

édito La Haute-Garonne? Une nature! Chemin faisant, un jour de vacances, la belle livre ses secrets... Certes, elle ne peut longtemps faire mystère de ses atours d'exception et de son âme bucolique tant sa beauté naturelle saute aux yeux, ravit les sens, réchauffe les cœurs. Mais que voulez-vous, la Haute-Garonne est comme ça! Avec simplicité, avec chaleur, avec bonheur, elle livre sa véritable nature à qui prend le temps de percevoir, de ressentir, d'assimiler la beauté pure de son cadre de vie. lci, il y a belle lurette que la biodiversité a imposé en douceur son empreinte, sa présence de tous les instants. Pour s'en apercevoir, il n'y a qu'à se rendre au milieu des vignes du Frontonnais, dans les champs de tournesols du Lauragais, sur les sentiers de randonnées en Volvestre et en Comminges, de suivre le cours de la Garonne et de flâner le long du canal du Midi, ou alors de grimper toujours plus haut vers les sommets des Pyrénées... Les femmes et les hommes qui vivent ici vous accueilleront avec la même bienveillance qu'ils portent à leurs terroirs, qu'ils prennent plaisir à partager et choyer. Les gens d'ici veillent avec une attention de tous les instants sur ce trésor, se préoccupent de l'impact climatique de leurs actes et prennent soin de la biodiversité. Ils peuvent ainsi répondre au mieux à toutes vos attentes de séjour aujourd'hui résolument tournées vers la préservation de l'environnement, une approche plus naturelle et authentique de la résidence de vacances. Les labels éco-touristiques délivrés à des lieux, des produits, des initiatives disent bien la dynamique portée par le département de la Haute-Garonne. Ainsi, grâce à des séjours vécus au plus près de la nature, ces acteurs de terrain agissent pour préserver un territoire où l'on ne compte pas moins de douze sites Natura 2000, douze espaces naturels sensibles, dix stations vertes, deux Pavillon bleu (lac de Montréjeau et Port Saint-Sauveur à Toulouse), une multitude d'hébergements éco-responsables, 53 prestataires « Accueil Vélo », des itinéraires vélo dédiés (canal des 2 mers, Transgarona...), 41 « Hébergements Pêche », 29 prestataires « Tourisme & Handicap », plus de 80 membres du réseau Inutile d'insister, vous voilà convaincus, la Haute-Garonne est une vraie nature et elle vous attend de pied ferme, les bras ouverts... **Didier Cujives** Président de Haute-Garonne Tourisme Photo en couverture : écluse d'Ayguevives sur le canal du Midi. Photo page de gauche : lac de Saint-Ferréol.

sommaire

6 CARTE
DE LA HAUTE-GARONNE



TOULOUSE, LA HAUTE-GARONNE EN LETTRES CAPITOLE

- Ville historique Visites (musées)
- 11 Art de vivre Visites et activités
- 12 Aéronautique et espace Visites et activités
- 14 Plein la vue Visites incontournables
- 5 Carte et informations touristiques



LES PYRÉNÉES, LA TRÈS HAUTE-GARONNE

- 17 Une montagne 4 saisons Visites et activités
- 20 Reine des neiges Les stations de ski et activités
- 21 Viens voir la vue Activités
- 23 Carte et informations touristiques



LA HAUTE-GARONNE AU FIL DE L'EAU

- 26 Le canal et le Lauragais À vélo, à pied Visites et activités Loueurs de vélo
- 28 En bateau
 Locations de bateaux
 et bateaux promenades
 Les lacs
- **30 D'autres activités** (musées, patrimoine...)
- 32 Carte et informations touristiques
- 33 La Garonne et le Comminges À pied
- 34 À vélo
- 35 Sur l'eau
- **36 D'autres activités** (musées, parcs aventure...)
- 39 Carte et informations touristiques



LA HAUTE-GARONNE À DÉGUSTER

- 41 Les spécialités et les bons produits
- 45 Les bonnes tables
- 47 Vignobles & Découvertes
- 49 Des bières et des vins
- 51 D'autres visites et activités en Haute-Garonne (châteaux, musées, parcs de loisirs...)
- 54 Carte et informations touristiques

56 COMMENT VENIR ET SE DÉPLACER EN HAUTE-GARONNE

Retrouvez notre **agenda des animations**, **manifestations culturelles** sur notre site web:

hautegaronnetourisme.com/ sortir-se-divertir/tout-agenda/



1 nuit = 2



Pour vos week-ends et séjours pendant les vacances scolaires en Haute-Garonne, bénéficiez d'une nuit offerte dès 1 nuit achetée!

- IDÉE SÉJOUR -

Je réserve 2 nuits dans un gîte près de Luchon et je n'en paye qu'1.

J'économise jusqu'à 100 €

1 activité = 2

Payez pour 1 et profitez à 2!



IDÉE ACTIVITÉ -

On part à deux pour une randonnée en VTT à assistance électrique dans les Pyrénées et on ne paye que pour une personne.

J'économise 40 €

Carnet de voyage

Visitez 2 lieux et gagnez 31€!

COMMENT OBTENIR MON BON DE 31 €?

J'arpente la Haute-Garonne avec mon carnet de voyages et je fais valider mon carnet par les partenaires de l'opération. Dès 2 lieux visités, je bénéficie d'un bon de 31 €!

Valable chez Haute-Garonne Tourisme (billetterie, loisirs, location de vacances...), ou un restaurant Tables & Auberges de France, Maître Restaurateur, un adhérent Bienvenue à La Ferme, les boutiques d'Offices de Tourisme, la Maison de la Haute-Garonne, les Olivétains, loueurs de vélos, bateaux..

J'économise 31 € sur mes achats ou un restaurant.

TOTAL = 171 euros d'économies*

Montant donné à titre d'exemple pour un gîte à 100 € la nuit, une activité à 40€/pers.

4 GUIDE DESTINATIONS VACANCES SOLIDAIRES 5

LA HAUTE-GARONNE et ses destinations





Le Cassoulet toulousain.
Rieux-Volvestre.
Luchon-Superbagnères.
Toulouse, Le Bazacle
vu de drône.

Le canal du Midi.





TOULOUSE, la Haute-Garonne en lettres Capitole Belle dont l'image se mire dans la Garonne qui la traverse, la Ville rose peut s'enorqueillir d'un patrimoine d'exception hérité de l'âge d'or du pastel et d'un riche passé médiéval. Parmi ses merveilles patrimoniales, la basiliaue Saint-Sernin. le canal du Midi et l'Hôtel-Dieu Saint-Jacques sont inscrits au Patrimoine mondial de l'Unesco.

Ville historique

Le charme des ruelles, des bâtisses et des placettes du vieux Toulouse en dit déjà beaucoup de la splendeur passée de la cité gasconne. Des édifices religieux de tout premier ordre comme la cathédrale Saint-Étienne, la basilique Saint-Sernin, l'Ensemble conventuel des Jacobins mais aussi des lieux de culture comme le musée des Augustins attestent tous de la grande comme de la petite histoire qui s'écoule ici depuis l'implantation des Romains, fondateurs de la ville.



Le jardin du Museum

1 Muséum de Toulouse

Une extraordinaire collection de plus de deux millions de pièces dans des espaces modernes et interactifs, des laboratoires scientifiques et un jardin botanique. Et de mai à fin octobre, les Jardins du Muséum offrent l'opportunité de découvrir une flore épanouie autour de l'étang de la Maourine au cœur du quartier de Borderouge.

5 Allées Jules Guesde - 31000 Toulouse 05 67 73 84 84 **→ museum.toulouse.fr**



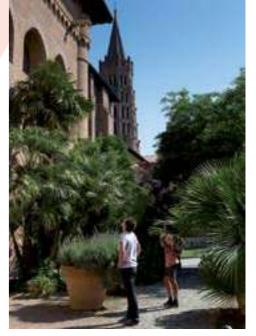
Accès

Métro B > Carmes ou Palais de justice.

de aauche:

2 Musée Saint-Raymond

À deux pas de la basilique Saint-Sernin, installée dans un ancien collège fin XIIIe, exposition d'une importante collection



Le musée Saint-Raymond

archéologique de plus de 1000 pièces (peignes, dés, bijoux...) qui retrace le quotidien des Celtes et des Romains de la région toulousaine. Egalement une galerie de portraits impériaux de l'Empire, une nécropole et un espace dédié aux expositions temporaires.

1 ter Place Saint-Sernin - 31000 Toulouse 05 61 22 31 44 → saintraymond.toulouse.fr

Accès

Métro A > Capitole et B > Jeanne d'Arc.

VélO'Toulouse > n° 32.

3 Couvent des Jacobins

Témoignage exceptionnel de l'architecture gothique méridionale, ce géant de briques abrite les reliques de Saint-Thomas d'Aquin à l'ombre de son palmier géant.

05 61 22 23 82

→ jacobins.toulouse.fr

Accès

Métro A > Esquirol et **B >** Carmes.

Le Musée des Augustins et la Fondation Bemberg sont en cours de rénovation pour mieux accueillir les visiteurs dès 2022.

Musée des Augustins

→ augustins.org

Fondation Bemberg/Hôtel d'Assézat

→ fondation-bemberg.fr



Cloître des Jacobins.

4 Les trains touristiques

En route pour une balade en petit train! Une manière originale de découvrir le cœur historique de la ville rose en peu de temps (environ 35mn) avec ses hôtels particuliers, les quais de la Garonne et la famuese place du Capitole... en voiture pour une visite quidée!

07 67 07 52 02 → petittraintoulouse.com

Accès

Métro A > Capitole

VélO'Toulouse > n° 10.

5 Les Bateaux Toulousains

Pour découvrir les beautés du patrimoine toulousain d'une façon originale, les Bateaux Toulousains croisent sur la Garonne et le canal du Midi. Depuis le Port de la Daurade, le Port Saint-Sauveur ou le Port de l'Embouchure (suivant la saison), le périple mène à la rencontre des monuments (l'hôtel-Dieu, les quais, le Bazacle, les moulins...) qui racontent la mémoire de la ville et recèlent mille surprises depuis le fonctionnement des écluses ou la présence d'une faune

importante en cœur de cité (canards, goélands, poissons...).

Ougi de la Daurade - 31000 Toulouse

Quai de la Daurade - 31000 Toulouse 05 61 80 22 26 → bateaux-toulousains.com

Accès

Métro A > Capitole ou Esquirol.

Bus > 14, Pont Neuf - Navette centre ville, arrêt Quai de la Daurade.

Une envie de dîner sur un bateau-péniche, l'Occitania vous promet un repas gourmand sur l'eau. Cf. n°7, page 28.

6 Musée Georges-Labit

Ce musée incroyable, une villa mauresque construite au cœur d'un jardin planté d'essences asiatiques et méditerranéennes, regorge des objets ramenés de voyages par le commerçant, voyageur et collectionneur Georges Labit. Cette belle collection d'art oriental s'est enrichie d'antiquités égyptiennes et orientales, dont une véritable momie et de délicates estampes japonaises.

17 Rue du Japon - 31400 Toulouse 05 31 22 99 80 → museegeorgeslabit.fr

Accès

Métro B > François Verdier.

Bus > L7 et 44, arrêt Jardin des Plantes.

VélO'Toulouse > n° 114

Art de vivre

À Toulouse plus qu'ailleurs, la douceur de vivre est palpable à tous les instants! Des bords de Garonne, aux jardins qui constituent de véritables havres de paix dans les quartiers ou les ramblas, le cœur de ville où le shopping est roi, invite à une découverte enjouée. La deuxième ville estudiantine de l'Hexagone possède une âme festive, joueuse, aguicheuse à vivre jusqu'au bout de la nuit! Dans ses nombreux bars gorgés de vie et les guinguettes qui s'animent dès le premier rayon printanier de soleil, on profite de la vie.

La Prairie des Filtres

Les jardins de Toulouse

Les beaux jours venus, les jardins de Toulouse offrent quiétude et grand air à leurs visiteurs. Qu'ils se trouvent rive droite comme le Jardin des plantes, le Jardin royal ou le Jardin du Grand Rond entre les quartiers du Busca et Saint-Étienne ou, rive gauche, avec le Jardin Raymond VI, ces beaux espaces verts bien entretenus aident à vivre mieux. La Prairie des Filtres, théâtre de nombreuses manifestations culturelles et festives rivalise, elle, avec le calme du Jardin japonais Pierre Baudis, labellisé « Jardin remarquable ».

7 Base de loisirs de Bruguières

Avec son lac (1,5 hectare) et son théâtre de verdure de 700 places, la base de loisirs de Bruguières n'a pas son pareil pour charmer ses visiteurs! Ce véritable poumon vert situé au nord de la ville deviendra l'aire de jeux favorite des jeunes, d'autant qu'à proximité est implanté le Bascala, salle de spectacles à la programmation éclectique. À moins que petits et grands ne préfèrent écouter le concert des cygnes et canards qui voguent sur le lac...

Place de la Prairie - 31150 Bruguières 05 62 22 99 33 → mairie-bruquieres.fr

Accès

Bus > 69 et 33, arrêt Bruguières.

Car liO Arc-en-ciel > 351, arrêt Bruguières (mairie).





Le Jardin du Grand Rond. L'espace EDF Le Bazacle.

8 Espace EDF Le Bazacle

Rive droite de la Garonne, il n'existe pas meilleur observatoire du fleuve et de sa vie sauvage que l'espace EDF Bazacle! Cette centrale hydroélectrique toujours en activité offre un point de vue unique sur les flots, sur le pont Saint-Pierre, sur l'hôtel-Dieu ainsi que l'accès à une passe à poissons où l'on peut apercevoir les espèces migrantes. Des expositions tantôt artistiques, tantôt patrimoniales, livrent des enseignements précieux sur la vie du fleuve, l'eau, l'art!

Durée de la visite : 1 heure

11, Quai Saint-Pierre 05 62 30 16 00 → bazacle.edf.com



Accès

Bus > L1, arrêt Arsenal.

> Navette centre ville, arrêt Quai Saint-Pierre.

10 GUIDE DESTINATIONS

TOULOUSE, LA HAUTE-GARONNE EN LETTRES CAPITOLE 11

Aéronautique et Espace

Attention, terre de légendes! D'ici se sont envolés les pionniers de l'Aéropostale pour l'Espagne, le Maroc, l'Afrique et même l'Amérique du Sud au début du XX° siècle. Et ici ont été inventés les avions mythiques qui, depuis les origines, marquent l'histoire, mais aussi les vaisseaux et satellites qui partent à la conquête du ciel! Les visites de la Cité de l'espace, d'Aéroscopia, de L'Envol des Pionniers, des usines Airbus permettront de prendre toute la mesure de cette épopée universelle...



9 Musée Aéroscopia

Proche des usines Airbus, l'édifice de 7 000 m² abrite des espaces ludiques et interactifs, une exposition d'avions de légende de toutes les époques (Concorde, Caravelle, Super Guppy, A300B...) et une fresque de 58 mètres de long qui retrace l'histoire de l'aéronautique.

Petits ou grands, néophytes ou passionnés, trouveront forcément leur bonheur parmi les différents thèmes proposés : découverte, famille, aviation militaire, le Concorde, l'A380... De nombreuses animations



Aéroscopia

et un simulateur de vol ravira à lui seul les pilotes en mal d'action ! Allée André Turcat - 31700 Blagnac 05 34 39 42 00 → musee-aeroscopia.fr



Les Ailes Anciennes

À deux pas d'Aéroscopia, découvrez une collection des plus importantes de France d'avions de légende : Caravelle, Mirage III, Noratlas, Breguet « Deux-Ponts », Alouette, Djinn, F-101B Voodoo, Vampire... Une visite indispensable pour les férus d'aviation, de mécanique et de bricolage! Visite d'une cinquantaine d'avions en extérieur, un hangar des réserves avec des moteurs et des avions légers et depuis peu le hangar de restauration où les bénévoles s'occupent de redonner vie aux appareils anciens.

4 Rue Beteille -31700 Blagnac

→ aatlse.org/fr

Accès

Tram ligne 1 > Palais de Justice / Aéroconstellation. Arrêt Beauzelle -Aéroscopia.

10 Cité de l'espace

Plus de 2 500 m² d'expositions interactives pour devenir incollable sur la Terre, la Lune et tout l'Univers, tout savoir sur les vols spatiaux et même apprendre à prévoir la météo. Ses jardins de 5 hectares, qui abritent des répliques grandeur nature d'engins spatiaux et un grand télescope, son cinéma IMAX® sur écran géant, son planétarium interactif et ses nombreuses animations pour petits et grands rendent le voyage spatial encore plus ludique et merveilleux.

Parc de la Plaine – Avenue Jean Gonord 31500 Toulouse 05 67 22 23 24 → cite-espace.com



Accès

Bus > 37, arrêt Cité de l'espace.



La Cité de l'espace.



L'Envol des pionniers.

L'Envol des pionniers

Latécoère, Bouilloux-Lafont, Daurat, Saint-Exupéry, Mermoz, Guillaumet et leurs coéquipiers ont affronté les éléments, la peur et la géographie pour livrer le courrier de 1927 à 1933. En relevant des défis humains et techniques considérables, ils ont créé « La Ligne » qui les fera entrer – et Toulouse avec eux – dans la légende de l'Aéropostale. Le site historique de Montaudran permet de découvrir les ateliers où les pionniers entretenaient leurs avions et la piste d'où ils ont décollé...

