoir et ses jardins à l'anglaise, un vrai dépaysement.

Mais sortons des sentiers battus et tournez-vous vers le lac de l'Orme Blanc à Caraman pour son air de vacances ou celui de Lenclas en suivant la Rigole de la Plaine pour une balade fraîcheur !

ÉTAPE 04_

LONGAGES - CARBONNE - MARTRES-TOLOSANE

Direction la Garonne et plus précisément la *Source Wake Park* à Carbone. Transformer une ancienne gravière en un immense aquapark, c'est possible.

Un conseil : testez le téléski nautique !

Si vous cherchez un lieu moins couru, on vous conseille un pique-nique au bord de l'Arize. Enfin, si vous êtes pêcheur, ou en famille, ou les 2, les lacs de Sabatouse et de Saint-Vidian sont faits pour vous.

Cascade de
l'Enfer



Lac de Montréjeau



Lac de Saint-Ferréol



ÉTAPE 05

BOULOGNE-SUR-GESSE - BLAJAN

À cheval entre le Gers et la Haute-Garonne, ne manquez pas le lac de la Gimone. On vous le dit tout de suite, on y aime particulièrement les couchers de soleil se reflétant sur le lac. La baignade y est autorisée, en juillet et août, du côté gersois... on ne vous en voudra pas pour une petite infidélité. Pour un pique-nique au frais, on vous conseille le lac de Boulogne-sur-Gesse équipé de jeux pour enfants et surplombé par un viaduc, ou plus intimiste la source de Lerd à Blajan.

ÉTAPE 06

MONTRÉJEAU - SAINT-GAUDENS - IZAUT-DE-L'HÔTEL - CABANAC - CAZAUX

Partez pour Montréjeau, station verte, son lac a reçu le label « Pavillon Bleu » pour la qualité de l'eau. Paradis des enfants et des parents, de nombreuses activités y sont proposées. Non loin de là, n'hésitez pas à faire le tour du lac de Sède. Vous cherchez plutôt un lieu romantique ou loin de la foule, optez pour la cascade de la Bouche à la sortie d'Izaut-de-l'Hôtel ou les bords du Job entre Encausse-les-Thermes et Cabanac-Cazaux. Il y a même un lieu magique appelé « le petit Biarritz », c'est pour vous dire !

ÉTAPE 07

SAINT-BÉAT - LUCHON - SAINT-MAMET - VALLÉE DU LYS

Direction les Pyrénées, arrêtez-vous au lac de Gery entre Saint-Béat et Marignac pour de nombreuses activités en famille : pêche enfant, balade en poneys, paddle... mais le plus magique c'est la vue imprenable sur le pic du Gar.

À Luchon, après votre pique-nique au bord du lac de Badech, allongez-vous et contemplez les parapentistes dans le ciel ou bien partez vers le col du Portillon voir la cascade de Sidonie pour sa flore surprenante. Découvrez la superbe vallée du Lys qui regorge de spots plus rafraîchissants les uns que les autres, pour un pique-nique, une balade ou une sieste à l'ombre. Pour cette dernière option, on ne saurait que trop vous conseiller d'admirer la cascade d'Enfer à 10 minutes du parking et si vous vous sentez plus motivé, montez jusqu'au gouffre d'Enfer (45 min).



Boulogne-sur-Gesse

C'est secret

Entre Aspet et Beauchalot, la source de Ganties a connu quelques heures de gloire. La légende veut qu'une vache venant y boire s'est retrouvée soignée de sa maladie de peau. D'ailleurs, on vous livre un petit secret, l'instituteur du village au XIXe siècle lui donnait des vertus calmantes. Plus tard, on lui a reconnu des vertus digestives et cicatrisantes.



Balade à vélo sur cette Voie Verte, direction l'énergie positive !

À bicyclette sur le canal du Midi

Gardouch

En toute saison, le Canal du Midi est le lieu idéal pour des balades dans un décor magique classé au patrimoine mondial de l'Unesco.

Quoi de mieux pour faire du vélo que l'ombre des platanes centenaires le long de la Voie Verte aménagée au bord du canal. Si vous êtes motivés, 48 km vous attendent entre Toulouse et le Seuil de Naurouze sur une voie très roulante sans aucun dénivelé et accessible à toute la famille. En chemin vous découvrirez les écluses et ouvrages d'art.

♥ Pourquoi on aime ?

- La facilité d'accès depuis Toulouse.
- L'itinéraire est fléché dans les 2 sens.
- Nombreuses écluses, aqueducs, ponts-canaux.
- « On y voit le pays mieux qu'en diligence. » Stendhal.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Du printemps à l'automne

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

6

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Toulouse



Montesquieu-Lauragais

ÉTAPE 01_

Le départ à Toulouse se situe aux Ponts Jumeaux accolés à trois écluses. Il est le lieu de connexion entre le Canal de Brienne et la Garonne. Le point officiel du kilomètre 0 du canal du Midi.

À l'angle du Boulevard Bonrepos et des allées Jean-Jaurès, vous pourrez faire une halte et revivre sur une péniche, toute l'histoire d'amour entre la violette et la ville de Toulouse. (ouvert tous les jours sauf dimanches et jours fériés).

Au niveau de Ramonville-Saint-Agne, attendez-vous à trouver un véritable port de plaisance, Port Sud, où bateaux et péniches créent une véritable ambiance de vacances.

ÉTAPE 02_

Au fil du canal jusqu'à Montgiscard à 21,5 km, vous en profiterez pour admirer son clocher-mur typique du Lauragais et le lavoir datant de 1870. Vous en verrez d'aussi remarquables à Ramonville, Pompertuzat, Baziège, Renneville etc.

En continuant sur l'itinéraire, vous rencontrerez tout le long de nombreuses écluses ovales et des petits ports. Vous traverserez le Lauragais, le célèbre « Pays de Cocagne » où se cultivait le Pastel. Quelques églises fortifiées vous rappelleront que la région a connu de nombreuses invasions.