La Piste des Géants

6 Rue Jacqueline Auriol - 31400 Toulouse 05 67 22 23 24 → lenvol-des-pionniers.com

Accès

Bus > L8, arrêt Piste des géants.

- > 27 et 80, arrêt Latécoère.
- > 23. arrêt Montaudran Gare SNCF.

Train TER > vers Carcassonne, arrêt Gare Montaudran.

12 Let's visit Airbus

Ici se conçoivent les avions qui décollent de tous les aéroports du monde et ceux du futur! Le site d'assemblage d'Airbus se visite et livre les secrets de l'A380, de l'A400M pour en savoir plus sur l'aviation et le transport militaire, et du petit dernier de la famille, l'A350XWB. Des visites dédiées (famille, découverte, A350XWB) permettront de mieux appréhender la construction de ces vaisseaux des airs et devenir incollable sur l'histoire en marche de l'aviation moderne.

Manatour

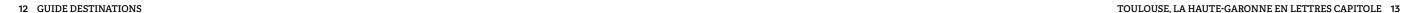
Allée André Turcat - 31700 Blagnac 05 34 39 42 00 **→ manatour.fr**

Accès

Bus > 30 arrêt Lagardère.

> 70, arrêt Andromède-Lycée.

Tram T1 > arrêt Andromède-Lycée.



Plein la vue

C'est plus fort qu'elle! Il faut que Toulouse rayonne, emballe, séduise... Mais elle possède des atouts, non? Pour s'en rendre compte il suffit de rejoindre les hauteurs même modestes des collines qui constituent l'aire urbaine pour comprendre sa géographie, percevoir la présence de la nature en ses murs et s'émerveiller des créations bien humaines celles-ci de la Compagnie La Machine qui a élu domicile ici pour montrer des créations étonnantes. Pour en mettre plein la vue!



La Halle de La Machine.

13 Jardin de l'Observatoire Jolimont

Sur les hauteurs de Jolimont, la vue sur la ville est imprenable. Sur le ciel aussi ! Pas étonnant que l'architecte et urbaniste Urbain Vitry ait souhaité implanter l'observatoire de Toulouse ici au milieu du XIX^e siècle. De fait, sa conception se base sur la fonction des lieux : les allées sont orientées dans l'axe est-ouest suivant le méridien et deux piliers aident à régler la lunette méridienne.

1 Rue Camille Flammarion - 31500 Toulouse 05 62 27 48 48

O Accès

Métro A > Jolimont

14 La Halle de La Machine

À l'endroit même où les pionniers de l'Aéropostale prirent leur envol, sur la Piste des Géants, c'est désormais un autre type d'engin qui occupe l'espace : le Minotaure. Celui-là même qui, fin 2018, paradait dans les rues de la ville pour annoncer l'arrivée de la Compagnie La Machine dans le quartier de Montaudran. Depuis, une exposition, véritable invitation

Depuis, une exposition, veritable invitation au voyage au pays des contes et légendes d'étranges créations et créatures se visite, pour découvrir une singulière écurie de créatures fabuleuses.

3 Avenue de l'Aérodrome de Montaudran 31500 Toulouse

05 32 10 89 07 → halledelamachine.fr



O Accès

Bus > L8, arrêt Gonin ou Lavidalie - 23, arrêt Montaudran Gare SNCF - 80 et 27, arrêt Latécoère.

VélôToulouse > n° 239 et 267

Train TER > vers Carcassonne, arrêt Gare Montaudran

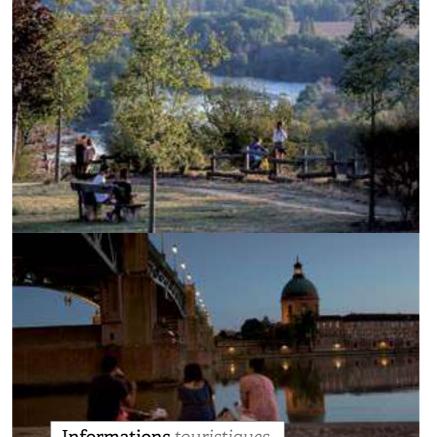
15 Parc zoologique de Plaisance-du-Touch

Makéba l'éléphanteau, Tchéco le petit hippopotame, les nouveaux lions et les otaries bêtes de scène, attendent tous les visiteurs au parc zoologique de Plaisancedu-Touch African Safari. Ce vaste espace naturel situé à proximité de Toulouse compte 600 animaux issus de 80 espèces différentes à découvrir dans la réserve à bord d'un véhicule et, ensuite, à pied à travers le parc. Les spectacles d'otaries, le spectacle pédagogique des oiseaux et de nouvelles espèces constituent autant de moments de réjouissance à vivre en famille.

41 Rue des Landes 31830 Plaisance-du-Touch 05 61 86 45 03 → **zoo-africansafari.com**

Accès

Bus > 116, arrêt Zoo Plaisance.



16 Base de loisirs Pech-David

C'est l'espace vert le plus élevé de la ville (130 mètres) avec possibilité de pratiquer tous les sports dont la marche avec de nombreux chemins pédestres aménagés. En s'oxygénant, on peut également profiter d'un point de vue exceptionnel sur Toulouse et sur la somptueuse chaîne des Pyrénées.

61 Chemin des Côtes de Pech-David 31400 Toulouse 05 81 91 74 88 - 05 61 22 22 00

→ toulouse.fr

Accès

BUS > 115, arrêt Pech David.

Base de loisirs de Pech-David. Les quais de Garonne et le Dôme de La Grave.

Bordeaux



0892 180 180

05 17 42 31 31

(0,34 € TTC/min)

→ toulouseatout.com

Bruguières

Alb

Beauzelle

Fenouillet

Saint-Jean
L'Union

Cornebarrieu

Pibrac

Colomiers

Balma

1 2 3 4

1234 Drémil-N 124 **5 6 8 13** Lafage Toulouse Tournefeuille 17 18 Quint-**Fonsegrives** Plaisance-du-Touch Ramonville-Saint-Orens Saint-Agne Cugnaux Portet-sur-Vieille-Toulouse Labège

Tarbes Castanet-Tolosan Narbonne

TOULOUSE. LA HAUTE-GARONNE EN LETTRES CAPITOLE 15

14 GUIDE DESTINATIONS

LES PYRÉNÉES, la Très Haute-Garonne Un spectacle grand format, une invitation à se dépasser, un cadre de vie exceptionnel, c'est tout ça la très Haute-Garonne, entre monts et merveilles... Terrain de découverte incomparable, la montagne haut-garonnaise invite les mordus de glisse, les fanas de randonnée ou d'escalade à venir se mesurer à ses pentes et ses sommets! D'autant que dans nos Pyrénées, pas moins de 18 cimes dépassent les 3 000 mètres d'altitude...

Une montagne 4 saisons

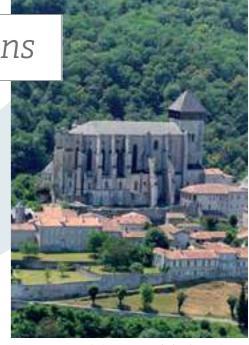
En Haute-Garonne, la montagne s'offre en majesté tout au long de l'année. Des pentes enneigées à parcourir en famille lors de ressourçants séjours où aux beaux jours dans une nature accueillante et surprenante, les Pyrénées se vivent à 2000 %! Et les activités sportives, de découverte, de bien être, ne manquent pas dans ces contrées où l'eau, l'air, la neige, la gastronomie sont purs et goûteux et ne rivalisent qu'avec un sens de l'accueil inné. Bienvenue pendant les 4 saisons!

Saint-Bertrand-de-Comminges

La visite de ce qui fût l'ancienne capitale du Comminges s'impose à plus d'un titre. Pour sa cathédrale Sainte-Marie bien sûr, classée au Patrimoine mondial de l'UNESCO et son cloître si charmant. Mais aussi pour découvrir la cité médiévale, le site archéologique de l'ancienne cité romaine, la splendide basilique de Saint-Just-de Valcabrère bâtie de réemplois romains. N'hésitez pas à pousser la porte de l'ancien couvent des Olivétains qui abrite une antenne de Haute Garonne Tourisme. Vous y trouverez toutes les informations pour partir à la découverte du territoire, des expos gratuites et une librairie boutique. Bonne visite!

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 398, arrêt Saint-Bertrand-de-Comminges (École).



Saint-Bertrand-de-Comminges

Les Olivétains

Parvis de la Cathédrale à Saint-Bertrand-de-Comminges 05 61 95 44 44

→ olivetains@tourismehg.com

<u>lb</u> Saint-Bertrand-de-Comminges > le Musée archéologique

Le Musée archéologique départemental propose des expositions archéologiques de mai à septembre. Entrée gratuite - 05 61 89 31 79

→ cultures.haute-garonne.fr/museearcheologique-departemental



Saint-Bertrand-de-Comminges et Saint-Justde-Valcabrère. en premier plan.

> Photo page de gauche : Lac Vert.





Piscine relaxation à Luchon.

BIEN-ÊTRE ET THERMALISME

Après avoir parcouru les vallées et les pentes des Pyrénées en été comme en hiver, la meilleure façon de repartir le lendemain, cœur vaillant, est de se poser l'espace d'un instant dans les établissements de remise en forme du sud du département, à Salies-du-Salat et à Bagnères-de-Luchon. Une fontaine salée pour la première et un Vaporarium pour la seconde constituent les deux points d'intérêt et de relaxation assurés.

² Les Thermes de Luchon

Cours des Quinconces - Luchon 05 61 79 22 97 - 05 61 94 52 52

→ thermes-luchon.fr

Accès

Train + bus > Toulouse - Montréjeau-Luchon.

2b Les Thermes de Salies-du-Salat

Place des Thermes - Salies-du-Salat. 05 61 90 56 41

→ tourisme-salies-du-salat.com/ thermalisme-et-bien-etre/salinea-thermes

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 452, arrêt Saliesdu-Salat - Office du Tourisme.



Tyrolienne

Pyrénées Hô.

3 Pvrénées Hô

Petits et arands vont trouver matière à s'éclater grâce aux activités de plein air que le grand parc d'aventures du Comminges, Pyrénées Hô à Cierp-Gaud, met à leur disposition : accrobranche, jeux au sol, free-jump, tyrolienne géante, labyrinthe, parcours souterrain, circuit vélo, karting à pédales, billard géant... Frissons et sécurité maximum garantis! Avenue de Rouziet - 31440 Cierp-Gaud 05 61 94 08 36 - 06 58 07 19 96

→ pyrenees-ho.com

Accès

Bus > Montréjeau-Luchon, arrêt Le Rouzietparc aventure.

4 Lac de Géry

Au pied du Pic du Gar (1785 m) en plein pays commingeois près de Saint-Béat, le lac de Géry impose la sérénité de son cadre et de ses eaux, seulement troublée par les activités paddle ou pédalo à disposition ou par les bouchons des cannes à pêche qui tressautent à la première touche! Entre amis ou en famille, un mini-golf, des terrains de pétanque et volley, des balades à poney, personne ne s'ennuiera ici! Quartier Géry - 31440 Saint-Béat 05 61 79 48 56

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 393, arrêt Saint-Béat.

5 Centrale hydro-électrique du lac d'Oô

La centrale hydro-électrique de Bagnèresde-Luchon est alimentée par le barrage du lac d'Oô, très connu des randonneurs. Sa visite permet de mieux comprendre le processus de fabrication de l'électricité hydraulique avec maquettes et film explicatif. La visite de la salle des machines constituera le clou du spectacle!

76 Avenue Jean-Jaurès 05 61 79 21 21



Accès

Car liO Arc-en-ciel > 394 Luchon-Saint-Gaudens

6 H2O vives

Spécialisée dans l'organisation de séjours sportifs toniques en eaux vives, l'équipe des douze quides d'H2O parcourt rivières et canyons comme un banc de poissons! Du rafting au canyoning, en passant par le cano-raft ou l'hydrospeed et de la spéléologie à l'escalade, du paintball au tir à l'arc, rien ne leur fait peur!

Lac de Géry - 31440 Saint-Béat 05 62 00 19 40 - 06 71 84 25 05

→ h2o-vives.com

Δccès

Car liO Arc-en-ciel > 393, arrêt Saint-Béat.



Le jardin botaniaue de Melles.

Musée du Pays de Luchon

Le Musée du Pays de Luchon est installé, depuis 1926, au cœur de Bagnères-de-Luchon dans le château édifié par le baron de Labarthe-de-Neste en 1772. Il présente une riche collection ethnographique rassemblant outils et objets anciens relatifs aux arts et traditions populaires des hautes vallées du Comminges mais aussi des lithographies, dessins, estampes, affiches des XIXe et XXe siècles ainsi que des collections liées à l'histoire naturelle (faune, flore, minéraux) et aux beaux-arts.

18 allées d'Étiany 31110 Bagnères-de-Luchon - 05 61 79 29 87

→ musees-occitanie.fr/musees/musee-dupays-de-luchon/infos-pratiques/

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 394, arrêt Bagnèresde-Luchon (place Richelieu) ou arrêt Bagnères-de-Luchon (gare).

Train + bus > Toulouse - Montréjeau-Luchon.

JARDINS ET ARBORETUMS

Près de la frontière espagnole, à Melles, le Jardin botanique pyrénéen présente une large gamme des fleurs du massif alors que le Jardin de plantes aromatiques du monde romain de Valcabrère, à peine distant d'une trentaine de kilomètres, valorise lui les plantes utilisées dans la cuisine, la médecine, la religion et la parfumerie dans le monde romain. Plus au nord, l'arboretum de Cardeilhac présente une centaine d'espèces organisées en jardin à la française sur plus de 13 hectares. À Aspet, c'est Creagire qui propose des résidences d'artistes, des expositions, un labyrinthe artistique poétique et botanique. Et à Bagnères-de-Luchon, l'Arboretum de Jouéou ou Henri Gaussens a pour particularité d'abriter 250 espèces de conifères venus du monde entier.

8 > Jardin Botanique Pyrénéen À Fleur de montagne

Durée de la visite : 1h15 Sortie du village, Départementale D44H 31440 Melles - 06 14 87 10 05

→ afleurdemontagne.over-blog.com

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 393, ou 395, arrêt Melles (frontière).

9 > Aspet - Creagire

Quartier du pont - 31160 Sengouagnet 05 61 88 80 00 - 07 69 55 81 54

- → sallecreagire.blogspot.fr
- → labyrinthecreagire.blogspot.fr

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 392, arrêt Sengouagnet (centre).

10 > Arboretum Joueou Henri Gaussens

Route de l'Hospice de France Joueou - 31110 Bagnères-de-Luchon 05 61 79 21 21

→ pyrenees31.com

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 394 arrêt Bagnèresde-Luchon (place Richelieu) ou arrêt Bagnères-de-Luchon (gare).

Train + bus > Toulouse - Montréjeau-Luchon.



18 GUIDE DESTINATIONS

Reine des neiges

On ne se lasse pas de la beauté sauvage des Pyrénées! Pour mieux l'apprécier à sa juste valeur, rien ne vaut un séjour en famille dans l'une des stations de ski plantées sur les versants haut-garonnais, avec vue sur une belle collection de sommets à 3 000 mètres d'altitude. Pour tous les âges, tous les niveaux, ici on prend plaisir à découvrir les us et coutumes préservés au fil du temps grâce notamment au Musée du Pays de Luchon et même à vivre en symbiose avec la nature pour en tirer tous les bienfaits.



Luchon-Superbagnères.



31440 Boutx Le Mourtis - 05 61 79 47 55

→ mourtis.fr

12 Station de Bourg d'Oueil 31110 Bourg-D'oueil - 05 61 79 75 47

→ bourgdoueil.fr/fr/tourisme/station-deski.html

13 Station de Luchon-Superbagnères 3110 Luchon - 05 61 79 97 00

→ luchon-superbagneres.com

14 Station de Peyragudes Les Agudes Village - 05 62 99 69 99

→ peyragudes.com

Le Mourtis.

Haute-Garonne Montagne

22 Allées d'Etigny 31110 Luchon - 05 61 79 97 00



Bourg d'Oueil

Stations et sports d'hiver

Avec ses 23 kilomètres de pistes de tous niveaux qui serpentent à flancs de collines et à travers la forêt. Le Mourtis affirme sa taille humaine et la proximité avec ses visiteurs. À la station de Bourg d'Oueil, plus modeste, sept pistes attendent petits et grands pour apprendre à skier, faire de la luge en toute quiétude! À Luchon-Superbagnères, 32 kilomètres de pistes, une multitude d'activités, une vue panoramique sur la vallée de Luchon et sur l'Aneto subjugueront à coup sûr les amoureux de grands espaces et d'aventure! Et à Peyragudes, au cœur des Pyrénées Centrales, le domaine skiable de 49 pistes bénéficie du voisinage exceptionnel de plusieurs pics de 3 000 mètres d'altitude.



Peyragudes

Viens voir la vue

Comme un grand terrain de jeu et de performance disponible 365 jours par an, la chaîne pyrénéenne s'offre dans toute sa splendeur au sud de la Haute-Garonne. Les aficionados de randonnée comme les skieurs, les mordus d'escalade trouvent forcément leur compte dans un tel contexte. Et en plus, dans ces Pyrénées haut-garonnaises si singulières, on ne compte pas moins de 18 cimes dépassant les 3 000 m d'altitude! Des professionnels de la montagne prodiguent les conseils indispensables et vous accompagnent dans cette découverte forcément époustouflante!



Vue sur Superbagnères

15 Spots spéléo

Sur plus de 115 kilomètres de galeries. salles, rivières souterraines et boyaux, le mythique réseau Félix Trombe – le plus long de France depuis l'exploration de Norbert Casteret dans les années 1950! – court dans les entrailles de la vallée de l'Arbas jusqu'à la profondeur de 1 001 mètres. Les spéléologues d'expérience de Cocktail Aventure accompagneront les amateurs dans les plus parfaites conditions de sécurité.

Cocktail Aventure

Pour découvrir le monde souterrain. 05 61 97 52 74 → cocktailaventure.fr

Rando dans les Pyrénées

Pour sécuriser et faciliter randonnées et activités en montagne en toute saison, adressez-vous à des spécialistes qui accompagneront les novices comme les plus expérimentés.

16 Bureau des Guides de Luchon 05 61 89 56 08

→ bureau-quides-luchon.com

17 Pyrénées Aventure

05 62 98 87 43 - 06 80 73 12 66 → pyreneesaventure.com

18 Pyrénées Liberté

Ouartier du Castéras - 31140 Fos 05 62 00 30 12 - 06 69 68 03 51

→ pyreneesliberte.com

19 Daniel Soncourt

Rando VTT. VTTAF 6 Rue Henri Russell 31110 Bagnères-de-Luchon 06 85 33 66 18



Pêche à la truite en rivière

20 Spots de pêche

Les torrents, rivières ou lacs de Haute-Garonne accueillent les pêcheurs de tous ordres, à la mouche, à la cuillère ou à l'asticot. Et les débutants ne sont pas oubliés puisqu'à Aspet, au bord du Ger, un site leur est entièrement dédié pour s'adonner à leur passion.

Ponton d'Aspet



Fédération de pêche

05 61 42 58 64 **→ fede-peche31.com**





Spéléologie de l'Arbas.

20 GUIDE DESTINATIONS LES PYRÉNÉES. LA TRÈS HAUTE-GARONNE 21



Balade avec vue sur le Cagire.

Les points de vue

Pour changer de point de vue, rien ne vaut de prendre de la hauteur! Depuis la table d'orientation située sur le plateau de Superbagnères (1200 mètres d'altitude). il faut profiter d'un impressionnant panorama à 360° sur la ville thermale de Luchon et sur les pics pyrénéens. Sur le circuit qui mène au col de Larrieu (704 m), on bénéficie également de nombreux points de vue sur la partie basse de la vallée de l'Arbas et sur le territoire d'Aspet. Et sur la route du col des Ares, la table d'orientation du Bastion des Frontignes domine les vallées de la Garonne, de la Barousse, les villages des Frontignes avec vue sur les sommets voisins : la pyramide du Quayrat, le pic de Maupas, le Perdiguère, le pic d'Areng...



Trail dans les Pyrénées.

Les trails

Se surpasser, découvrir la nature, respirer le grand air, le trail ou la course à pied en milieu naturel avec dénivelé se déclinent en Haute-Garonne avec quatre rendezvous d'importance : Trail du Mourtis (mai, 42 km et 3 000 m de dénivelé, 14 km et 800 m de dénivelé), Trail du Cagire au départ d'Aspet (juin, 35 km et 2 200 m de dénivelé, 18 km et 750 m de dénivelé), Luchon Anéto Trail (juillet, 75 km et 4 500 m de dénivelé, 45 km et 2 800 m de dénivelé, 14 km et 650 m de dénivelé) et le Trail des 3 pics à Arbas (juillet, 66 km et 4 200 m de dénivelé, 22,5 km et 1 410 m de dénivelé, 13 km et 700 m de dénivelé).

La Route des cols

Merci le Tour de France! La Route des cols des Pyrénées passe aussi par la Haute-Garonne et bénéficie d'une réputation internationale grâce à la course cycliste qui a mythifié des grimpées au cours desquelles les sportifs atteignent leurs limites. Mais pour le plaisir, on peut enfourcher son vélo entre Luchon et St-Béat Menté (1349 m), rejoindre le Portet d'Aspet (1069 m), le Port de Balès (1755 m) ou le col de Larrieu (704 m)...

Le Lac d'Oô

Depuis les granges d'Astau, il suffit d'une heure de marche pour rejoindre ce splendide lac de montagne qui fêtera son siècle d'existence en 2021. Situé à 1504 mètres d'altitude, il est réputé pour sa belle cascade de 275 mètres de hauteur et pour son refuge auberge du lac d'Oô qui offre un service d'hébergement et de restauration sur la période avril-octobre. Pour les plus aguerris, ce sentier se prolonge vers les lacs d'Espingo et Saussat puis beaucoup plus haut vers le lac et refuge du Portillon pour se terminer au sommet du Perdiguère (3 222 m).



Les parcours de golf

Pour un parcours en « panoramique »...

21 Golf de Luchon

05 61 79 03 27 **→ golf-luchon.net**

22 Golf de Salies-du-Salat

05 61 87 46 29 → golfdesaliesdusalat.com

23 Golf du Comminges

(Montréjeau) - 05 61 95 90 20

→ golfducomminges-montrejeau.fr

Informations *touristiques*

24 ARBAS

Bureau d'information touristique 05 61 90 62 05 → opyrenees.fr

25 ASPET

Office de tourisme Cagire Garonne Salat Rue Arnaud Latour 05 61 94 86 51 → opyrenees.fr

26 BAGNÈRES-DE-LUCHON

Office de tourisme Pyrénées 31 05 61 79 21 21 → pyrenees 31.com

27 SAINT-BÉAT

Bureau d'information touristique Avenue de la Gerle 05 61 79 21 21

→ pyrenees31.com

28 SAINT-BERTRAND-DE-COMMINGES

Les Olivétains Parvis de la Cathédrale 05 61 95 44 44

- → hautegaronnetourisme.com
- → hautegaronnetourisme.com/organisme/ les-olivetains



22 GUIDE DESTINATIONS LES PYRÉNÉES, LA TRÈS HAUTE-GARONNE 23



Le canal et le Lauragais

À vélo, à pied

Prenez le temps de suivre le cours du canal des Deux Mers en Haute-Garonne et plus particulièrement celui du canal du Midi. Ses ouvrages d'art remarquables, d'une beauté intemporelle et d'une ingéniosité inégalée caractérisent cet étonnant édifice conçu au XVII^e siècle par Pierre Paul Riquet. Une immersion totale dans les paysages typiques du Lauragais qu'il sillonne pour rejoindre, au loin, la Méditerranée.



La Maison de la Haute-Garonne.

Photos double page le canal du Midi, la Garonne.

Le canal des Deux Mers à vélo

Itinéraire cyclable qui relie la Méditerranée à l'Atlantique, le canal des Deux Mers serpente sur près de 800 kilomètres, depuis l'Estuaire de la Gironde, le long du canal de Garonne et du canal du Midi, inscrit au Patrimoine mondial de l'Unesco. En Haute-Garonne, sur près de 80 kilomètres, la vélo voie verte permet à tout un chacun de rouler en toute sécurité de Toulouse vers le nord (Bruguières, Castelnaud'Estrétefonds...) et vers le sud (Port-Lauragais et, au-delà, vers Sète, le point final du canal).

Le canal du Midi à vélo.



Le canal du Midi à pied.

Port-Lauragais La Maison de la Haute-Garonne

Au départ de Port-Lauragais, locations de vélos pour se promener le long du canal du Midi pour une demi-journée, une journée ou plusieurs jours. De juin à août.

A61- Aire Port-Lauragais 31290 Avignonet-Lauragais - 05 61 81 41 03





Accès

Car liO Arc-en-ciel > 350, arrêt Avignonet-Lauragais (Mairie), (St-Brice).





Les loueurs de vélo

Pour faciliter le voyage à vélo le long du canal du Midi, six loueurs feront des merveilles.

RAMONVILLE-SAINT-AGNE



Le petit Cyclo Location Vélos Toulouse Spécialiste de la location de vélos : VTC, tandem, vélo enfant, remorque enfant, siège bébé. Idéal pour vos balades le temps d'une journée, d'un week-end, ou plusieurs jours.

05 31 61 91 95 → le-petit-cyclo.com

Accès

Métro B > Ramonville



TOULOUSE

² La Maison du Vélo

Elle propose des vélos spécialement choisis pour randonner le long du canal du Midi et est située dans les locaux de l'ancienne maison éclusière Bayard (13 boulevard Bonrepos), face à la gare.

05 34 40 64 72 → maisonduvelotoulouse.com

Accès

Métro A > Marengo SNCF





4 Pierre qui Roule

Magasin spécialisé cycles, Cruisers, Fixies, BMX. Vente et réparation : tout type de vélos et pièces détachées.

09 54 15 01 30 **→ pierrequiroule.fr**

Accès

Métro A > Esquirol



La location de vélo en toute simplicité et sérénité.

58 Boulevard des Minimes

05 82 28 05 10 **→ paulette.bike**

Accès

Métro B > canal du Midi

Le canal et le Lauragais

En bateau

Dès les beaux jours revenus, voguer sur les flots s'envisage comme une impérieuse nécessité pour renouer avec la nature qui s'offre au fil de l'eau. Autonomes en bateaux habitables et sans permis ou à bord de navires d'excursion avec guides et hôtes aux petits soins, les propositions abondent pour voir la ville, mais aussi la campagne, le canal des Deux Mers et la Garonne sous un autre jour...



6 Croisières promenades

Voguer à la carte sur le canal depuis Port Saint-Sauveur. 05 61 80 22 26 → bateaux-toulousains.com

Accès

Métro B > François Verdier

Bus > L1, 8, 29 et 31

7 Bateau restaurant l'Occitania

Dégustez un repas gourmand sur ce bateau restaurant dans le cadre unique du canal du Midi

+33 561 257 257

→ toulouse-croisieres.com/fr

Accès

Métro A > Marengo SNCF

Bus > 27, arrêt gare Matabiau

8 Péniche Samsara

Lieu d'exception pour organiser des manifestations privées. +33 561 326 398 → samsara.fr

Accès

Métro B > François Verdier

GARDOUCH

9 Péniche Haricot Noir

Location de péniche après équipage pour une journée ou plusieurs jours. 06 86 40 66 66 → leharicotnoir.fr

AVIGNONET-LAURAGAIS

10 Nicols

Locations de bateaux habitables sans permis, vers Toulouse ou Carcassonne. 02 41 56 46 56 → nicols.com



Balade en bateau sur le canal du Midi.

11 Navicanal

Locations sur le canal du Midi : bateaux habitables sans permis (journée, week-end, semaine ou plus), bateaux électriques à l'heure et vélos ou bateau promenade avec ou sans chauffeur. 06 75 28 60 83 **→ navicanal.com**

RENNEVILLE

12 Les croisières en douce

À bord de la péniche « Le Surcouf », partez pour une croisière commentée sur le canal du Midi et franchissez des écluses à la demi-journée ou à la journée avec restauration à bord.

→ lescroisieresendouce.com

MONTESQUIEU-LAURAGAIS

13 Locaboat Holidays

Location de bateaux et pénichettes sans permis. 05 61 81 36 40 → locaboat.com

LE CABANIAL

14 Aime Phiores, conteur et accompagnateur de découvertes

Ce raconteur d'histoires haut-garonnais vous invite à une découverte insolite du canal du Midi et du Lauragais à pied ou en bateau. 06 18 02 82 22 - 05 61 83 89 89

Une envie de baignade...

Le lac de la Thésauque

Le lac de Thésauque. Le lac de l'Orme blanc.

> À Montgeard, à deux pas de Nailloux, ce lac et sa base de loisirs Aquaparc Lauragais, accueillent les familles dès les premiers rayons de soleil (mais aussi tout au long de l'année) pour se détendre et s'éclater grâce aux nombreuses activités permises autour et dans le lac! Baignade surveillée gratuite en été du 29/06 au 01/09 de 13h à 18h. 05 62 57 09 68

16 Le lac de l'Orme Blanc

À deux kilomètres du village de Caraman, en plein pays Lauragais, la belle plage avec baignade surveillée l'été (accès payant), le chemin de promenade autour du lac (1,5 km), les équipements pour profiter du séjour, constituent d'évidents atouts pour ce lieu très agréable.

Baignade surveillée payante du 1/07 au 31/08 de 12h à 20h.

05 62 18 81 60

Accès

Car liO Arc-en-ciel > arrêt Caraman (mairie) ou (cimetière).

17 Le lac de Saint-Ferréol

Construit à partir de 1667 dans le but de fournir en eau le canal du Midi pensé par Pierre-Paul Riquet, il est bordé par une belle pinède où aiment se poser les familles le temps d'une journée pour se baigner ou profiter de la base de loisirs.

Baignade surveillée gratuite du 29 juin au 1er septembre de 12h à 18h. 05 34 66 67 68

→ auxsourcesducanaldumidi.com

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 356, Vaudreuille (Saint-Ferréol).

Péniches chambre d'hôtes et gîtes

TOULOUSE

Péniche Amboise

Amarrée entre le port Saint-Sauveur et le pont des Demoiselles.

→ peniche-amboise.com



Le lac de Saint-Ferréol.

RAMONVILLE-SAINT-AGNE

Péniche Soleïado

→ peniche-soleiado.com

Péniches belge Splash et Lady Camellia → hautegaronnetourisme.com

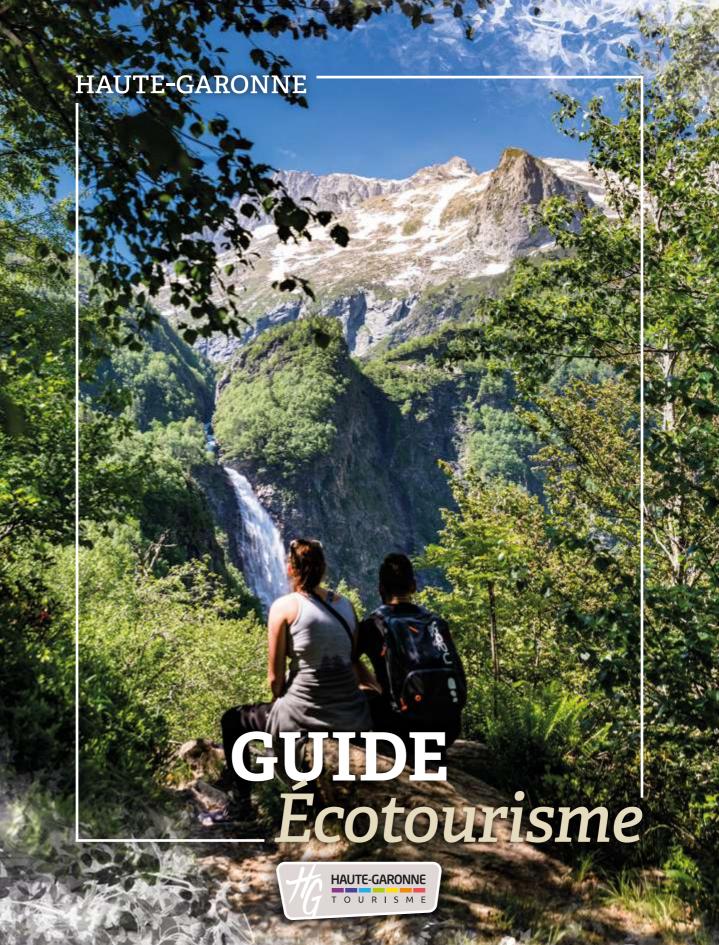






Location de bateau

habitable.





VIVE _ l'écotourisme!_

Le retour à la nature, sa préservation, sa mise en valeur, voilà qui parle aux habitants de la Haute-Garonne!

Leurs environnements de vie et de travail jouent dans la catégorie durable et écoresponsable, comme vous le percevrez bien grâce à ce guide dédié à l'écotourisme. Au fil des pages vous prendrez conscience de leurs engagements pris pour le respect des préceptes de l'écologie, de la biodiversité, des sites merveilleux qui composent un patchwork incomparable de paysages et de sensations.

Les labels écotouristiques qui découlent de cette action et de cette attention de tous les instants attestent de leur volonté et de celle de tout un territoire. De nombreux labels et distinctions participent de cet élan vert si nécessaire et si important aujourd'hui. Qu'ils s'appliquent à des sites Natura 2000, à des Espaces naturels sensibles, à des itinéraires et prestataires vélo, au handicap, à l'hébergement, tous affichent le haut niveau d'exigence respectueux et durable que la Haute-Garonne s'est fixée comme ligne directrice.

Bienvenue dans nos terroirs, nos lacs, nos collines, nos paysages, nos rivières, nos montagnes, notre nature...

Didier Cujives Président de Haute-Garonne Tourisme

LES SITES Natura 2000

La démarche du réseau européen Natura 2000 privilégie une gestion équilibrée et durable des espaces qui tiennent compte des préoccupations économiques et sociales. La France compte 1766 de ces sites et on en dénombre 12 en Haute-Garonne.