ÉTAPE 03_

À Montesquieu-Lauragais, une jolie chapelle dédiée aux bateliers et l'écluse de Négra seront l'occasion de vous octroyer une petite pause. Le port de Gardouch, un peu plus loin, vous surprendra par son alignement de maisons colorées.

ÉTAPE 04_

Quelques kilomètres plus bas, vous apercevrez Avignonet-Lauragais, un village perché sur une colline, riche de remparts et de vestiges d'un château du XIe siècle, de son église et de sa tour poivrière. Le petit crochet vaut le détour.

ÉTAPE 05

À Port-Lauragais, se trouve la Maison de la Haute-Garonne, un Espace Tourisme avec une boutique d'artisanat et de produits locaux mais également une belle exposition sur les origines et l'histoire de la construction du canal du Midi et de son génial concepteur, Pierre-Paul Riquet.

ÉTAPE 06

Après cette pause, direction le Seuil de Naurouze. Vous passerez d'abord l'écluse de l'Océan à Montferriand au point culminant du canal (189 m). Vous rejoindrez le Seuil de Naurouze où un immense bassin octogonal accueille les eaux de la Montagne Noire via la Rigole de la Plaine provenant de la retenue d'eau du Lac de Saint-Ferréol. Ce gros réservoir alimente ensuite la voie navigable vers l'Océan et vers la Méditerranée. Il est temps de faire demi-tour. Les étapes restent les mêmes mais les paysages sont totalement différents dans l'autre sens !



Écluse de Négra



Lac de Saint-Ferréol

C'est secret

Allez on vous le dit car cela ne doit pas rester un secret ! Cet itinéraire vélo du canal du Midi se prolonge jusqu'à Sète et est également connecté au Canal de Garonne depuis Toulouse jusqu'à Bordeaux puis à l'estuaire de la Gironde jusqu'à Royan ! Un parcours cyclable de plus de 700 km portant le nom de « canal des Deux mers » reliant l'Atlantique à la Méditerranée !

En selle et n'oubliez pas le cuissard !

Au Moyen Âge les cathares ont été accusés d'hérésie. Leur influence dans le midi de la France est allée de façon croissante et a compromis le pouvoir de l'église catholique. Les cathares reprochent au clergé son opulence et sa corruption.

Terre cathare et identités occitanes

Cet itinéraire culturel est une invitation au voyage dans les XIIe et XIIIe siècles lors de l'essor du catharisme et les débuts de la croisade contre les Albigeois. Vous cheminerez sur nos terres occitanes à travers les sites historiques majeurs de cette épopée cathare qui participe à la renommée de notre beau sud-ouest !

Les étapes qui vous mèneront de bourgs en villages pour découvrir des vestiges cathares avec de magnifiques paysages.

Saint-Félix-Lauragais

Pourquoi on aime ?

- Des faits historiques marquants qui témoignent de la persistance de l'identité occitane.
- L'influence de la brique rose de Toulouse.
- La découverte de villages remarquables du Lauragais.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Toute l'année

NOMBRE DE KM

126 km

DURÉE RECOMMANDÉE

2 jours

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

7

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Toulouse

ÉTAPE 01_

TOULOUSE ET MURET

Toulouse, Muret et la plaine de Garonne, au cœur de la croisade contre les Albigeois, connurent des batailles répétitives et sanglantes. La bataille de Muret fut un élément décisif dans l'histoire de l'Occitanie. Simon de Montfort de Catalogne viendra éradiquer l'hérésie cathare. Il meurt cinq ans plus tard au cours du siège de Toulouse.

Dans la salle des Illustres (Capitole) vous pourrez admirer la fresque au plafond représentant Simon de Montfort et les remparts de la ville.

ÉTAPE 02_

VERFEIL

En 1145, Bernard (futur Saint-Bernard de Clairvaux) venu prêcher la bonne parole fut chassé de Verfeil par les hérétiques. À découvrir absolument, les 3 majestueuses portes d'entrée, le château, l'église gothique méridionale, la maison Dubarry, le domaine de l'archevêque, les maisons à encorbellements et colombages et le cimetière des « Petites Filles Modèles » de la comtesse de Ségur.

ÉTAPE 03_

BOURG-SAINT-BERNARD

Bernard se réfugie dans un bourg à proximité de Verfeil. Ce village prit le nom de Bourg Saint-Bernard ! Vous apprécierez les jolies maisons à pans de bois et l'église du XV-XVIe siècle, bâtie grâce aux revenus du commerce du pastel. À l'intérieur, la statue de Saint-Bernard, des tableaux du peintre Sieurac et une piéta du XVe siècle complètent la visite. L'une des plus vieilles fêtes de France se déroule le lundi de Pentecôte depuis 1211 : la fête du pré de la Fadaise. Démonstration équestre, défilé de chars, bal traditionnel, ramassage de l'herbe d'amour...

ÉTAPE 04_

SAINT-FÉLIX-LAURAGAIS

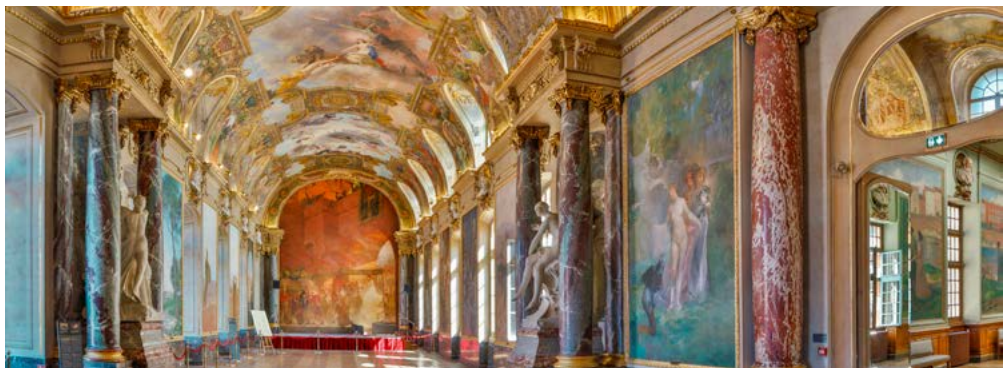
C'est à Saint Félix, en 1167, que sont nés les quatre évêchés cathares d'Agen, Toulouse, Albi et Carcassonne. Le catharisme est ainsi devenu un phénomène de masse avec la mise en place d'une administration. Cette jolie bastide du Lauragais propose la visite de sa place agrémentée d'une halle autour de laquelle se dressent des maisons à pans de bois. Le village invite également à la découverte de sa collégiale du XIVe siècle, de son château et de son superbe panorama sur la Montagne Noire et les Pyrénées.

Le week-end de Pâques, la fête de la Cocagne propose, en lien avec l'histoire locale, spectacles, animations et artisanat.

Verfeil



La salle des Illustres à Toulouse



ÉTAPE 05

LES CASSÈS

Le village des Cassès, marqué par l'histoire du catharisme, se situe au bord de la Rigole du canal du Midi... Le Mémorial Cathare des Cassès est un site incontournable de commémoration des bûchers du Lauragais. Il bénéficie d'un point de vue exceptionnel.

À voir également : les vestiges de l'ancien monastère des Clarisses du XIVe siècle, le moulin à vent de Caunes du XVIIIe siècle et les stèles discoïdales sculptées.

ÉTAPE 06

AVIGNONET-LAURAGAIS

Le village est connu pour le massacre des inquisiteurs. Le 28 mai 1242, le tribunal d'inquisition, se tenait dans la cité. Plusieurs hommes, dirigés par Pierre-Roger de Mirepoix et aidés par les gens d'Avignonet, massacrèrent pendant leur sommeil les inquisiteurs, à coups de hache, faisant onze victimes. La magnifique église gothique Notre-Dame des Miracles (XIVe-XVe siècles) surplombe le village. Les vestiges des remparts (XIIIe et XVe siècles) et du château fort (XIe siècle), la tour en poivrière portant la statue du croisé, les maisons à colombages et les demeures du XVIIe et XVIIIe siècle sont les témoins d'un riche passé historique.

ÉTAPE 07

MONTESQUIEU-LAURAGAIS

En 1240, suite à de nombreux pillages et incendies, le tribunal d'inquisition s'attaque aux seigneurs. Bernard de Montesquieu est contraint de se convertir au catholicisme et les habitants doivent prêter fidélité au Roi et à l'Église !

Au sommet de la colline, découvrez l'imposante église et son clocher-mur à 5 baies. À l'entrée du village se situe le port sur le canal du Midi avec son écluse de Négra. Cette étape permettait aux voyageurs naviguant sur les barques de Poste de faire une halte pour la dinée (déjeuner).



Avignonet-Lauragais

C'est secret

En 1147, l'abbé Bernard de Clairvaux, en croisade contre le catharisme, arriva à Verfeil. À l'église, il prêcha la bonne parole mais les principaux seigneurs et le peuple sortirent avec des ricanements. Saint-Bernard se retira alors après avoir jeté cet anathème :

« Verfeil... cité de la verte feuille... que Dieu te dessèche ». Après sept années de sécheresse, le premier arbre qui se vêtit de feuilles fut un figuier. C'est pourquoi les armoiries de la ville portent cet arbre s'accrochant à un sol aride et dénudé.

Il y a tellement de bastides et de pigeonniers en Haute-Garonne qu'il serait trop fastidieux de tous les citer et surtout ça serait prendre le risque de vous ennuyer ! Voici une petite sélection...



Bastides royales et pigeons voyageurs

Cintegabelle

Qu'est-ce qu'une bastide ? Ville neuve fondée par un roi ou un seigneur dont la fonction est surtout commerciale et économique. Son plan est géométrique et régulier, les rues ou ruelles sont tracées au cordeau ! Entre le XIIe et le XIIIe siècle, plus de 350 villes « nouvelles » fleurissent.

Place au pigeonnier ! Comme son nom l'indique, il s'agit d'une construction abritant l'élevage des pigeons pour leur viande et leurs fientes utilisées comme épandage. Tout se recycle !



Pourquoi on aime ?

- Le petit patrimoine local mis « enfin » en valeur.
- Les belles perspectives dans les bastides.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Toute l'année

NOMBRE D'ÉTAPES POSSIBLES

7

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Grenade



Montesquieu-Lauragais



La halle de Grenade

ÉTAPE 01_

GRENADE - MERVILLE

La **bastide de Grenade** est fondée en 1290 sur un plan en damier, parfait pour flâner sans se perdre. Ne manquez pas sa halle majestueuse, une des plus vieilles de France. Partez pour Merville, depuis la route, vous pourrez observer le **pigeonnier de la Dupine**, surmonté d'un lanterneau carré avec ses grilles d'envol. Le pigeonnier de Beillard est un des plus emblématiques de la région (visible de l'extérieur, propriété privée). Son architecture octogonale est soutenue par 8 colonnes à chapiteaux renversés (pour arrêter les rats !).

ÉTAPE 02_

TOULOUSE ET COLOMIERS

À Colomiers, observez le pigeonnier « pied de mulet » au lieu dit en Jacca. Cette architecture reste très typique. Puis, direction Toulouse où plusieurs pigeonniers ornent la ville. Une mention spéciale pour le **pigeonnier du château de la Cépière** dont la tour accolée permettait d'accéder aux nids.

ÉTAPE 03_

REVEL

Édifiée en 1342, la bastide de Revel et son impressionnante halle accueillent un des plus beaux marchés de France. Cette dernière est surmontée d'un beffroi, symbole du pouvoir royal. Elle a eu plusieurs utilisations : prison, maison des consuls, salle des gardes et tour de guet.