Disséminés le long du cours de la Garonne et de ses affluents, sur le Piémont commingeois et le Piémont pyrénéen puis sur les vallons et les vallées de haute montagne, les 12 sites Natura 2000 haut-garonnais constituent autant de sites remarquables et précieux pour la faune et la flore.

HAUTE VALLÉE DE LA GARONNE

Vallée profonde, partagée entre les deux rives de la Garonne : le massif du Burat sur la rive gauche, du massif du Crabère à la coume de Ger sur la rive droite. Le Burat se présente comme un pic imposant dont le versant nord est particulièrement abrupt et abrite les espaces les plus sauvages dont la réserve forestière de Burat Palarquère. Rive droite dans le prolongement du massif de Gar Cagire avec le territoire peu élevé de Saint-Pé-d'Ardet. Puis la forêt domine encerclant quelques estives. Entre Melles et le Crabère, on trouve un vaste plateau à 2 000 m d'altitude où l'on trouve les tourbières d'Uls.

HAUTE VALLÉE DE LA PIQUE

Cette haute vallée glaciaire surplombée par une chaîne de sommets dépassant, à l'Est, les 3000 mètres pour 7 d'entre eux est couverte de chêngies, hêtraies. mais aussi de frênes, d'érables, d'ormes et de pins à crochets. On y trouve également des tourbières et mouillères et la vallée de l'Hospice de France assez fréquentée par les randonneurs.

HAUTE VALLÉE D'OÔ

Vallée de haute montagne prisée des randonneurs qui compte 3 refuges de montagne. On y trouve le Desman des Pyrénées (espèce endémique), des rapaces et oiseaux forestiers, des chats sauvages et des ours bruns.



DEPUIS LES VALLÉES DE HAUTE MONTAGNE À LA VALLÉE DE LA GARONNE

La Vallée du Lis, de la Pique et d'Oô, vallons de haute montagne marqués par l'érosion alaciaire et dominés par des sommets dépassant 3 000 m d'altitude sont classés parmi les sites Natura 2000. Tout comme de nombreux sites sur la vallée Garonne et ses principaux affluents en Midi-Pyrénées (Ariège, Hers, Salat, Pique et Neste) qui sont vitaux pour les espèces de poissons migrateurs. Sur les deux rives du fleuve abondent des espèces de rapaces telles le gypaète barbu, le vautour percnoptère et le milan royal mais aussi de perdrix et faisans et quatre espèces de hérons.

ZONES RUPESTRES XÉROTHERMIQUES DU BASSIN DE MARIGNAC, SAINT-BÉAT, PIC DU GAR, MONTAGNE DE RIÉ

Lieux prisés pour la randonnée et l'escalade, on trouve là une grande richesse floristique et faunistique du fait de la présence de pelouses, landes, forêts, parois rocheuses, ravins et torrents encaissés.

CHAÎNONS CALCAIRES DU PIÉMONT COMMINGEOIS

Au sud du département au cœur des Pyrénées centrales, site vallonné forestier et bocager du piémont à dominante forestière (feuillus, chênes verts, hêtres) avec de nombreuses prairies naturelles où abondent les orchidées. On y trouve également de nombreuses espèces de chauve-souris.



Balade commingeoise

CÔTES DE BIEIL ET DE MONTOUSSÉ

Dans le sud-ouest du département et au nord-ouest de Boulogne-sur-Gesse, petit ensemble de coteaux et de vallons composé de prairies humides, landes sèches à genévriers, bosquets de chênes et de nombreuses espèces d'orchidées, en surplomb de la vallée de la Gimone.

VALLÉE DU TARN

Cette vallée tracée par la rivière Tarn traverse le nord de la Haute-Garonne sur le territoire de huit communes dans la continuité du cours d'eau présent dans les départements voisins du Tarn et de l'Aveyron. Le réseau de cours d'eau et de gorges abrite une grande diversité d'espèces.



Gypaète barbu

DES ESPACES NATURELS SENSIBLES

pour protéger la faune _____et la flore ____

Créés par les Départements, les Espaces naturels sensibles (ENS) visent à préserver la qualité des sites, des paysages, des milieux et habitats naturels. En Haute-Garonne, 12 sites bénéficient de ce label. De plus, le Parc naturel du Confluent à Portet-sur-Garonne labellisé Réserve Naturelle Régionale possède un patrimoine écologique remarquable.



Balade en forêt de Bouconne

LA FORÊT DE BUZET

Inaugurée en février 2020 aux portes de l'agglomération toulousaine, la Maison de la biodiversité est implantée au chai des Monges près de Paulhac au cœur de la forêt de Buzet. Des parcours pédagogiques sont proposés au grand public et aux jeunes pour informer et sensibiliser à l'importance de la biodiversité.

LE MONT CALEM

Sur le canton de Bagnères-de-Luchon, situé sur les territoires des communes d'Arguenos et Moncaup, ce milieu montagnard de 101 ha compte une zone humide et de nombreuses espèces animales et végétales.

LES ANCIENNES GRAVIÈRES **DE LA VALETTE**

Sur le canton de Villemur, un espace de 16 ha aquatique bénéficie de cette protection et

accueille des espèces comme le héron bihoreau et l'aigrette garzette sur sa zone humide et ses habitats naturels.

L'ÎLOT BOISÉ **DE LA FORÊT DE BOUCONNE**

Sur 60 ha, l'îlot boisé de la plaine nord-ouest de la forêt de Bouconne a été classé Espace naturel sensible du fait de la mosaïque de milieux qu'il renferme et la présence d'espèces protégées comme l'aigle botté. Cet îlot fait partie de l'ensemble plus vaste de 1854 ha de la forêt de Bouconne. On trouve ici 11 espèces de reptiles et d'amphibiens, 6 espèces de mammifères dont 5 espèces de chauves-souris protégées et 2 espèces d'oiseaux.

EN COMMINGES

Sur 6.54 ha. la faune et la flore trouvent sur le site de Barbazan un havre de paix pour s'épanouir et animer ce territoire humide de Salliet : 226 espèces de végétaux, reptiles et amphibiens protégés, chauves-souris, libellules... Et sur le petit territoire de 0,48 ha du site de Lège, le calme régnant permet à la Loutre d'Europe (espèce à enjeu patrimonial) de patauger paisiblement et à une multitude d'espèces (reptile, mammifères dont quatre de chauves-souris, des oiseaux, des papillons et 122 de végétaux dont une espèce déterminante Zone d'intérêt écologique faunistique et floristique (ZNIEFF)).

LE CHÂTEAU DE LARÉOLE

L'écrin de verdure sur lequel est planté le château de Laréole, de style Renaissance, méritait bien ce classement. Ses jardins du XVIIIe siècle, un parc de plus de 20 ha aménagés à la Française constituent un équilibre parfait entre grandes perspectives, parterres plantés et masses boisées.

LE DOMAINE AGRICOLE DE FONBEAUZARD

Ce site de 20 ha est un réservoir de biodiversité enclavé au sein d'un tissu urbain dense situé au nord de Toulouse. La qualité de l'air et de l'eau permet à des espèces protégées comme l'aigrette garzette, ou la fritillaire pintade pour la flore, de subsister non loin de

LE LAC DE BORDENEUVE À FROUZINS

En vallée de Garonne, sur la commune de Frouzins, le site d'anciennes gravières abrite aujourd'hui un monde animal (123 espèces dont 65 protégées) et végétal (210 espèces dont une protégée, Rosa galica) fourni et offre une jolie occasion de balade paisible.

FERME DE SOLAMOURE À COUEILLES

Sur les 21,61 ha de cette ferme qui appartient à Julien Bisognin dit «Julien de Coueilles», les papillons de jour dont le damier de la succise et l'azuré du serpolet, le triton marbré et le triton palmé, le bruant jaune ou le guêpier d'Europe occupent bien l'espace! lci 201 espèces animales dont 18 à fort enjeu et 215 espèces végétales dont 5 espèces déterminantes ZNIEFF ont tout l'espace pour bien vivre et épater les visiteurs!

LES FORÊTS COMMUNALES DE MONTAIGUT-SUR-SAVE ET DE LÉVIGNAC-SUR-SAVE

Avec la forêt de Bouconne, le classement en Espaces naturels sensibles de ces deux zones illustre bien l'action départementale entreprise pour mettre en valeur le patrimoine forestier de la Haute-Garonne. Dans ces landes à genêts épineux prairies et sèches ainsi que mares et zones humides réparties sur 53,82 ha et 47,46 ha, on trouve 11 espèces de reptiles et amphibiens, 6 espèces de mammifère (la Genette) dont 5 espèces de chauve-souris protégées es 12 espèces d'oiseaux, toutes sous statut de protection.





DIX "STATIONS VERTES»

et deux "Pavillon Bleu»

La Haute-Garonne multiplie les occasions de profiter pleinement de la nature grâce à dix Stations vertes disséminées au cœur des terroirs qui agissent en faveur d'un tourisme nature, authentique, humain et respectueux de l'environnement.





À VILLEMUR-SUR-TARN

Cité médiévale de caractère, on peut se détendre sur les bords de la rivière Tarn, se baigner, admirer la vue sur la vallée, goûter les produits de terroir...

À SAINT-BÉAT-LEZ

Entre la rivière Pique et le fleuve Garonne au sud du département, la cité marbrière s'impose comme la porte d'entrée des Pyrénées centrales. Son environnement naturel permet la pratique d'une foule d'activités sportives.

À L'ISLE-EN-DODON

Au cœur de la campagne commingeoise à 1h à peine de Toulouse, cette cité médiévale est le départ de nombreux sentiers balisés dans les coteaux et d'un sentier botanique. En avril, les producteurs locaux présentent leurs meilleurs produits lors de la foire de printemps.

À RIEUX-VOLVESTRE

En vallée de Garonne, le caractère bucolique préservé de cette cité ainsi que ses traditions venues du Moyen-Âge méritent toute l'attention, comme celle du tir au Papogay. À proximité, 9 chemins de randonnées – dont la Via Garona – et un parcours cyclable.

Entre nature et tradition, cette jolie bastide du Pays de Cocagne proche du lac de Saint-Ferréol accueille les visiteurs sous sa halle du XIVe siècle pour des marchés très courus. Le musée et jardins du canal du Midi, le musée du Bois et de la marquèterie, l'ameublement d'art constituent les points d'intérêt de la ville.

À MONTRÉJEAU

Au pied des Pyrénées, autour de son lac se déroulent festivités, feu d'artifice, parcours pédagogique avec découverte de la faune et de la flore. Le marché à l'ancienne met en valeur les vieux métiers fin juillet, le festival de danses folkloriques Folkolor ainsi que des journées de sensibilisation à l'environnement caractérisent bien cette dynamique cité.

À BAGNÈRES-DE-LUCHON

Le cœur des Pyrénées bat ici avec force, thermes et vaporarium! Depuis l'Antiquité et plus encore au XVIIIe siècle, cette tradition s'est développée pour le bien-être du plus grand nombre. Toute l'année, celle que l'on surnomme « Reine des Pyrénées » propose de se divertir, de se ressourcer, de se dépenser dans un panorama renversant de beauté.

À BOULOGNE-SUR-GESSE

Entourée de plans d'eau, d'espaces boisés et protégés, cette belle bastide fondée au XIIIe siècle jouit d'un cadre naturel somptueux et de témoignages patrimoniaux d'importance. Elle conserve aussi la tradition de savoir-faire locaux qui réjouiront les papilles et les

À AURIGNAC

Le musée de l'Aurignacien renseigne sur l'histoire préhistorique du village qui conserve, par ailleurs, les traces de son autre passé, médiéval celui-ci, riche d'un château comtal, d'hôtels particuliers, de maisons à colombage...

À CAZÈRES

Ancienne ville batelière tournée vers le fleuve Garonne, Cazères possède un patrimoine jacquaire et de nombreux chemins de randonnée ayant une biodiversité variée à découvrir absolument.



DEUX « PAVILLON BLEU » EN HAUTE-GARONNE

Gage d'une bonne qualité environnementale, le label « Pavillon Bleu » salue l'action permanente d'une commune pour sensibiliser à la protection de l'environnement.

En Haute-Garonne, deux lieux bénéficient de cette distinction. Sur 30 ha et dans un décor de rêve avec la chaîne des Pyrénées en rideau de scène, le lac de Montréjeau (également labellisé Handiplage - Station verte) est doté d'équipements de loisirs pour petits et grands (aire de jeux, appareils de fitness, terrain de beach-volley, sentier pédagogique...).

À Toulouse, la Capitainerie du port Saint-Sauveur accueille les plaisanciers en goguette sur le canal du Midi. Le lieu bénéficie également du label Accueil Vélo pour sa halte cyclotouristes (borne réparation vélo et kit réparations, racks à vélos, mise à disposition de cartes d'itinéraires, sanitaires, douches, borne à eau fraîche, laverie).





Infos résa: gîte 3 épis. À partir de 504€/semaine.

06 63 40 11 89 - contact@chaumarty.com



Bassin de baignade sans produit chimique, du gîte Chaumarty

LAVALETTE

Non loin du château de Bonrepos Riquet qui appartenait au créateur du canal du Midi, aux portes de Toulouse, ces deux éco-gîtes équipés de 68 m² (2 chambres) et 50 m² (1 chambre) proposent un séjour bien-être avec massage, yoga, potager bio à la maison, balades...

Infos résa: 2 aîtes 3 épis.

Baugnac : à partir de 190€/we - 266€/semaine. Baugnac2: à partir de 250€/we - 315€/semaine.

05 61 99 44 10 - sla@tourismehg.com www.hautegaronnetourisme.com/je-reserve/

LES HÉBERGEMENTS « écotouristiques »

Hébergements Clévacances « Partir Écolo »

La qualification « Partir Écolo » est attribuée par Clévacances pour distinguer les lieux de vacances qui répondent à un cahier des charges respectueux de l'environnement : consommation d'énergie, maîtrise des dépenses en eau, utilisation de produits sains et recyclables, gestion des déchets et attention portée aux extérieurs.



MONTBRUN-LAURAGAIS

Aux portes de Toulouse, ce gîte de caractère implanté dans une ancienne ferme rénovée avec des matériaux nobles et écologiques peut accueillir 4 personnes dans le confort et le respect de l'environnement. Comme un îlot de verdure avec parc arboré de 8 000 m² au milieu des champs de blé et tournesols.

Infos résa: gîte 3 clés. À partir de 400 €/semaine. www.latabernole-gites.com

LUCHON

Dans un paisible quartier résidentiel, la Maison Flor dispose de 3 chambres et de tous les équipements. À proximité de l'arrêt du bus qui relie à l'établissement thermal et non loin de départ de randonnées. Infos résa: gîte 3 clés. À partir de 560 €/semaine. www.louer-maison-luchon.com/maisons-a-louer/flor/



Idéalement située à 300 m du centre-ville et à proximité des Thermes et du centre de remise en forme, la maison du Tilleul accueille ses hôtes dans 98 m² et 3 chambres avec tous les équipements.

Infos résa: gîte 3 clés. À partir de 360 €/semaine. www.louer-maison-luchon.com/maisons-a-louer/ tilleul/

Cet appartement de type T3 pour 4 personnes est exposé sud-ouest au 2e étage de la Résidence Les Jardins du Casino. Calme et à proximité du parc du Casino ainsi que des commerces et animations du centre-ville de Luchon.

Infos résa: gîte 2 clés. À partir de 282 €/semaine. Tél. 06 32 25 20 89

jeanmichel.audouard@orange.fr

TOULOUSE

Au plus près du centre de la Ville rose, dans le quartier des Carmes, appartement T3 de 70 m² au 3e étage d'une résidence sans ascenseur avec 2 chambres. Prêt pour une découverte culturelle et festive de la

Infos résa: gîte 3 clés. À partir de 500 €/semaine. www.jcsarda.free.fr

Hébergements Gîtes de France®

_" éco-gîtes » _

Avec ce label, Gîtes de France® garantit que l'hébergement est conçu ou restauré selon des techniques ou matériaux reconnus pour leur faible impact sur et en cohérence avec l'environnement.

GAILLAC-TOULZA



En pleine campagne mais non loin de sites d'intérêt

CANENS

Deux gîtes et l'habitation des propriétaires composent cette ancienne ferme rénovée avec des matériaux naturels afin de respecter son architecture et l'environnement. Située sur les coteaux du Volvestre, elle propose 3 chambres dans le premier aîte de 94 m², et 2 chambres pour le second de 57 m², ainsi qu'un grand terrain commun avec jeux extérieurs.

Infos résa: gîte 3 épis.

Les Vallons : à partir de 360€/we - 665€/semaine. Mont Valier: à partir de 180€/we - 455€/semaine.

05 61 99 44 10 - sla@tourismehg.com

www.hautegaronnetourisme.com/je-reserve/

CASSAGNABÈRE-TOURNAS

Cette ancienne grange rénovée avec un véritable parti-pris écologique et implantée au cœur des coteaux du sud-toulousain a été transformée en gîte pouvant accueillir jusqu'à 25 personnes.