ÉTAPE 04_

NAILLOUX - MONTGEARD - CALMONT - CINGEGABELLE - AUTERIVE

En 1317, le roi Philippe V décide de construire la bastide de Montgeard dans le Lauragais, berceau du catharisme. Ce même roi est à l'origine de la bastide de Nailloux qui cohabite avec un castrum plus ancien. Les 2 parties de la ville étaient séparées par la Rue de la République. Passez par Calmont, bastide et havre de tranquillité avant d'admirer les pigeonniers de Cingegabelle et Auterive. Celui de Cingegabelle dans le manoir du Bouissou, ayant appartenu aux Tissandier, riches bourgeois Toulousains, est vraiment particulier. Semblable à un donjon, il est orné de 4 tourelles.

ÉTAPE 05

MURET - BEAUMONT-SUR-LÈZE - SAINT-SULPICE-SUR-LÈZE

Passez par la bastide de Saint-Sulpice-sur-Lèze, loin de l'agitation, elle dégage un charme indéniable. Puis, faites une petite halte à Beaumont-sur-Lèze pour découvrir des exemples de pigeonnier à double tour, visible depuis l'extérieur comme au château de Vignolle. Arrivés à Muret, vous aurez l'embaras du choix, la ville ne compte pas moins de 12 pigeonniers.

ÉTAPE 06

CARBONNE - MONTESQUIEU-VOLVESTRE - CAZÈRES - MARTRES-TOLOSANE - ALAN

Le colombier du Grilhon à Carbonne avec sa coupole en briques, son lanternon ouvragé et sa grille d'envol à 16 trous est merveilleusement bien conservé. Si vous avez le temps, vous pouvez jeter un œil sur celui de Dupau avant de vous lancer dans un marathon de bastides : Montesquieu, Cazères, Palaminy, Martres-Tolosane et Alan, toutes à seulement quelques kilomètres les unes des autres. Pour changer, observez l'urbanisme de Martres., au lieu de présenter un plan orthogonal, elle est circulaire !

ÉTAPE 07

BOULOGNE-SUR-GESSE - MONTRÉJEAU

Pour terminer ce circuit, on file sur le côté occidental du département pour découvrir 2 dernières bastides : Montréjeau et Boulogne-sur-Gesse. *Un conseil* : venez le lundi à Montréjeau pour son marché et profitez-en pour boire un café à l'ombre des arcades.

Martres-Tolosane




Cazères



C'est secret

Certains pigeonniers ont connu une seconde vie et au lieu d'y trouver des volatiles, c'est au tour des touristes de s'y prélasser. En effet, beaucoup ont été transformés en gîtes ou chambres d'hôtes. Retrouvez-les sur le site : hautegearonnetourisme.com



La gastronomie a une histoire forte, la terre Haut-Garonnaise est fertile et sa géographie lui confère une diversité étonnante. Des vallons du Lauragais, des plaines de la Garonne jusqu'au massif Pyrénéen, c'est la recherche constante de la qualité qui fait de notre terroir un enchantement de l'assiette. Ici chaque saveur raconte une histoire.

Étoiles dans l'assiette, étoiles dans les yeux

Pour un petit avant-goût démarrons par l'emblématique Cassoulet !

C'est le cuisinier et gastronome Prosper Montagné qui popularise le Cassoulet dans le Larousse gastronomique de 1937. Il va ériger ce plat régional en Sainte Trinité. Explication : Castelnaudary le père, Carcassonne le fils et Toulouse, le Saint Esprit, marqué par le recours à la saucisse, aux côtés des haricots et du confit d'oie.

Vous êtes convaincus ? Alors partons sur notre circuit pour un voyage spécial papilles.

Restaurant pyrénéen



Pourquoi on aime ?

- Parce qu'ici on ne plaisante pas avec la cuisine !
- La table et l'assiette sont des piliers de la culture locale et c'est là que tout est possible, les mots d'amour, les bonnes affaires, les grands moments en famille !

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Toute l'année sans modération

NOMBRE DE KM

170 km de Fronton à Luchon

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Toulouse ou Fronton

ÉTAPE 01_

FRONTON, LE VIN, LA NÉGRETTE ET LE FOIE GRAS

A Fronton et dans tout le vignoble, on cultive un cépage unique au monde ! Vous comprendrez pourquoi notre vin de Fronton est unique. Ici le vin des Toulousains est sacré, partez à la découverte des châteaux et domaines pour des dégustations d'exception (avec modération). Vous rencontrerez des vigneron passionnés qui vous guideront dans vos achats pour que l'harmonie soit parfaite entre les mets et le vin ! Rendez-vous à la Maison des vins de Fronton et à la cave coopérative Vinovalie.

ÉTAPE 02_

CADOURS ET L'AIL VIOLET

Il méritait bien son AOP (Appellation d'Origine Protégée) l'Ail Violet de Cadours ! Nous le classons comme n° 1 (sans aucun chauvinisme), reconnaissable à ses bulbes aux stries violettes, il est le résultat d'un savoir-faire d'exception (choix de parcelles, pelage manuel, séchage au vent d'autan). Souvent bio, il apporte à la cuisine une persistance aromatique et une saveur délicatement sucrée. Vous pourrez l'acheter à la fête de l'ail de Cadours (fin août) et directement chez les producteurs (ail-violet-cadours.fr). Lancez vous dans la confection d'une soupe d'exception « Le Tourin à l'ail ».

ÉTAPE 03_

TOULOUSE ET ALENTOURS GASTRONOMIQUES

Capitale gastronomique de la région, Toulouse l'est sans aucun doute ! Chefs étoilés et surtout une pépinière de jeunes chefs implantés dans toute la ville et son agglomération y font revivre les anciennes recettes du terroir et inventent leur cuisine. En bateau sur le canal du Midi (l'Occitania) ou dans les restos de la ville, le Cassoulet, sa saucisse et ses lingots tarbais sont les stars du menu. Les loges de nos célèbres marchés Toulousains, Victor Hugo, Carmes... regorgent de produits « Tout canard », foie gras, pâtés, magrets, confits, tout est là pour enchanter vos repas de fête. La violette dont Toulouse a fait son emblème se laisse aussi déguster transformée en merveilleux bonbons cristallisés et en liqueur pour un apéritif raffiné « bulles et violette ».