Infos résa: gîte de groupe 3 épis. À partir de 990€/we - 3465€/semaine. 05 61 97 95 54 - gitelaflanerie@gmail.com



Au gîte de la Flanerie, bois, pierre et enduits écologiques

FORGUES

Maison de caractère à colombages située à la croisée des chemins (Parc d'aventure Tépacap à 8 km, marché de Samatan dans le Gers à 4 km, lac de la Bure à 10 km...) avec un jardin clos de 100 m², 2 chambres, sentiers de randonnée à proximité.

Infos résa: gîte 3 épis.

À partir de 160€/we - 280€/semaine. 05 61 99 44 10 - sla@tourismehg.com www.hautegaronnetourisme.com/je-reserve/

Hébergements

____ " Clef Verte » _____

Label international de gestion environnementale pour l'hébergement touristique attribué aux structures les plus dynamiques en matière de gestion environnementale.



Hôtels

RADISSON BLU HOTEL TOULOUSE AIRPORT



Au sortir de l'aéroport, ce bel hôtel à l'esprit contemporain propose 201 chambres, un spa avec jacuzzi, un sauna et un hammam, un restaurant et dispose également d'un superbe jardin intérieur de 1 000 m² orné de 100 pieds de vigne. 2, rue Dieudonné Costes à Blagnac. Infos résa: à partir de 99€/nuit. Tél. 05 61 16 18 00 www.radissonhotels.com/fr-fr/hotels/radisson-blu -toulouse-airport

COURTYARD BY MARRIOTT TOULOUSE

À auelaues minutes du centre-ville de Toulouse et de l'aéroport, cet hôtel 4 étoiles dispose de 186 chambres spacieuses et confortables, d'un restaurant, d'une piscine intérieure, d'une salle de gym et d'un mini-market. 4 bis, rue Alain Fournier à Saint-Martin-du-Touch. Infos résa: à partir de 69€/nuit. Tél. 05 34 39 80 00 www.marriott.fr/hotels/travel/tlscy-courtyard -toulouse-airport/

HÔTEL CAMPANILE TOULOUSE SUD-BALMA CITÉ DE L'ESPACE



Voisin de la Cité de l'espace, cet hôtel très fonctionnel de 85 chambres avec restaurant et des espaces loisirs ou travail, est le lieu idéal avant d'entrer dans la ville. Parc de la Grande Plaine, rue Maurice Hurel. Infos résa: à partir de 65€/nuit. Tél. 05 61 54 46 25 www.toulouse-sud-balma-cite-de-lespace. campanile.com/fr-fr/

HÔTEL B&B TOULOUSE CENTRE

Établissement comptant 92 chambres confortables dont certaines accessibles aux personnes handicapées. À proximité du centre-ville toulousain et de Blagnac (aéroport, visites des usines Airbus...).

77, bd de l'Embouchure

Infos résa : à partir de 59€/nuit, Tél. 08 92 78 81 02 www.hotel-bb.com/fr



Chalet tradition au camping Le Moulin

Camping LE MOULIN À MARTRES-TOLOSANE



Situé dans un site naturel en bord de Garonne, camping 4 étoiles de 106 emplacements comportant des chalets. roulottes à louer. Il offre un niveau d'équipements conséquent : espace aquatique, tennis, volley, salle de jeux, football, ludothèque, château gonflable géant,

Infos résa : à partir de 100€/nuit en chalet tradition. Tél. 05 61 99 44 10

sla@tourismehq.com

www.hautegaronnetourisme.com/je-reserve/

Gîtes

GÎTE L'OSTAL ET GÎTE LE SOULAN

Le gîte de séjour La Paguère abrite deux gîtes : l'Ostal, la « maison » en occitan, accueille de 3 à 5 personnes dans une maison récente construite à l'ancienne avec terrasse, jardin fleuri et barbecue ; Le Soulan, « versant sud » en occitan, pour 5 à 8 personnes très garéable avec vue sur la campagne. Une piscine privative est disponible pour les deux gîtes en été. Infos résa : Le Soulan : à partir de 400€/semaine. L'Ostal : à partir de 280€/semaine. Tél. 05 61 94 16 09 et 06 70 02 28 62 www.lapaguere.com

CARPE DIEM TOLOSA - CHAMBRES D'HÔTES



Cette paisible et ravissante villa perchée sur les hauteurs de Toulouse dans un cadre de verdure promet la piscine dès le mois d'avril, un spa de nage/jacuzzi de 5 m de long et 4 chambres lumineuses. 9 bis, chemin de Gojousse à Vieille-Toulouse.

Infos résa: à partir de 90€/nuit. Tél. 05 61 99 44 10 sla@tourismehg.com



Écrin de verdure sur le site de séjour

Camping "La Via Natura »

Ce label destiné aux campings d'écotourisme s'adresse aux vacanciers qui recherchent le calme et une réelle proximité avec la nature.

CAMPING PRÉ FIXE

CASSAGNABÈRE-TOURNAS



Au plus près de la nature, ce camping 4 étoiles s'inscrit dans une démarche respectueuse de l'environnement sur terrain très arboré, aménagé en terrasses avec vue sur les Pyrénées. Emplacements pour tentes, caravanes, camping-cars, lodges, chalets de bois. **Infos résa :** à partir de 295 €/semaine en chalet. Tél. 05 61 98 71 00 et 06 33 11 56 19 www.camping-pre-fixe.com/

Tarifs non contractuels Retrouvez tous les hébergements sur : hautegaronnetourisme.com



de nature, plus de 100 prestataires touristiques de Haute-Garonne multiplient les équipements et facilités. Les labels « Tourisme & Handicap », « Accueil Vélo » et « Hébergement Pêche » attestent de leur action.

DES PROFESSIONNELS



TOURISME & HANDICAP

Ce label créé en 2001 par le ministère du Tourisme apporte la garantie

d'un accueil efficace et adapté aux besoins indispensables des personnes handicapées. En Haute-Garonne, 29 prestataires agissent dans cet optique: 12 hôtels et hébergements, 5 points d'information touristique (Toulouse, Cazères, Nailloux, Revel, Montréjeau), 12 sites touristiques (Musée-forum de l'Aurignacien à Aurignac, Exposition sur le canal du Midi à Avignonet-Lauragais, Le Réservoir à Revel, Maison du patrimoine et de la culture à Valentine, Aeroscopia, Cité de l'espace, Espace EDF Bazacle, Muséum de Toulouse, musée Les Abattoirs, Les jardins du Muséum...). Partout, avec professionnalisme et sens de l'accueil, les personnels apportent leur concours pour un séjour et des visites facilités.



Musée de l'Aurignacien

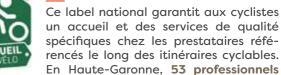


Cité de l'Espac



La Maison du Vélo à Toulouse

ACCUEIL VÉLO



(hébergements, restaurants, sites de visite, loueurs/ réparateurs, offices de tourisme), tous situés à moins de 5 km du Canal des 2 mers ou du parcours Garonne – des Pyrénées à la plaine toulousaine – répondent aux attentes des amoureux de la Petite Reine. On compte ainsi ici 39 hébergements, 2 restaurants, 6 sites touristiques et 6 spécialistes vélo dédiés à cette initiative. Pour les cyclistes, le label garantit un accueil attentionné (informations et conseils, documentation spécifique, météo...), des équipements (abri à vélos sécurisé, matériel de réparation, nécessaire de nettoyage...) et services adaptés (transfert des bagages, locations de vélos et accessoires, lavage et séchage du linge...).



Initiation à la pêche à Peyssies

e de ment

HÉBERGEMENT PÊCHE

Le label « Hébergement Pêche » répond à des critères bien précis pour satisfaire au mieux les pêcheurs et leurs familles.

Les plus évidents : la proximité d'un site de pêche de bonne qualité environnementale présentant un intérêt certain pour la pêche, un local technique pour le stockage du matériel, l'accès à un point d'eau pour le rinçage du matériel et des équipements, un bac à vifs. La présentation d'informations réglementaires, pratiques et touristiques et une période d'ouverture suffisamment large pour couvrir la période de pêche. Enfin, en plus de services variés et adaptés, pour les chambres d'hôtes avec table d'hôte et les hôtels, la possibilité de petit-déjeuner à un horaire très matinal et de disposer de paniers repas à la demande et/ou une adaptation des horaires du dîner. Bonne pêche!



Informations _____

Espace Tourisme – 14, rue Bayard à Toulouse. Tél. 05 61 99 44 00 **Maison de la Haute-Garonne** – Port-Lauragais à Avignonet-Lauragais Tél. 05 61 81 41 03

Les Olivétains - Saint-Bertrand-de-Comminges. Tél. 05 61 95 44 44 Château de Laréole - Tél. 05 61 06 33 58

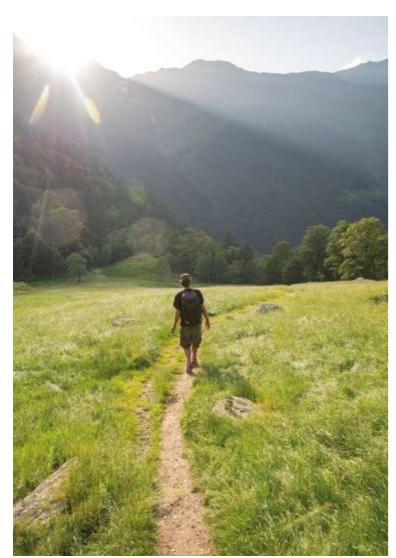
hautegaronnetourisme.com

Chemin Pédestre

LA HAUTE-GARONNE

« sans voiture »

Grâce aux réseaux de train ou de bus, privilégiez le « sans voiture » à destination de tous les territoires du département...



En chemin vers le lac Ver

Les splendides collines dorées du Lauragais traversées par le canal du Midi vous font rêver ? Le vignoble de Fronton vous tente ? Vous voulez aussi respirer et vivre la beauté naturelle du Volvestre et des Pyrénées sans pour autant utiliser une voiture? Ici, toutes les destinations sont envisageables grâce à des lignes de TER et de bus qui sillonnent l'ensemble des territoires.

Pour rejoindre Grenade ou Cadours dans les Hauts Tolosans, ligne de train disponible depuis Toulouse-Matabiau vers Montauban. Arrêt à la gare de Castelnau-d'Estretefonds située à 7 km de Grenade que la ligne d'autocars Hop permettra de rejoindre.

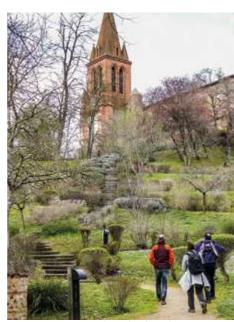
Autre option possible au départ de la qare routière de Toulouse située à 200 m de la gare SNCF : là, grâce à la ligne de bus n°351, on peut aussi rejoindre Fronton en 48 mn pour découvrir les viticulteurs passionnés, leurs domaines et leurs belles productions.

On pourra aussi partir s'oxygéner en forêt de Bouconne grâce au train qui part vers Auch, passer Pibrac puis stopper à Colomiers et direction La Chauge en bus (départ toutes les heures). Après 3,6 km de marche voilà la belle!

Mais si vous préférez plonger dans l'histoire alors direction Albi et halte à la gare de Montastruc-la-Conseillère pour découvrir le Pays Tolosan. Surnommé « la petite Toscane », il se décline en coteaux et vastes étendues agricoles, et se recommande pour sa douceur de vivre. Pas étonnant que l'on trouve, à quelques kilomètres, Verfeil où la comtesse de Ségur séjourna, le château de Bonrepos-Riquet qui appartint à l'inventeur du canal du Midi, Pierre-Paul Riquet.

Vers le sud-est, la ligne Toulouse-Narbonne permet un arrêt à Toulouse-Montaudran pour visiter La Halle de la Machine et l'Envol des Pionniers, deux lieux emblématiques de ce nouveau quartier puis vous emmène vers Villefranche-de-Lauragais (20 trajets par jour de 6h08 à 20h08) pour découvrir les bastides et le décor enchanteur du Lauragais. On pourra même prendre son temps et rentrer à vélo en roulant sur les berges du canal du Midi. Et puis, le lendemain, les mollets raffermis, prendre la route vers le piémont et les Pyrénées. La ligne qui rejoint Ax-les-Thermes avec la Garonne puis l'Ariège comme voisines, passe par la belle Auterive rebâtie au XVII^e siècle et rejoint les contreforts du massif.

Mais pour filer plein sud, prendre la ligne Toulouse-Tarbes au fil de l'eau de Garonne pour découvrir le Volvestre et Carbonne lovée dans un méandre du fleuve. Puis passées les gares de Martres-Tolosane, Saint-Gaudens et Montréjeau, impossible de les rater, les Pyrénées sont là ! Pensez à valider votre ticket!







Balade sur les coteaux, vue sur la Garonne

_vous gâtent

C'est peu dire que d'affirmer que les bons produits, les belles tables et les breuvages de qualité comptent plus que tout ici ! Pour veiller au grain, les producteurs, restaurateurs et vignerons rivalisent de talents et d'attention pour satisfaire les papilles et les palais. Leur action est saluée par des labels de qualité.

Nouveau!

Un annuaire de producteurs en vente directe en Haute-Garonne www.haute-garonne.fr/directfermiers31

AU PLUS PRÈS DES ACTEURS DE TERRAIN

Dans l'esprit d'un « tourisme durable » qui œuvre pour une approche différente et plus raisonnée, les hommes et les femmes de Haute-Garonne vous accueillent et œuvrent à des séjours respectueux de l'environnement en matière d'hébergement, de déplacement, de restauration. Ainsi, depuis la ferme aux étals des marchés, les produits de la terre et de l'élevage sont valorisés par des agriculteurs et des éleveurs passionnés, dont certains sont en Agriculture Biologique (cf page 47 du Guide Destinations).

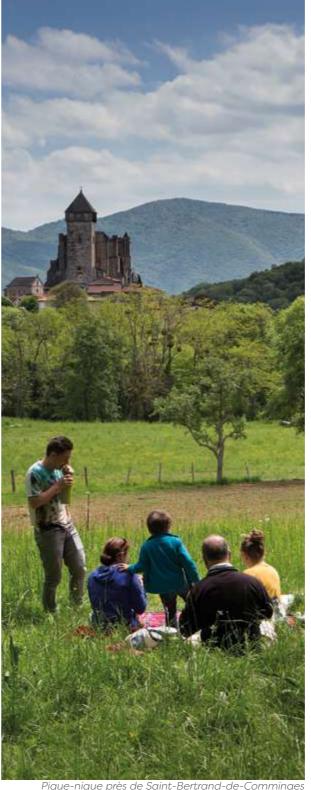
Du Comminges au Lauragais, en passant par le Volvestre, les Pyrénées et les abords de Toulouse, tous ont à cœur de proposer le meilleur. Aussi, plus d'hésitation, achetez en circuits courts!

Chemin faisant et directement à la ferme ou préparés par les bonnes tables de Haute-Garonne, il faudra goûter la saucisse de Toulouse, l'ail violet AOP de Cadours, l'agneau des Pyrénées IGP, l'AOP porc noir de Bigorre, le boeuf Gascon, le haricot tarbais, le miel cultivé en pleine campagne à proximité des Pyrénées mais aussi les charcuteries et fromages de montagne.

Le tout accompagné par une bière artisanale que concoctent avec amour la trentaine de micro-brasseurs implantés sur le territoire. Et pour les amateurs de la dive bouteille, des séjours à la carte peuvent s'envisager au plus près des vignerons grâce à des hébergements labellisés « Vignobles & Découvertes ». À table!



Marché à Carbonne



rique-riique pres de Saint-Bertrand-de-Corniniing

« BIENVENUE À LA FERME »

Depuis 1988, ce sont près de 8 000 agriculteurs qui animent le réseau « Bienvenue à la ferme » avec le soutien des Chambres d'agriculture, ce qui constitue

le premier réseau d'agrotourisme et de circuits courts en France. En Haute-Garonne, 100 exploitations adhèrent à l'initiative qui privilégie la vente directe sur les marchés à la ferme, lors de portes ouvertes, de buffets et autres événements destinés à créer un lien fort entre producteurs et consommateurs.

Une application pour smartphone aidera à trouver les bons produits fermiers et les bonnes adresses et, pour ceux qui préfèrent le papier, la brochure « Bienvenue à la ferme », disponible sur simple demande, recense les 100 adhérents et décrit leurs activités : vente de produits, ferme auberge, goûter, fermes pédagogiques, fermes équestres, hébergements...

Tél. 05 61 10 43 01

www.bienvenue-a-la-ferme.com/haute-garonne



Marché d'Aurianac et produits locau



Visite à la ferme à Montbrun-Lauragais

« TABLES & AUBERGES DE FRANCE »

Référence de la démarche tables dauberges professionnelle, territoriale et patrimoniale, le label « Tables & Auberges de

France » promeut l'hospitalité et la gastronomie de terroir. En clair, les belles adresses, les savoir-faire, les plaisirs de la table sont ici magnifiés afin de mettre en lumières les compétences des chefs, hôteliers, aubergistes et producteurs locaux qui, tous, œuvrent à la haute tenue du fleuron national. Et. au-delà. porter les valeurs de découverte, de partage et de transmission de métiers parfois hors du commun. Mais aussi pour initier petits et grands au goût du vrai produit dans une démarché citoyenne et éco-responsable en mettant à l'honneur les produits locaux et de saison, les circuits courts... En Haute-Garonne, une centaine de lieux sont référencés grâce à ce label de qualité.

www.tables-auberges.com/ hotels-restaurants/31-haute-garonne/



« VIGNOBLES & DÉCOUVERTES »

Ce label national créé en 2009 distingue les destinations proposant une offre complète, pour un séjour

thématique centré sur le vin et la vigne. En assurant une qualité parfaite d'accueil, il donne également les clefs de la compréhension de l'univers du vin mais aussi des hommes et des femmes qui le produisent. Depuis 2017, il distingue l'Appellation d'Origine Protégée Fronton (AOP) qui porte hautes les couleurs de toute une profession. Ici, pas moins d'une centaine de vignerons coopérateurs et 40 chais particuliers œuvrent de concert sur un vignoble courant sur 2400 ha et qui implique 9 communes en Haute-Garonne et 11 en Tarn-et-Garonne.

La route des vins emmène à la découverte d'une augrantaine de domaines et la Maison des Vins et du Tourisme de Fronton, riche de 150 références en dégustation-vente, invite à une immersion dans cet univers passionnant et savoureux...

La Maison des vins Tél. 05 61 82 46 33 www.vins-de-fronton.com





Avec 800 km balisés et siglés Promenades et randonnées (PR) et Sentiers de grande randonnée (GR), la Haute-Garonne ouvre ses espaces aux marcheurs et amoureux de nature.

www.hautegaronnetourisme.com/bouger-et-sortir/les-balades/

Les vacances sont faites pour flâner, découvrir, prendre son temps! Alors pour mieux vous accompagner dans cette quête du bonheur absolu, la Haute-Garonne a mis en place 31 Promenades et randonnées qui couvrent l'ensemble de son territoire et des thématiques très différentes.

Côté nature, Toulouse n'est pas en reste avec ses nombreux parcs et jardins qui constituent autant de poumons verts au gré de la visite des hauts lieux de patrimoine comme la **basilique Saint-Sernin**.

Au nord-ouest du département, en pleine campagne, surgit au détour d'un lacet la splendide silhouette du **château de Laréole**, non loin des exploitations d'ail de Cadours. Et puis, plus bas dans le verdoyant Volvestre, à Rieux-Volvestre, c'est la cathédrale qui sert de point de repère aux pèlerins traçant leur route vers Compostelle à travers champs et collines. Et, tout au sud du département, en Comminges, les pas mènent jusqu'à la cathédrale Sainte-Marie de Saint-Bertrand-de-Comminaes mais aussi à son site antique tout proche.

En Lauragais, au sud-est, la splendeur simple des bastides et du cadre de vie rural ravira les cœurs. La douceur de l'atmosphère du canal du Midi qui traverse ce territoire baigné de soleil devrait en conquérir plus d'un ! Mais aux vaillants, ce sont les Pyrénées qui ouvrent grands leurs collines et sommets. Là, le plaisir de l'immersion dans la nature, dans des espaces préservés et protégés, l'air pur, l'eau rafraichissante des lacs, les panoramas impressionnants, réjouissent le cœur et justifient à eux seuls la balade. Et puis, comme toute peine mérite réconfort, vous vous régalerez de petits plats traditionnels arrosés par un verre de vin de Fronton. Avant de reprendre la route pour apprécier d'autres merveilles...

VIA GARONA

Parmi les sentiers d'intérêt de grande randonnée de la Haute-Garonne, Via Garona (GR® 861) couvre 170 km entre Toulouse et Saint-Bertrand-de-Comminges, entre deux joyaux d'architecture religieuse : la basilique Saint-Sernin et la cathédrale Notre-Dame, toutes deux classées au Patrimoine mondial de l'Unesco. Ce parcours très agréable qui traverse 41 communes, dont Muret, Carbonne, Saint-Martory, Saint-Gaudens, s'inscrit dans la tradition des variantes des chemins vers Saint-Jacques-de-Compostelle, dans la continuité du chemin de Conques-Toulouse.



IDÉAL POUR LE TRAIL

Les amateurs de course nature pourront s'en donner à cœur joie ici ! La diversité des paysages de campagne, des parcours dans les plaines de Garonne ou du Lauragais, des dénivelés entre vallons et sommets des Pyrénées donne une palette de possibilités infinie pour respirer à fond en pleine nature à son rythme et à volonté.

LE VÉLO Star!

Pour prendre son temps, se dépenser et apprécier les paysages qui défilent à vitesse humaine, rien de tel que le vélo! En Haute-Garonne, il est partout chez lui et des itinéraires singuliers permettent la pratique en famille et entre férus de la Petite Reine.

> www.hautegaronnetourisme.com/des-emotions -pour-de-vrai/haute-garonne-canal-et-garonne/a-velo/



LE CANAL DES 2 MERS

Itinéraire cyclable qui relie la Méditerranée à l'Atlantique, le Canal des 2 mers serpente sur près de 800 kilomètres, depuis l'Estuaire de la Gironde, le long du Canal de Garonne et du canal du Midi. En Haute-Garonne, sur près de 190 kilomètres, la vélo voie verte permet à tout un chacun de rouler en toute sécurité de Toulouse vers le nord (Bruquières. Castelnau-d'Estrétefonds...), vers le sud (Port-Lauragais et, au-delà, vers Sète, le point final du canal).



Parcours cyclable de la Garonne



VTT au Col de Larrieu

TRANSGARONA ET PARCOURS GARONNE

Ce projet transfrontalier de 200 km de piste cyclable reliera à terme Toulouse aux sources de la Garonne en Espagne. Actuellement, le tronçon entre Marquefave et Fronsac, soit 107 km, permet une belle balade. Et bientôt, les travaux d'aménagement du tronçon français sud s'étaleront sur 18 km et concerneront les communes de Chaum, d'Estenos, de Cierp-Gaud, de Marignac, de Saint-Béat, d'Arlos et de Fos. Et en complément le parcours Garonne s'étend, lui, sur 106 km entre les communes de Cierp-Gaud au pied des Pyrénées et de Carbonne plus au nord-ouest. L'occasion est ainsi donnée de suivre le cours de la Garonne, au contact de la nature et à son rythme pour s'arrêter selon l'envie à Saint-Bertrand-de-Comminges, Saint-Gaudens ou Saint-Martory.



VTT en Vallée d'Oâ

LE ROYAUME DU VTT

Trois spots dédiés à la pratique du VTT existent en Haute-Garonne : le Pays de Luchon avec ses 17 parcours et ses 269 km balisés (2 verts, 2 bleus, 10 rouges et 3 noirs), Comminges-Pyrénées avec 32 parcours et 580 km (9 verts, 8 bleus, 8 rouges et 7 noirs) et Bouconne avec 6 parcours et 110 km (1 vert, 2 bleus, 2 rouges, 1 noir). Le premier, avec son profil montagnard, s'adresse à des pratiquants plutôt expérimentés adeptes de l'enduro ou du all mountain. Le second, situé entre Arbas, Le Mourtis et Saint-Bertrand-de-Comminges accueille aussi bien les amateurs de balades dans les bois que les fous de descente. Quant au troisième, ses pistes balisées en forêt de Bouconne constituent le terrain de jeu idéal à vivre en famille à deux pas de Toulouse. Avec les sites du lac de Saint-Ferréol en Montagne Noire et d'Aurignac en Comminges, les fans de VTT trouveront forcément leur bonheur. Tout comme sur les 20 parcours (soit 500 km) de l'espace « Aux sources du canal du Midi » en cours de labellisation. Enfin, pour une meilleure organisation et une connaissance fine des parcours, 11 prestataires VTT à votre service, prodiguent conseils et encadrent sorties et séjours en Haute-Garonne.



1 nuit = 2

Pour vos week-ends et séjours pendant les vacances scolaires en Haute-Garonne, bénéficiez d'1 nuit offerte dès 1 nuit achetée!

IDÉE SÉJOUR

Je réserve 2 nuits dans un gîte près de Luchon et je n'en paye qu'1. J'économise jusqu'à 100 €.

1 activité = 2

Payez pour 1 et profitez à 2!

IDÉE ACTIVITÉ

On part à deux pour une randonnée en VTT à assistance électrique dans les Pyrénées et on ne paye que pour une personne.

J'économise 40 €.

Carnet de voyage

Visitez 2 lieux et gagnez 31€!

COMMENT OBTENIR MON BON DE 31 €?

J'arpente la Haute-Garonne avec mon carnet de voyages et je fais valider mon carnet par les partenaires de l'opération. Dès 2 lieux visités, je bénéficie d'un bon de 31 €!

Valable chez Haute-Garonne Tourisme (billetterie, loisirs, location de vacances...), ou un restaurant Tables&Auberges de France, Maître Restaurateur, un adhérent Bienvenue à La Ferme, les boutiques d'Offices de Tourisme, la Maison de la Haute-Garonne, les Olivétains, loueurs de vélos, bateaux...

J'économise 31 € sur mes achats ou un restaurant.

TOTAL = 171 euros d'économies*

Montant donné à titre d'exemple pour un gîte à 100 \in la nuit, une activité à $40 \in$ /pers.

Informations pratiques

Rendez-vous sur notre site internet hautegaronnetourisme.com pour en savoir plus et réserver vos bons plans.



TOULOUSE HAUTE-GARONNE TOURISME

14 Rue Bayard 05 61 99 44 00 hautegaronnetourisme.com

OFFICE DE TOURISME DE TOULOUSE AGENCE D'ATTRACTIVITÉ DE TOULOUSE MÉTROPOLE

Donjon du Capitole 0892 180 180 (0,34 € TTC/min) 05 17 42 31 31 toulouseatout.com

ARBAS

Bureau d'information touristique d'Arbas 05 61 90 62 05 opyrenees.fr

ASPET

Office de tourisme Cagire Garonne Salat Rue Arnaud Latour 05 61 94 86 51 opyrenees.fr

BAGNÈRES-DE-LUCHON

Office de tourisme Pyrénées 31 05 61 79 21 21 pyrenees31.com

SAINT-BÉAT

Bureau d'information touristique de Saint-Béat Avenue de la Gerle 05 61 79 21 21 pyrenees31.com

SAINT-BERTRAND-DE-COMMINGES

Les Olivétains
Parvis de la Cathédrale
05 61 95 44 44
hautegaronnetourisme.com/
organisme/les-olivetains/

AUTERIVE

Office de tourisme de la Communauté de communes du bassin Auterivain Haut-Garonnais 05 61 50 28 71 tourisme-auterive.com

AVIGNONET-LAURAGAIS

Maison de la Haute-Garonne – Espace tourisme 05 61 81 41 03 - 05 61 81 69 46 hautegaronnetourisme.com/ la-maison-de-la-haute -garonne-port-lauragais/

LABÈGE SICOVAL

65 Rue du Chêne Vert 05 62 24 02 02 sicoval.fr

NAILLOUX

Lauragais Tourisme
Nailloux Outlet Village
05 62 57 09 68
lauragais-tourisme.fr/
infos-pratiques/les-offices-de
-tourisme/nailloux

REVEL

Office de tourisme
«Aux sources du canal du Midi»
Place Philippe VI de Velois
05 62 71 32 75 – 05 34 66 67 68
auxsourcesducanaldumidi.com

SAINT-FÉLIX-LAURAGAIS

Bureau d'information touristique Château Rue des Écoles 05 62 18 96 99 auxsourcesducanaldumidi.com

AURIGNAC

Bureau d'information touristique Avenue de Boulogne 05 61 98 70 06 tourisme-stgaudens.com

BOULOGNE-SUR-GESSE

Bureau d'information touristique Place de la Mairie 05 61 88 13 19 tourisme-stgaudens.com

CAZÈRES

Bureau d'information touristique 13 Rue de la Case 05 61 90 06 81 tourismecoeurdegaronne.fr

L'ISLE-EN-DODON

Bureau d'information touristique 30 Boulevard des Martyrs de Meilhan 05 61 79 43 69 tourisme-stgaudens.com

MARTRES-TOLOSANE

Bureau d'information touristique Place Henri Dulion 05 61 98 66 41 tourismecoeurdegaronne.fr

MONTRÉJEAU

Bureau d'information touristique 6 Rue du Barry 05 62 00 79 55 tourisme-stgaudens.com

MURET

Office Muretain de tourime Place Léon Blum 05 61 51 91 59 mairie-muret.fr/ office-tourisme-muret

RIEUMES

Bureau d'information touristique 2 Place du Marché à la Volaille 05 61 82 28 96 tourismecoeurdegaronne.fr

RIEUX-VOLVESTRE

Office de tourisme intercommunal du Volvestre 9 Rue de l'Evêché 05 61 87 63 33 tourisme.volvestre.fr

SAINT-GAUDENS

Office de tourisme intercommunal Coeur et Coteaux du Comminges 2 Rue Thiers 05 61 94 77 61 tourisme-stgaudens.com

SAINT-MARTORY

Bureau d'information touristique Place de l'ancienne mairie La ville 05 61 97 40 48 opyrenees.fr

SALIES-DU-SALAT

Bureau d'information touristique Boulevard Jean-Jaurès 05 61 90 53 93 opyrenees.fr

FRONTON

Office de tourisme du vignoble de Fronton 140 Allée du Château 05 61 74 80 69 vins-de-fronton.com

GRAGNAGUE

Office de tourisme intercommunal des Coteaux du Girou 05 34 27 45 73 tourisme@coteauxdugirou.fr

GRENADE

Office de tourisme des Hauts-Tolosans 38 rues Victor Hugo 05 61 82 93 85 tourisme.hautstolosans.fr

LARÉOLE

Château de Laréole 05 61 06 33 58 hautegaronnetourisme.com/ organisme/chateau-de-lareole/

VILLEMUR-SUR-TARN

Office de tourisme Val Aïgo 1 Place Charles Ourgaut 05 34 27 97 40 tourisme-valaigo.fr

Comité de rédaction : J. Micoud, P. Alquier, C. Di Meglio.

Crédits photos: CDT31, CD31 (T. Couranjou, E. Mathieu), M. Barbaresco-Drône31 (www.drone-france.com/), L. Bel (www.bel-et-bien-vu.com/photographe/), Club Photo Fronton, J. Damase, M. Huynh, G. Rassemusse (www.hachette-pratique.com/gwen-rassemusse), Ride and sea (www.rideandsea.com), F. Scheiber (www.frederic-scheiber.com), A.Späni (www.arnaudspani.com), iStockphoto.com/MikeLane45. Photos non retouchées.

Édition 2020/2021. Impression: Papier "Green" - Ménard imprimerie à Labège (31). Création graphique: www.marie-aure.com





HAUTE-GARONNE TOURISME | à votre service

ESPACE TOURISME

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

LES OLIVÉTAINS

Parvis de la Cathédrale 31510 Saint-Bertrand-de-Comminges. 05 61 95 44 44 Ouvert toute l'année, 7j/7, sauf le lundi de novembre à mars, hors vacances scolaires. De 10h à 17h, 18h ou 19h, selon saison.

MAISON DE LA HAUTE-GARONNE

Port-Lauragais 31290 Avignonet-Lauragais. 05 61 81 41 03 Ouvert toute l'année, 7j/7, de 10h à 17h ou de 9h à 19h, selon saison.

CHÂTEAU DE LARÉOLE

31480 Laréole. 05 61 06 33 58 Ouvert de juin à septembre, du samedi au dimanche, de 10h à 18h. Du mardi au dimanche, de 10h à 18h ou 19h, selon saison.

hautegaronnetourisme.com







Le canal et le Lauragais

D'autres activités

Sur ce territoire aux accents de Toscane, les vastes plaines baignées par l'astre solaire disputent la vedette aux collines plantées de tournesols ou de céréales. Ça et là, pointent les châteaux du Lauragais qui témoignent d'une époque bénie où le pastel constituait une des plus grandes richesses du territoire. Quant à lui, le canal du Midi qui taille sa route à travers de spectaculaires paysages, invite à parcourir ses rives et à apprécier l'ingéniosité de sa conception.



L'exposition de mai à septembre.

18 Exposition sur le canal du Midi

À une quarantaine de kilomètres de Toulouse, sur l'aire d'autoroute de Port-Lauragais, la Maison de la Haute-Garonne a réservé un vaste espace d'exposition de 200 m² entièrement dédié à l'histoire, la compréhension, la construction, l'exploitation et la modernité du canal du Midi : une véritable évocation du canal du Midi.

L'espace tourisme et la boutique sont ouverts toute l'année 7j/7, l'exposition, du 1^{er} mai au 30 septembre, 7i/7. Horaires variables selon saison.

Maison de la Haute-Garonne Aire de Port-Lauragais - Autoroute A61 -Avignonet-Lauragais - 05 61 81 41 03

→ hautegaronnetourisme.com/la-maisonde-la-haute-garonne





Car liO Arc-en-ciel > 350, arrêt Avignonet-Lauragais (Mairie), (St-Brice).

19 Le Réservoir

L'espace découverte du canal du Midi, le Réservoir, a été aménagé dans l'ancienne Maison de l'ingénieur Pierre-Paul Riquet. Tout est là pour mieux comprendre le projet, la finalité, l'histoire et l'actualité du fameux canal, classé au Patrimoine mondial de l'Unesco depuis 1996. Sa galerie des Robinets, d'où l'eau était régulée pour

alimenter le canal en eau, vient d'être entièrement rénovée autour d'un son et lumière époustouflant.