Rencontres gastronomiques proposées :

à Toulouse

CASA BOMBA Chef Fabrice Mignot - casabomba.fr

LES P'TITS FAYOTS Chef Aziz Mokhtari - lesptitsfayots.com

SEPT Chef Guillaume MONBOISSE - restaurant-sept.fr

aux alentours

EN MARGE Chef Franck Renimel à Aureville - restaurantenmarge.com

LA TABLE DES MERVILLE Chef Thierry Merville à Castanet-Tolosan - table-des-merville.com

O'SAVEURS Chef David Biasibetti à Rouffiac-Tolosan - o-saveurs.com

EN PLEINE NATURE Chef Sylvain Joffre à Quint-Fonsegrives - en-pleine-nature.com

Vin de Fronton



Fromage des Pyrénées



Charcuterie locale





Maillasson



Cassoulet toulousain

ÉTAPE 04

LE LAURAGAIS, REVEL, SAINT-FÉLIX GASTRONOMIQUES

Le Lauragais à quelques encablures de Toulouse est une terre de gastronomie et ses nombreuses tables siègent en tête des guides. Terres fertiles et terres de grandes cultures céréalières, le Lauragais c'est le cassoulet, les produits fermiers, les conserveries d'exception (Baron de Roquette à Saint Félix). De Revel ne repartez pas sans avoir goûté le merveilleux gâteau de la Montagne Noire, Le Poumpet (ou Feuillât) et « la Chatine » confiserie à base d'amandes.

Rencontres gastronomiques proposées :

AUBERGE DU POIDS PUBLIC Cheffe Céline Tafarello et Chef Philippe Jeansing à Saint-Félix-Lauragais - auberge-du-poids-public.fr

L'AUBERGE DE LA FORGE Chef Théo Fernandez à Lavalette - laubergedelaforge.com

Le comptoir du Lauragais sur l'aire de Port Lauragais où vous trouverez le nec plus ultra des produits Haut-Garonnais avec une sélection de nos meilleurs producteurs et conseils avisés.

ÉTAPE 05

CŒUR DE GARONNE GOURMAND ET TRÉSORS DU VOLVESTRE

Pour déguster une bière made in Haute-Garonne rendez vous à Bérat à la Brasserie artisanale La Biérataise qui est aussi un resto Bière. La découverte du brassage artisanal et des étapes de fabrication font partie de la visite.

Depuis le XVIII^e siècle, Martres-Tolosane se place comme véritable Cité de la Faïence. Ici l'art de la table est à son comble et quoi de mieux que de déguster cette cuisine d'exception dans des faïences raffinées. Visites des faïenceries, Musée de la Faïence et Grand Presbytère.

Rencontres gastronomiques proposées :

MAISON CASTET Chef Laurent Cluzel à Martres-Tolosane - maisoncastet.com

LE BISTROT D'ARMAND Chef Hervé Rouziès à Montesquieu-Volvestre

LE DOMAINE D'ESCONS Cheffe Anne Paulhe Massol à Saint-Sulpice-sur-Lèze - domaineescons.fr

Les autres merveilles à découvrir :

LA FAÏENCE DE MARTRES TOLOSANE, l'art de magnifier la terre !

Depuis le XVIII^e, Martres-Tolosane se place comme véritable Cité de la Faïence. Ici l'art de la table est à son comble et quoi de mieux que de déguster cette cuisine d'exception dans des faïences raffinées. Visites des faïenceries, du Musée de la Faïence et du Grand Presbytère.

BISCUITERIE VITAL AINÉ, une biscuiterie traditionnelle qui perpétue depuis 1836 de délicieuses recettes de famille à Martres-Tolosane) - vital-aine.com

ÉTAPE 06

LE COMMINGES, LE PORC NOIR, LE VEAU, LE BOEUF GASCON

Le Comminges rassemble de grandes productions d'élevage.

Le Porc noir dit de Bigorre vit en liberté sur des étendues de sous bois et de prairies ce qui confère à son jambon une saveur exceptionnelle après un affinage au minimum de 20 mois.

noirdebigorre.com

« Boeuf Gascon, pure race, pur goût », la renommée du boeuf Gascon n'est plus à faire tant sa viande possède une saveur incomparable.

gasconne.com

Le Veau fermier Commingeois fait lui aussi sensation dans les assiettes ; pour le faire connaître ses fervents défenseurs ont même créé une Confrérie.

Le Haricot Tarbais est la perle rare des terres de Bigorre, il est aujourd'hui protégé par un label rouge et une IGP qui le classe dans les filières de qualité.

haricot-tarbais.com

Rencontres gastronomiques proposées :

L'HIBISCUS Chef Jérémy Lasserre à Sauveterre-de-Comminges - **hotel-dubarry.fr**

LES ARCHES DE PREVILLE Chef Philippe Perissas à Boulogne-sur-Gesse - **preville.fr**

L'AUBERGE CHAMPÊTRE Chef Olivier Dougnac à Escanecrabe

ÉTAPE 07

LUCHON ET LES PYRÉNÉES CENTRALES

Garbure, Pétéram, agneau et fromage des Pyrénées, croustades et millasson !

Le Pétéram, recette typique du Luchonnais viendra compléter le menu mais attention, l'appétit devra être au rendez vous ! Ce plat s'adresse aux amateurs de tripes, de pieds de mouton, de fraise de veau... L'agneau et le fromage des Pyrénées compléteront votre festin et pour la note sucrée croustade aux pommes obligatoire !

Rencontres gastronomiques proposées :

EL ALMACÉN DE CIRES Chef Juan Ignacio De Benedetto à Cirès - **almacen.fr**

L'AUBERGE DE TAILLEHER Chef Benjamin Campy à Aspet

LES HAUTS PÂTURAGES Chef Emmanuel Pattarone à Artigue

LE LOVA Chef Benoît Gomez à Luchon

RESTAURANT DES SPIJEOLLES Chef Jean-Pierre Oustalet à Oô - **les.spijeoles.free.fr**

Peteram



El Almacén



CONTINUEZ LA DÉCOUVERTE SUR
haute-garonnetourisme.com

En collaboration avec le magazine Masterchef, partez à la rencontre de 14 chefs hauts-garonnais, dénchez les pépites de la Haute-Garonne et bien d'autres découvertes.



Et si vous partiez pour deux jours vivre une aventure sur trois sites nés d'une même terre, celle du Comminges dont l'identité est souvent oubliée et qui porte les fruits d'un passé glorieux...



Deux jours, trois sites, une aventure

Aurignac

Le Comminges, Ce vieux comté pyrénéen, au pied de la chaîne des Pyrénées porte l'histoire d'une terre qui n'en finit pas de nous raconter la vie de nos ancêtres de la Préhistoire à l'époque moderne.

Collines boisées, vallons fertiles, vallée de la Garonne, le Comminges est pétri d'influences aragonaises, catalanes et gasconnes.

Pourquoi on aime ?

- Pour sa proximité Toulousaine qui permet le dépaysement en un week end.
- Pour son histoire incroyable qui ne cesse de nous émerveiller de la préhistoire à nos jours.
- Pour ses paysages, sa culture, sa gastronomie... qui ne se comparent pas.

**LE MEILLEUR MOMENT
POUR S'Y RENDRE**

Toute l'année

DURÉE RECOMMANDÉE

2 jours



Saint-Bertrand-de Comminges



Saint-Just avec vue sur Saint-Bertrand

ÉTAPE 01

SAINT-BERTRAND-DE-COMMINGES - VALCABRÈRE

L'arrivée à Saint-Bertrand est saisissante ! L'imposante cathédrale se tient sur son promontoire rocheux bordé par son petit village et entouré de son écrin de montagnes. Ce lieu qu'André Malraux a surnommé « Le Mont Saint-Michel des terres » donne des émotions inégalées.

Comme sa grande sœur Tolosa, Lugdunum Convenae (Lyon des Convènes) était une ville antique d'importance dont les vestiges du centre urbain sont encore visibles aujourd'hui.

Prenez-vous pour un citoyen romain en arpasant le théâtre, les thermes, le forum et le temple... Montez sur la colline et changez d'époque. Toutes les ruelles médiévales mènent à l'imposante cathédrale, chef d'œuvre présentant tous les styles architecturaux : roman, gothique et renaissance. Avant de repartir, il faut absolument voir la merveilleuse basilique Saint-Just, édifice roman construit à partir des remplois gallo-romains, ses pierres sont les témoins de toutes les époques de l'antiquité à nos jours.

A FAIRE : La visite complète du site (audioguides) en déambulant dans la ville haute pour découvrir les ruelles aux maisons médiévales, maisons à colombages, portes historiques de la ville. Rendez-vous dans l'ancien couvent des Olivétains transformé en lieu d'accueil touristique. Expositions d'art contemporain, expositions archéologiques, librairie culturelle, boutique.

En Ville Haute, de ravissantes boutiques vous proposeront de l'artisanat d'art, des antiquités, des cadeaux souvenirs, des produits Pyrénéens...

En été, le prestigieux festival du Comminges (musique classique et musique ancienne) propose une programmation de grande qualité.

A VOIR AUSSI : Les grottes de Gargas, la Vallée de la Barousse, la station thermale de Bagnères-de-Luchon, la vallée de Saint-Béat, les stations de ski de Superbagnères, du Mourtis et de Bourg-d'Oueil.

ÉTAPE 02

AURIGNAC ET LE MUSÉE DE L'AURIGNACIEN

Aurignac, implanté sur son éperon rocheux, a confié sa protection à son château fort dont on peut voir encore l'une des 3 enceintes et le donjon. Le paysage est à couper le souffle et le rideau pyrénéen procure des sensations de grands espaces et d'évasion.

Mais Aurignac c'est encore plus que tout cela ! C'est tout un pan de l'histoire qui va se révéler à travers une découverte inouïe. Ce sont des traces de vie datant du paléolithique supérieur soit entre 38 000 ans et 28 000 ans avant notre ère qui ont été retrouvées en 1860 dans un modeste abri, par Edouard Lartet. L'Aurignacien devient le nom de la période qui correspond à l'apparition en Europe de notre ancêtre l'Homme de Cro Magnon.

Le musée-forum de l'Aurignacien dépoussière l'image stéréotypée du musée et vous propose de véritables rendez-vous pour découvrir cette période, des cafés-préhistoire aux expositions temporaires, en passant par des murders parties ! Boutique, espace bar, visites guidées, ateliers, expositions.

A VOIR AUSSI : Saint-Gaudens, Alan, Martres-Tolosane et sa cité Faiéncière.

ÉTAPE 03

ABBAYE DE BONNEFONT PROUPIARY

Petite sœur de Cîteaux, l'abbaye cistercienne de Bonnefont fondée en 1136 a connu une grande prospérité et est à l'origine de la construction de différentes bastides. Attention, l'abbaye de Bonnefont a été presque entièrement démantelée au XIXe siècle et revendue par petits morceaux ici et là ! Mais alors que reste-t-il de cette époque ? La Porterie, le lavabo, le bâtiment des Convers... mais ce qu'il faut absolument ne pas rater ce sont les jardins d'inspiration médiévale, le bar à jus et la programmation culturelle à faire pâlir les citadins !

Au bar à jus, vous trouverez des boissons hors du commun : à base de rose, de romarin, de sureau ou de légumes. Ce sera aussi l'occasion de déguster des pâtisseries aux orties ou à la bergamote. (ouvert lors des événements).