Boulevard Pierre-Paul Riquet Saint-Ferréol - 31250 Revel - 05 61 80 57 57

→ lereservoir-canaldumidi.fr





Accès

Car liO Arc-en-ciel > 356 et 357 : arrêt Saint-Ferréol.

20 Revel

En Pays de Cocagne où le pastel était roi au XV^e siècle, la bastide royale de Revel revendique sa douceur de vivre, à proximité du lac de Saint-Ferréol. Le Chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle, les GR, une multitude de sentiers de randonnées et de nombreux équipements de loisirs répondront aux attentes des visiteurs. Le musée du bois et de la marqueterie est un beau lieu pour comprendre l'histoire des artisans locaux qui, depuis des siècles font la renommée internationale de la ville.

13 Rue Jean Moulin - 05 61 81 72 10

→ museedubois.com

Galerie du Réservoir.





La bastide de Montgeard.

Le Domaine de Bonrepos-Riquet

21 Château de Cambiac

Le château édifié au début du XVIe siècle était la résidence du connétable de la région de Montauban, le sieur Milhau. Une visite s'impose pour en savoir plus.

06 17 98 56 15

→ chateaudecambiac.fr

22 Château de Loubens-Lauragais

C'est dans l'atmosphère d'une somptueuse maison de famille que le visiteur se retrouve à visiter des offices souterrains aux greniers à grains en n'oubliant par le parc de 4 hectares...

05 61 83 12 08

→ chateaudeloubens.com

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 381. arrêt Loubens-Lauragais (En Pinel).

23 Le moulin Montbrun-Lauragais

Ce moulin-tour à vent en briques toulousaines, situé au cœur du village, date du XVII^e siècle. Restauré en 2002. il est en état de fonctionnement puisqu'une meunière vient fabriquer sa farine bio.

Chemin du Moulin, Le village 05 31 61 89 70

→ montbrun-lauragais.fr

24 La bastide de Montgeard

Fondée en 1317 par le roi de France Philippe V le Long, cette bastide située au cœur du pays de Cocagne détient une belle église et un château.

05 62 57 09 68

→ montgeard.lauragaistourisme.fr

Le moulin à six ailes

de Nailloux.

Car liO Arc-en-ciel > 327, arrêt Montgeard (Aimé Ramond) ou (Roquefoulet).

25 Domaine de Bonrepos-Riquet

Dans le vallon de la Garenne aui iouxte sa demeure, Riquet aménagea son « Modèle Hydraulique ». C'est autour de cet ensemble expérimental, s'étendant sur près de deux hectares, que Riquet étudia, à grandeur nature et pendant une dizaine d'années, l'alimentation en eau de son futur canal du Midi. 07 55 63 72 41

→ bonrepos-riquet.fr

26 Nailloux

Village de marques et Moulin à six ailes. Plus de 110 grandes marques qui remisent leurs prix de 30 %. Pour ceux qui préfèrent le patrimoine à la fièvre dépensière, la visite du charmant moulin à six ailes constituera une jolie escapade pour découvrir un mécanisme étonnant ainsi que la fabrication de la farine, les différentes productions céréalières et la maîtrise des vents.

- +33 562 570 968
- → naillouxoutlet.com

Accès

Car Hop > 303, arrêt Nailloux (centre).

27 Auterive Adventure

Trois parcours attendent petits, moyens et grands dans ce parc qui permet de flirter avec le grand frisson! Des ponts, des tyroliennes, des filets, des jeux, un toboggan, des rondins, un mur d'escalade et le Big One, traversée de la rivière Ariège au départ d'une plateforme de 32 mètres de haut.

07 68 55 33 61

→ auterive-adventures.com

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 318, arrêt Auterive (Église) et (Le Bouet) et 325 Auterive (Gare



Informations touristiques

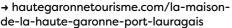


Office de tourisme de la Communauté de communes du bassin Auterivain Haut-Garonnais 05 61 50 28 71 → tourisme-auterive.com



Maison de la Haute-Garonne – Espace tourisme 05 61 81 41 03 05 61 81 69 46





30 LABÈGE

SICOVAL

65 Rue du Chêne Vert - 05 62 24 02 02

→ sicoval.fr

La halle

de Saint-Félix-Lauragais.

31 NAILLOUX

Lauragais Tourisme Nailloux Outlet Village 05 62 57 09 68





→ lauragais-tourisme.fr

32 REVEL

Office de tourisme
« Aux sources du canal
du Midi »
Place Philippe VI de Velois





→ auxsourcesducanaldumidi.com

33 SAINT-FÉLIX-LAURAGAIS

Bureau d'information touristique Château Rue des Écoles 05 62 18 96 99

→ auxsourcesducanaldumidi.com



La Garonne et le Comminges

Traversé par le fleuve Garonne, le territoire du Comminges a su s'épanouir au fil du temps tout en préservant des atouts environnementaux et patrimoniaux de valeur. Afin de mieux prendre la mesure des richesses du Comminges, mieux vaudra privilégier la découverte à vitesse lente, à vitesse humaine. À pied, à vélo ou sur l'eau, une infinité de propositions attendent le visiteur en quête de quiétude, de grands espaces et de beauté.

À pied

La découverte du patrimoine peut servir de prétexte de Toulouse à Saint-Jacques-de-Compostelle! Mais avant, il faudra prendre le temps, s'émerveiller des splendeurs paysagères qui s'offrent au regard du marcheur sur près de 800 kilomètres balisés en Haute-Garonne siglés Promenades et randonnées (PR) et Sentiers de grande randonnée (GR). Le dernier-né des chemins de randonnée, Via Garona, constitue à lui seul une belle opportunité de retrouver les traces des pèlerins en route vers la cité galicienne, dans la continuité du chemin qui mène de Conques en Aveyron à Toulouse en Haute-Garonne.



Le GR[®] 861 ou *Via Garona* relie désormais Toulouse à Saint-Bertrand-de-Comminges.

Balade sur la *Via Garona*.





La Garonne à Saint-Bertrandde-Comminges.

Il traverse 41 communes dont Muret. Carbonne, Rieux-Volvestre, Saint-Gaudens. Aux 600 km balisés déjà existants se rajoutent donc 170 km qui courent le long de la Garonne. Ce parcours très agréable s'inscrit dans la tradition des variantes des chemins vers Saint-Jacques-de-Compostelle, dans la continuité du chemin de Conques-Toulouse (balisé GR® 62b, 36 et 46 par la Fédération Française de Randonnée Pédestre). Ce dernier relie la voie du Puy-en-Velay à la voie d'Arles soit près de 200 kilomètres dans un environnement préservé, en traversant les belles bastides du Rouerque comme Villefranche et en découvrant les villages perchés de Peyrusse-le-Roc, Najac ou Cordes-sur-Ciel. Puis Rabastens et Gaillac dans le Tarn et enfin l'arrivée à Toulouse pour admirer les édifices historiques de la ville.

→ hautegaronnetourisme.com/ete/ via-garona

La Garonne et le Comminges

À vélo

Une voie cyclable qui court sur 106 kilomètres et relie les Pyrénées à la plaine toulousaine tout en suivant la Garonne, voilà l'une des multiples propositions qui s'offrent aux fous de la Petite Reine en Haute-Garonne!

Cet itinéraire sera complété par un parcours transfrontalier « TransGarona » de l'Espagne vers Toulouse en juin 2021. Avec le fleuve comme compagnon, les Pyrénées en fond de décor et le Comminges côté nature, que diriez-vous d'une balade à votre rythme ?

Pour découvrir la vallée de la Garonne en pédalant et en prenant le temps de profiter de chaque halte, des organisateurs de séjours et loueurs de vélos proposent des programmes à la carte. Pour passer hors des sentiers battus, visiter les beaux villages, faire un plongeon dans les lacs qui ponctuent le parcours et se ressourcer en appréciant la faune et la flore des bords de fleuve...

Pour réserver vos séjours :

→ hautegaronnetourisme.com/je-reserve/

No.

RIEUX-VOLVESTRE 32 Cycles Friwheel

Locations de vélo. 05 81 64 57 46 **→ friwheel.fr**



A vélo près de Saint-Bertrandde-Comminges/Valacabrère

LE MOURTIS / LA GARONNE

01 Concept Séjour

Envie d'une activité sportive ou plus détente... Nos propositions 4 saisons : DH, Enduro, Fat Bike,Trottinettes, Semi-rigides. De nombreux circuits, une navette avec remorque pour la logistique, et des séjours tout compris autour du VTT. Biathlon, course d'orientation, défi trail.

La Garonne à vélo: location de vélos et vélos électriques, ainsi que de la logistique pour une itinérance entre les Pyrénées et Toulouse.

05 61 79 96 92

Parcours cyclable de la Garonne.



Sur l'eau

Paisibles, rafraîchissants, beaux, les lacs du Comminges invitent au farniente, aux réunions de famille en plein air, à pratiquer une activité sportive, tonique qui fera du bien aux petits comme aux grands! Partout, des équipements adaptés, la pêche, les aires de piquenique, la faune et la flore composent le décor de séjours d'une journée ou plus longs pour profiter des bienfaits du grand air et de l'eau!





Lac de Montréjeau

1 Le Lac de Montréjeau

Plus qu'un lac, c'est une base de loisirs que l'on trouve à Montréjeau. Sur 30 hectares, avec vue sur les Pyrénées, le lieu est idéal pour les familles puisqu'il propose une foule d'activités pour les petits comme pour les grands et les personnes à mobilité réduite. À Montréjeau, profitez d'un séjour nature et détente.

05 61 95 84 17



Car liO Arc-en-ciel > 398, arrêt Montréjeau (Boulevard de Lassus).

2 L'ISLE-EN-DODON



Si le lac de L'Isle-en-Dodon n'est pas ouvert à la baignade, la pêche est autorisée,

les promenades et une aire de pique-nique permettent toutefois de profiter de sa fraîcheur l'été venu. Ce village au cœur du Comminges saura vous séduire avec ses petites places et maisons gasconnes pour un séjour en toute quiétude.

05 61 79 43 69 **→ lisleendodon.com**

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 365, arrêt Isle-en-Dodon (Pyrénées) et (Mairie).

ROQUES-SUR-GARONNE

3 Lac de Lamartine

Cette Réserve Naturelle met à disposition un observatoire pour découvrir les innombrables espèces d'animaux (dont 5 espèces de hérons) qui peuplent le site comportant cing lacs.

06 89 33 01 05

→ mairie-roques-sur-garonne.fr



Bac de Portet-sur-Garonne.

PORTET-SUR-GARONNE

4 Le bac de Portet-sur-Garonne

Le parc du Confluent appartient à une zone labellisée Réserve naturelle régionale en 2015 et recèle des merveilles de faune (milan noir, héron cendré, martin-pêcheur) et de flore à découvrir le temps d'une balade en famille, en amoureux ou en solitaire. Le site est également accessible gratuitement depuis le centre-ville grâce au bac qui emmène le public d'une berge à l'autre en quelques minutes.

05 61 72 00 15 - 06 83 87 85 39

→ portetgaronne.fr/le-bac-518.html

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 364 et 359, arrêt Portet-sur-Garonne (Centre Commercial).

LE FAUGA

5 Bac Le Fauga

Afin d'éviter les longs trajets aux paysans avec leurs outils ou leurs bêtes, mais aussi aux enfants des écoles, aux pèlerins de la chapelle de l'Aouach, aux pêcheurs ou aux randonneurs, le bac du Fauga a récemment repris du service. Il permet aussi aux cyclotouristes de poursuivre sans encombres leur route entre Muret, Eaunes et Le Fauga.

05 61 56 30 04

La Garonne et le Comminges

D'autres activités



Maison Garonne.

Base de loisirs d'Auzas

6 Base nautique de Cazères

Pour s'initier ou se perfectionner au wakeboard, au knee-board, au ski de figure, direction Cazères et sa base nautique! 05 61 97 00 64

CARBONNE

7 > Base nautique

Depuis 1973, le Club Olympique Carbonnais œuvre à faire apprécier la pratique du canoë et de l'aviron à tous les publics sur le plan d'eau du Manciés (72 ha) situé à 3 kilomètres à peine de Carbonne. Marche, cyclisme, volley, tennis, badminton au programme également. 05 61 90 06 29

→ nautisme-carbonne.com

8 > La Source Wake Park

Dans une ancienne carrière remise en état, le projet La Source Wake Park est dédié à l'activité de loisirs et plus particulièrement au téléski-nautique, le wakeboard, du wakeskate, du ski nautique et du kneeboard.

→ lasourcewakepark.fr

07 82 78 48 58

9 Base de loisirs d'Auzas

Près de Saint-Martory, en plein Comminges, le mini port et la base de loisirs d'Auzas disposent d'équipements ludiques pour combler toute la famille.

05 61 97 40 48 - 06 80 40 42 50

→ auzas.fr

10 Maison Garonne

Chef-lieu de la batellerie garonnaise jusqu'au XIX^e siècle, Cazères-sur-Garonne construisait la majeure partie des bateaux naviguant sur le fleuve. La Maison Garonne, beau lieu culturel, célèbre cette histoire et sa relation avec le cours d'eau.

05 61 97 71 93

→ maisongaronne.fr

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 380 et 379, arrêt Cazères (Jean-Jaurès).

11 La Clairière aux insectes

À Montbrun-Bocage au cœur d'une forêt située en zone protégée au pied des Pyrénées, des animateurs passionnés font découvrir une clairière à la vie foisonnante d'une centaine d'espèces protégées de plantes et insectes.

06 75 71 60 35

→ laclairiereauxinsectes.fr



L'abbaye de Bonnefont.

12 Abbaye de Bonnefont

Créée au XII^e siècle, démantelée au XIX^e, cette abbaye cistercienne située près du village de Proupiary, non loin de Saint-Martory, ouvre son jardin d'inspiration médiévale de 700 m² disposant d'un rucher et d'un cadre très agréable.
05 61 98 28 77

→ abbayedebonnefont.fr

13 Tépacap

En pleine forêt de Rieumes, Tépacap accueille petits et grands pour s'adonner à l'accrobranche, traverser les ponts de singe, un tube roulant, des tyroliennes, des filets et des lianes et pour jouer à des jeux de société géants! 05 62 14 71 61 → tepacap.fr



Car liO Arc-en-ciel > 364 et 363, arrêt Rieumes (Le Foirail).

14 Grand Presbytère de Martres-Tolosane

Situé dans l'enceinte de la bastide ronde de Martres-Tolosane, le Grand Presbytère rénové est devenu une salle d'exposition dédiée aux métiers d'art et à l'art contemporain. Des expositions temporaires se succèdent dans ce cadre remarquable baigné par la lumière, enrichi par l'ancien jardin du curé et une orangerie.

05 61 87 64 93

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 379, arrêt Martres-Tolosane (Pyrénées), (La Rivière).



Au nord-ouest de Saint-Gaudens, Boulogne-sur-Gesse bénéficie d'un environnement naturel des plus enviables : une zone classée Natura 2000, le lac de la Gimone, la proximité de la Save, des possibilités de randonnées à travers la campagne... Montréjeau, protégée par la chaîne des Pyrénées qui assure un climat sec, régulier et sain, est plantée entre la Garonne et le plateau du piémont pyrénéen. Située sur une crête avec vue imprenable sur les Pyrénées, Aurignac se découvre à travers les âges.

Le Balcon des étoiles.

16 Le Balcon des Étoiles

Le village de Latrape, éloigné des lumières de Toulouse domine les coteaux du Volvestre et invite petits et grands astronomes à jeter un œil sur les télescopes géants ou à s'immerger dans le Planétarium pour un extraordinaire voyage au cœur de la Voie Lactée.

05 61 97 09 62

→ les-pleiades.asso.fr

17 Le musée – Arts et figures des Pyrénées centrales

Ce musée raconte l'histoire des Pyrénées centrales par l'entremise des hommes et des arts, entre montagne et Garonne. Il conserve également la plus importante collection publique de céramique de Saint-Gaudens/Valentine.

05 61 89 05 42

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 391, 394 et 398, arrêt Saint-Gaudens (Renaissance), (Jardin Public).



Те́расар.

36 GUIDE DESTINATIONS

LA HAUTE-GARONNE AU FIL DE L'EAU 37

La Garonne et le Comminges

D'autres activités

18 Les musées de Rieux-Volvestre

Le musée lapidaire présente une collection de chapiteaux des XIIIe et XIVe siècles, des vestiges de cloîtres des couvents de l'ordre des Franciscains et des Dominicains. Et le musée du Papagay relate la tradition d'archers locale datant du XIVe siècle qui se perpétue toujours de nos jours.

05 61 87 63 33 → tourisme-volvestre.fr

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 359 et 322, arrêt Rieux-Volvestre (Maison de Retraite), (Stade).

19 Village gaulois

Un village gaulois résiste encore à l'occupation romaine à Rieux-Volvestre à 50 km de Toulouse! Tout autant écomusée, parc archéologique que culturel, l'Archéosite plonge ses visiteurs à l'époque d'Astérix, Obélix (et Idéfix!) grâce à un respect scrupuleux des techniques de construction, d'artisanat et des coutumes.

05 61 87 16 38 → village-gaulois.org

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 359 et 322. Rieux-Volvestre (Maison de Retraite), (Stade).