Le jardin médiéval de l'Abbaye est en biodynamie sur ses 700 m². Il est organisé en plessis (haies aux branches entrelacées) autour de la fontaine et renferme des plantes médicinales, tinctoriales et comestibles.

Ouvert en saison, visites guidées, expositions, boutique, ateliers...

A VOIR AUSSI : Saint-Martory,

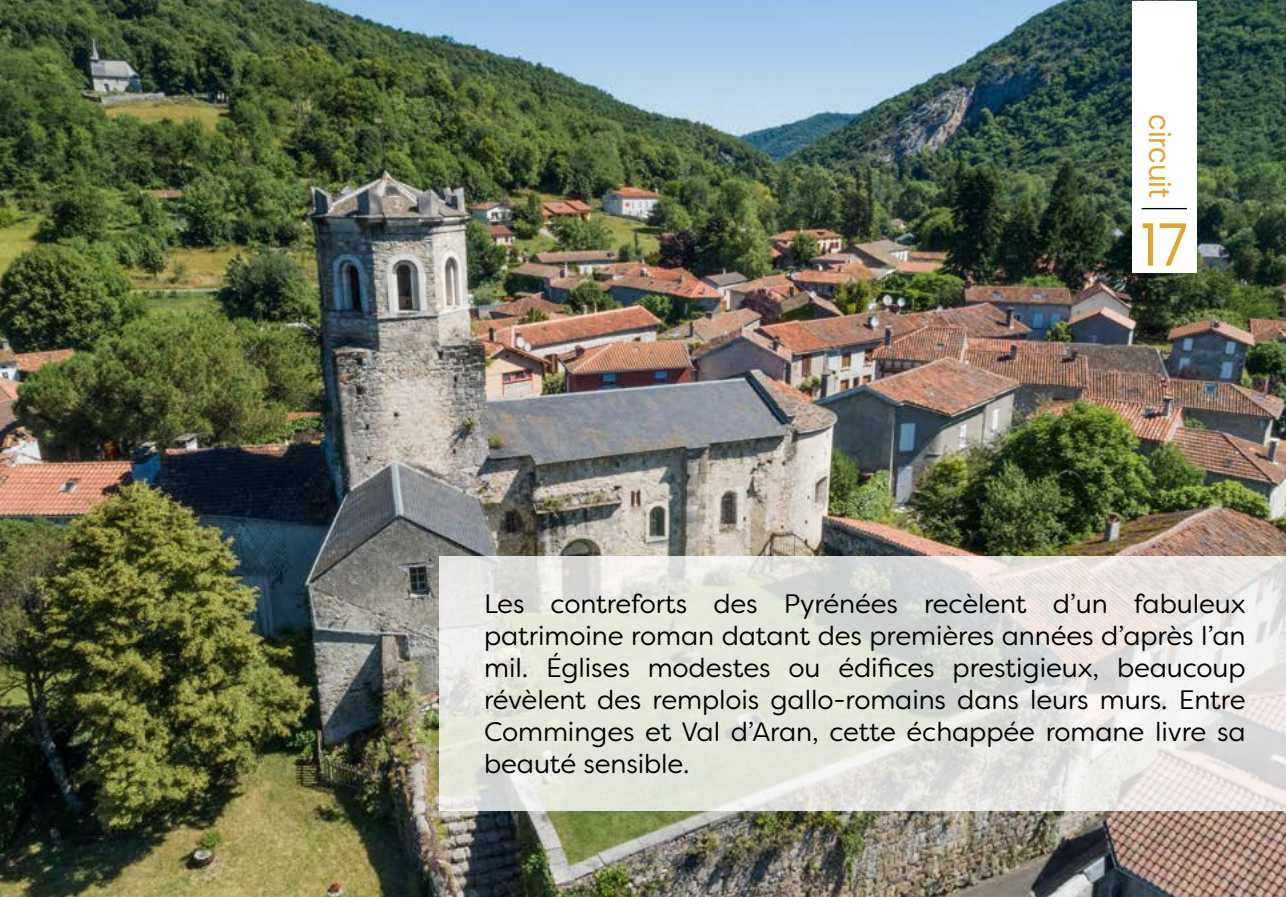
Nombreux chemins de randonnées

Musée de l'Aurignacien



Abbaye de Bonnefont





Les contreforts des Pyrénées recèlent d'un fabuleux patrimoine roman datant des premières années d'après l'an mil. Églises modestes ou édifices prestigieux, beaucoup révèlent des remplois gallo-romains dans leurs murs. Entre Comminges et Val d'Aran, cette échappée romane livre sa beauté sensible.



Saint-Pé-d'Ardet

Sur la route des églises romanes du Comminges/Val d'Aran

Une collection de 70 églises romanes en Haute-Garonne sont recensées. Autant vous dire qu'il est impossible de toutes les citer.

L'itinéraire proposé vous emmène tout au sud du département, où les Pyrénées s'élèvent peu à peu pour vous faire découvrir des chefs d'œuvre d'architecture romane.

♥ Pourquoi on aime ?

- Pour les magnifiques points de vue sur les Pyrénées.
- Pour la pureté de ces chefs d'œuvre d'architecture romane
- Pour l'émotion qui en émane.

LE MEILLEUR MOMENT POUR S'Y RENDRE

Toute l'année. Certaines routes peuvent parfois être enneigées en hiver.

NOMBRE DE KM

Environ 90 km

DURÉE RECOMMANDÉE

2 à 3 jours

POINT DE DÉPART RECOMMANDÉ

Montsaunès

ÉTAPE 01_

MONTSAUNÈS

L'église romane Saint-Christophe est une pépite dont la construction remonte au XIIe siècle. Il s'agit de l'unique vestige de la commanderie templière de Montsaunès puis plus tard de l'ordre de Saint-Jean de Jérusalem. On pourra s'imprégner des dimensions religieuses et symboliques des Templiers. Les chapiteaux du portail figurent parmi les plus beaux du Comminges avec une série de figures grimaçantes, effrayées et pensives. A l'intérieur, on peut admirer de magnifiques peintures murales du XIIIe siècle.

ÉTAPE 02_

SAINT-GAUDENS

Le plus grand édifice roman du Comminges se dresse au centre de la ville. Le cloître, reconstitué en 1989 à partir de dessins d'archives, révèle de splendides chapiteaux historiés. Attention ! Ne partez pas sans avoir admiré les tapisseries de la manufacture royale d'Aubusson, dont une illustre le martyr de Saint-Gaudens. On en profite pour visiter le Musée Arts et Figures des Pyrénées centrales installé au cœur de la ville avec au programme la manufacture de porcelaines et faïences qui a fonctionné durant le XIXe siècle.

ÉTAPE 03_

VALCABRÈRE

A Valcabrère, c'est un petit coin de Toscane qui vous attend avec sa basilique romane isolée dans les champs et entourée de cyprès. En toile de fond la Cathédrale de Saint-Bertrand se dresse comme une muraille ! La basilique Saint-Just est romane mais elle est construite à partir de remplois funéraires de l'époque romaine provenant de la nécropole voisine. Amusez-vous à retrouver les pierres sculptées, c'est un beau voyage en époque romaine. Notre conseil photo : du parking, poursuivez la voie cyclable sur 300m pour avoir un super point de vue sur la basilique et la cathédrale.

ÉTAPE 04_

SAINT-PÉ-D'ARDET

Point haut du village, la terrasse qui l'entoure offre un balcon plein ciel sur les Frontignes et les sommets des Pyrénées. L'église doit son vocable à Saint-Pierre et là aussi, elle doit une partie de son architecture à une nécropole de l'époque romaine. L'église romane actuelle s'élève sur un édifice paléochrétien dont témoignent la vasque baptismale et le chrisme de la façade.

Saint-Béat



Saint-Gaudens





Saint-Béat

ÉTAPE 05_

SAINT-BÉAT

L'église se situe au cœur de la cité du marbre, dont les carrières étaient déjà exploitées par les romains. Le marbre a également été utilisé pour la construction de cette église Saint-Privat au XIIe siècle. On aperçoit un beau chrisme au-dessus du tympan, lui-même original dans sa sculpture puisque le Christ en Majesté est encadré de colonnes à chapiteaux de feuilles d'acanthé, et non de l'habituelle mandorle.

Il faut prendre le temps d'admirer les modillons de la façade : vous reconnaîtrez l'avare et un monstre particulièrement effrayant ! Aujourd'hui le fabuleux Trésor a repris sa place dix ans après les crues qui ont ravagé le village.

ÉTAPE 06_

SAINT-AVENTIN

Un des plus beaux exemples du 1er art roman pyrénéen. Elle est dédiée à un berger de la vallée, un ermite très populaire qui vivait là vers la fin du VIIIe siècle.

Cette église tient son originalité de son double clocher et des nombreux remplois gallo-romains dans ses murs. Une vraie chasse au trésor !

On aime particulièrement son tympan sur lequel un bas relief de la sépulture de Saint-Aventin est représentée par un taureau. L'intérieur est remarquablement orné de fresques murales. Le côté nord de l'église est adossé à la montagne et le panorama qui l'entoure lui confère à la fois force et sérénité.

ÉTAPE 07_

GARIN

Saint Pé de la Moraine date du XIIe siècle . C'est une véritable pépite isolée dans sa prairie de la vallée du Larboust avec les sommets pour toile de fond. Elle est élevée sur un site dont les traces d'occupation remontent au néolithique. Du matériau funéraire antique est utilisé en remploi dans ses murs. Sur le contrefort du chevet, trois auges cinéraires représentent les défunts en buste tenant des poteries ou des séries d'outils. A l'intérieur le pavage de galets du sol, contemporain de l'élévation de la chapelle au XIIe, dessine très curieusement un poisson.

ÉTAPE 08_

LES ÉGLISES ROMANES DU VAL D'ARAN

Enclave espagnole au nord de la ligne des crêtes des Pyrénées, le Val d'Aran possède une quinzaine d'églises romanes bien conservées et les vestiges d'une vingtaine d'autres bâties entre 1025 et 1200.

Ce petit territoire constitue le bassin supérieur de la Garonne au sud de Saint-Béat et se situe dans le prolongement de la Haute-Garonne.

Les 33 villages du Val d'Aran ont leur église dont certaines sont exceptionnelles par leur architecture et leur héritage artistique.

Voici 5 d'entre elles qui sont essentielles à votre découverte :

- Era Mair de Diu dera Purification à Bossost
- L'église Sant Miqueu de Vielha
- L'église Santa Maria de Artiès
- L'église Sant Andreu de Salardu
- L'église Santa Eularia à Unha

C'est secret

La commanderie de Montsaunès est une des seules églises à avoir pu garder son architecture intacte au fil des années. A l'intérieur, beaucoup de peintures sont abîmées mais on peut encore en discerner quelques unes dont celle de « la pesée des âmes ». A Montsaunes, la pesée des âmes est effectuée par Anubis, dieu égyptien, maître des nécropoles et protecteur des embaumeurs.

**HAUTE
GARONNE**
TOURISME

L'Accent nature



Nos adresses pour vous aider à préparer vos séjours

Espace Tourisme
14 rue Bayard à Toulouse
05 61 99 44 00

Les Olivétains
à Saint-Bertrand-
de-Comminges
05 61 95 44 44

**Comptoir du
Lauragais**
Port-Lauragais
à Avignonet-Lauragais
05 61 81 69 46



hautegaronnnetourisme.com



HAUTE-GARONNE TOURISME

INFORMATIONS

05 61 99 44 00

bienvenue@tourismehg.com

hauteгаронnetourisme.com

Documentation touristique, conseils, informations, réservations



Partagez vos expériences **#TourismeHG** et suivez-nous **@tourismehg**