20 Maison patrimoniale de Barthète

Ce musée abrite de vastes collections de faïences anciennes de la région de Martres, des terres vernissées et poteries communes du sud de la France et plus de 1500 carreaux de faïence dont les fameux carreaux Leclerc de Martres-Tolosane revisités au point de croix par les brodeuses de Boussan.

Anciens Thermes de Barthète. Allée de Barthète 05 61 98 76 42 **→ barthete.com**



Le Musée de l'Aurignacien.

21 Musée-forum de l'Aurignacien

Silex taillés, bois de renne travaillé par l'homme, restes d'un foyer, ossements d'une faune disparue tels que les mammouths, les rhinocéros laineux, les grands ours des cavernes... c'est tout ce patrimoine que donne à voir ce musée qui rend compte de la présence de l'Homme moderne (- 38 000 à - 28 000 avant notre ère).



05 61 90 90 72 → musee-aurignacien.com

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 391, arrêt Aurignac (Poste).

22 La Ferme du Paradis

À Rieumes, les animaux sont au paradis! À la Ferme du Paradis pour être exact et on peut leur rendre visite au cœur de la forêt et les nourrir. Une centaine d'animaux rares (renne de Laponie. renard, kangourou wallaby...) et de faisans, canards, grues et poules vous attendent! 06 18 28 60 54 **→ fermeduparadis.com**

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 364 et 363, arrêt Rieumes (Le Foirail).

23 Sites et musée archéologiques de Montmaurin

Avec ses 2 villas gallo-romaines et le musée, ce lieu présente une riche collection d'œuvres issues des fouilles retracant l'occupation de l'homme depuis la préhistoire. 93, Le Village - 05 61 88 74 73

→ montmaurin-archeo.fr

Informations touristiques

24 AURIGNAC

Bureau d'information touristique Avenue de Boulogne 31420 Aurianac 05 61 98 70 06

→ tourisme-stagudens.com

25 BOULOGNE-SUR-GESSE

Bureau d'information touristique Place de la Mairie 31350 Boulogne-sur-Gesse 05 61 88 13 19

→ tourisme-stagudens.com

26 CAZÈRES

Bureau d'information touristique 13 Rue de la Case - 31220 Cazères 05 61 90 06 81



→ tourismecoeurdegaronne.fr

27 L'ISLE-EN-DODON

Bureau d'information touristique 30 Boulevard des Martyrs de Meilhan - 31230 L'Isle-en-Dodon 05 61 79 43 69

→ tourisme-stagudens.com

28 MARTRES-TOLOSANE

Bureau d'information touristique Place Henri Dulion 31220 Martres-Tolosane 05 61 98 66 41

→ tourismecoeurdegaronne.fr

29 MONTRÉJEAU

Bureau d'information touristique 6 Rue du Barry 31210 Montréjeau - 05 62 00 79 55



→ tourisme-staaudens.com

30 MURET

Office Muretain de tourime Place Léon Blum - 31600 Muret 05 61 51 91 59

→ mairie-muret.fr/office-tourismemuret.

31 RIEUMES

Bureau d'information touristique 2 Place du Marché à la Volaille 31370 Rieumes 05 61 82 28 96

→ tourismecoeurdegaronne.fr

32 RIEUX-VOLVESTRE

→ tourisme.volvestre.fr

Office de tourisme intercommunal du Volvestre 9 Rue de l'Evêché 31310 Rieux-Volvestre 05 61 87 63 33

33 SAINT-GAUDENS

Office de tourisme intercommunal Cœur et Coteaux du Comminges 2 Rue Thiers - 31800 Saint-Gaudens 05 61 94 77 61

→ tourisme-stagudens.com

34 SAINT-MARTORY

Bureau d'information touristique Place de l'ancienne mairie. La ville. 31360 Saint-Martory 05 61 97 40 48 → opyrenees.fr

35 SALIES-DU-SALAT

Plaisance-

Bureau d'information touristique Boulevard Jean-Jaurès 31620 Salies-du-Salat 05 61 90 53 93 → opyrenees.fr





GASTRONOMIE ET VIGNOBLES

LA HAUTE-GARONNE à déguster

Pour réjouir les papilles, rien ne vaut un détour par les fermes, domaines, lieux de producțion et marchés de Haute-Garonne. Les bons produits ne manquent pas! Ici, l'essentiel réside dans le respect de la terre, de ses produits, des animaux qui, comme les humains, la vivent et la valorisent au quotidien. Du Comminges au Lauragais en passant par le Volvestre, les Pyrénées et les abords de Toulouse, les productions remarquables abondent sur ce territoire.



Les spécialités et bons produits

Le miel cultivé en pleine campagne à proximité des Pyrénées, l'ail violet AOP de Cadours mais aussi les charcuteries de montagne, la saucisse de Toulouse, tous ces produits goûteux et qualitatifs sont à découvrir d'urgence directement chez les producteurs ou sur les belles tables de Haute-Garonne.

Des labels de qualité saluent les efforts de producteurs engagés, respectueux de leurs terroirs et qui participent à une gastronomie de qualité. Ainsi valorisés et soutenus par le Conseil départemental, l'agneau des Pyrénées, le porc noir de Bigorre, le bœuf gascon, le haricot tarbais, l'ail violet de Cadours... Label rouge, AOP (Appellation d'origine protégée), contribuent à une reconnaissance méritée.

- → agneaudespyrenees.com
- → noirdebigorre.com
- → gasconne.com
- → asso-haricot-tarbais.com
- → ail-violet-cadours.fr

Vive les circuits de proximité



Épaulés par le label Bienvenue à la ferme! et le Centre d'initiatives pour valoriser l'agriculture et le milieu rural (CIVAM), les producteurs du département peuvent valoriser leurs productions et assurer la vente au plus près du consommateur, à la ferme et sur les marchés de producteurs.

→ bienvenue-a-la-ferme.com

Photos haut de page : l'Ail Violet de Cadours. Les haricots tarbais.

> Photo ci-contre: Domaine de la Terrasse à Carbonne.

Biograneta

Dans cette ferme familiale, on cultive une approche saine de la vie et une production bio de céréales (blés, colza, lentilles, épeautre...) transformées de manière artisanale en farine, pâtes, huile. Vendues sur l'exploitation ou sur

Montan - 07 87 50 37 70 → biograneta.fr



L'agneau des Pyrénées.

AVIGNONET-LAURAGAIS

Chèvrerie de Bonifé

Nourries exclusivement aux pâturages, avec un complément de foin et céréales bios, les 50 chèvres alpines de cette ferme du Lauragais, produisent fromage et lait cru vendus sur place dans la cave de l'exploitation plantée en pleine nature. 06 87 10 95 18

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 350, Avignonnet-Lauragais (Mairie), (St-Brice).

VENEROUE Ferme des Matilous



lci, on produit bio! Légumes et petits fruits rouges (cassis, mures, framboises, caseilles), fraises et confitures issues des productions s'achètent à la ferme.

3200 Avenue du Mont Saint-Charles 06 88 55 80 72 → fermedesmatilous.fr

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 318, arrêt Venerque (Square du 11 nov), (Bacquié).





Balade en Lauragais.

LE FALGA Ferme de Montplaisir Bio

Hélène et Jérôme Delmas élèvent de belles volailles dans le Lauragais. Avec une alimentation produite à la ferme à partir de céréales AB et un élevage de longue durée en plein air, on connaît précisément le parcours des poulettes du producteur à l'assiette du consommateur!

Route de Toulouse - 07 82 99 38 62 → casiersfermiers.com/producteurs/

la-ferme-de-montplaisir

POUCHARRAMET Des Lys à la ferme

Volailles, brebis et chèvres, cochons laineux, lapins mais aussi œufs et légumes de saison sont disponibles à la ferme et sur les marchés de Rieumes et Savères.

Lieu-dit Les Magrères - 06 76 15 43 14 → deslysalaferme.fr

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 363, arrêt Poucharramet (Commanderie), (Nagut).



Récolte de la Mauve.

LATRAPE

Ferme laboratoire cosmétique Caméline

Sur les coteaux du Volvestre, Patricia Lariguet fabrique des soins pour la peau élaborés avec les plantes médicinales et aromatiques cultivées sur place et les matières premières de la campagne 100 % bio, locales et paysannes.

Lieu-dit Tokosson 05 61 87 86 76

→ cosmetiques-cameline.fr

BAX

Ferme bio de Cazertes

Rustique, vigoureux, calme et qui se nourrit en pâturage, le porc noir de Gascogne élevé par Stéphane Charbonneau (naisseur, éleveur, engraisseur, transformateur) s'épanouit entre coteaux du Volvestre et chaîne pyrénéenne. Élevage à visiter.

Rebessin de Carles - 06 18 25 74 05

→ fermedecazertes.fr

BOUSSAN

Ferme de Soubiane

Dans le vert Comminges, agneaux et porcs noirs gascons bios se nourrissent des aliments produits sur place (céréales, foin, paille, glands de chêne vert...) et vivent en plein air la majeure partie de l'année. L'exploitation se visite pour prendre la mesure d'un élevage respectueux des animaux et de la nature.

Scalete

06 60 04 36 66 → fermedesoubigne.fr

VALENTINE

Ferme de Prouzic

La ferme de Pierre et Bruno Téchené compte 50 vaches laitières qui produisent le lait pour fabriquer le lait cru, les yaourts et le fromage. Vente sur place, tous les jours, visite et dégustation sur rendez-vous.

Chemin de Prouzic - 06 89 10 51 08

→ bienvenue-a-la-ferme.com/occitanie/ haute-garonne/valentine/ferme/fermede-prouzic/136550

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 393, arrêt Valentin (Place Auriol), (Salle des Fêtes).

GÉNOS

Cité des abeilles

Miels de bruyère, de châtaignier, de tilleul, de fleurs, d'acacia, de romarin, d'oranger, de tournesol, de printemps mais aussi des gâteaux au miel, du savon naturel, des bougies, de la propolis... Un musée renseigne sur les traditions liées à l'apiculture et aux produits du travail des abeilles.

→ citedesabeilles.fr

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 393, arrêt Génos (Mairie).

Abeilles mellifères.

ANTIGNAC

Les viviers du Comminges

La pisciculture élève truites arc-en-ciel, truites fario et ombles de fontaine, profitant de la qualité des eaux du ruisseau du Barradé, dans un cadre verdoyant.

Ero Hierlo - 05 61 94 32 37
→ lesviviersducomminges.com

AURIAC-SUR-VENDINELLE Les moulins de Perrine

Les céréales du Lauragais (blé, seigle, épeautre, tournesol, colza) sont transformées sur meule de pierre et conservées sans additifs ni insecticides, conservant ainsi leurs éléments nutritifs et l'authenticité de leur goût.

Lieu-dit L'Hom - 05 61 83 45 51

 $\rightarrow lesmoulins deperrine.com \\$

Accès

Ferme de Prouzic.

Car liO Arc-en-ciel > 356, arrêt Auriac-sur-Vendinelle (Vendinelle).

VILLEMATIER

La ferme Cantegril

Comme leurs aïeuls depuis quatre générations, Pascale, Yves et Fabrice Esculié prendront plaisir à vous faire visiter leur élevage laitier, leur basse-cour et à vous faire goûter leur production de pêches nectarines en saison.

1953 Route de Vacquiers - 06 14 94 16 04 → ferme-cantegril.fr

O Accès

Car liO Arc-en-ciel > 352, arrêt Villematier (Mairie).



. 66.

42 GUIDE DESTINATIONS

LA HAUTE-GARONNE À DÉGUSTER 43



AVIGNONET-LAURAGAIS

La Maison de la Haute-Garonne

Toutes les saveurs de la Haute-Garonne sont réunies dans une boutique : produits du terroir (cassoulet, magret, confit de canards, violette de Toulouse, foie gras, ail AOP de Cadours, confitures, miels de pays, vins AOP de Fronton...) ainsi que l'artisanat local (textiles teints au pastel, bijoux, céramiques) avec une présentation du travail traditionnel des ébénistes d'art de Revel et des faïenciers de Martres-Tolosane. Ouverte 7j/7, horaires variables selon saison.

Aire de Port Lauragais - 05 61 81 69 46

- → hautegaronnetourisme.com/organisme/maison-de-la-haute-
- O Accès: Car liO Arc-en-ciel > 350, arrêt Avignonet-Lauragais (Mairie), (St-Brice).



Porcs noirs de Bigorre.

SAINT-FÉLIX-LAURAGAIS La ferme de Cabriole

Cette fromagerie transforme sur place le lait cru de ses chèvres et vaches. Des confitures produites avec les fruits du verger sont également disponibles à la vente.

Roubignol - 05 61 83 10 97

→ ferme-de-cabriole.com

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 357, arrêt Saint-Félix-Lauragais (Quartier St-Roch).

BRFTX

La ferme des cochons Bio

Eddy Georget élève en agriculture biologique et en plein air des porcs de race gasconne traditionnelle, Large white-Landrace et Duroc. Vente de viande fraîche. charcuterie, produits cuisinés et conserves.

La Houero - 05 61 85 97 10

→ bienvenue-a-la-ferme.com/occitanie/ haute-garonne/bretx/ferme/la-fermedes-cochons-bio/271745?

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 373, arrêt Bretx (Le Bouet).

BUZET-SUR-TARN

Les vergers de Notre-Dame

Vente directe de fruits de saison : pommes (20 variétés), cerises, abricots, pêches, fraises, fruits rouges, tomates (25 variétés), aubergines et tous les légumes du potager. La Baronne - 350, route de Mézens 05 61 58 36 78

Accès

Car Hop > 304, arrêt Buzet-sur-Tarn (Al Cros). Car liO Arc-en-ciel > 355, arrêt Buzet-sur-Tarn (Al Cros), (Sayers).

SAINT-JORY

Boffo Frères Horticulture

La visite quidée de leurs installations permettra de prendre conseils et de se régaler d'anecdotes sur les cultures et les soins à apporter aux plantes et orchidées...

39 Chemin de Perruguet - 05 61 35 86 92

→ orchidee-horticulture-boffo.com

Accès

Car liO Arc-en-ciel > 377, arrêt Saint-Jory (Gendarmerie), (Centre). ou > 372, arrêt Saint-Jory (Écluse), (Fabas).

ONDES

Les ruchers de Nicolas

Nicolas Pavan fait visiter son exploitation apicole et déguster ses différentes productions de miel.

- 48 rue de l'église 06 84 09 28 03
- → bienvenue-a-la-ferme.com/occitanie/ haute-garonne/ondes/ferme/les-ruchersde-nicolas/493077

Accès

Car Hop > 302, arrêt Ondes (Mairie).

Car liO Arc-en-ciel > 388, arrêt Ondes (Lycée agricole), (Mairie).

Les bonnes tables

Chefs confirmés ou en devenir et petits nouveaux qui bousculent les traditions, la liste est longue des maîtres de cuisine qui œuvrent au bonheur des papilles en Haute-Garonne. Petit tour d'horizon des tables étoilées du département...



Cassoulet

Avec Tables & Auberges de France



Près de 80 tables de la Haute-Garonne bénéficient du label Tables & Auberges tables Lauberges de France. Cette distinction valorise « la démarche

professionnelle, territoriale et patrimoniale pour promouvoir la gastronomie de terroir », allant de la grande table renommée à l'auberge rurale implantée au cœur de nos territoires.

→ tables-auberaes.com/hotelsrestaurants/31-haute-garonne/

Avec les Maîtres-Restaurateurs



Titre délivré par l'État. pour honorer les acteurs talentueux de la restauration française, le label de Maître-

Restaurateur valide et salue expérience professionnelle, cuisine élaborée à partir de produits frais intégrant les circuits courts, mise en avant du « Fait maison »...

→ hautegaronnetourisme.com/preparer/ manger-deguster

tables ¿auberges

tables dauberges

Restaurants étoilés

RESTAURANT MICHEL SARRAN

Deux étoiles au Michelin. 21, Boulevard Armand Duportal Toulouse 05 61 12 32 32

→ michel-sarran.com

O Accès: Métro B > Compans Caffarelli

LE PY-R

Deux étoiles au Michelin. 19, Descente de la Halle aux Poissons -Toulouse - 05 61 25 51 52

→ py-r.com

O Accès: Métro A > Esquirol.

Métro B > Carmes.

Ô SAVEURS

Une étoile au Michelin. 8, Place des Ormeaux - Rouffiac-Tolosan 05 34 27 10 11

→ o-saveurs.com

LE CÉNACLE

Une étoile au Michelin 46. Rue des Couteliers Toulouse 05 67 16 19 99

→ lacourdesconsuls.com

Accès : Métro A > Esquirol. Métro B > Carmes.

L'HÉDONE

Une étoile au Michelin. 2, Impasse Saint-Félix Toulouse 05 82 74 60 55

→ hedone-restaurant.fr

O Accès: Bus > L8, arrêt Lanfant.

O Accès: Bus > 68. arrêt Rouffiac Tolosan.

44 GUIDE DESTINATIONS LA HAUTE-GARONNE À DÉGUSTER 45



En marge.

La Table de Merville.

tables Lauberges

tables ¿auberges

EN MARGE

Une étoile au Michelin. Lieu dit Le Birol 1204, Route de Lacroix-Falgarde - Aureville 05 61 53 07 24

 \rightarrow restaurantenmarge.com/fr

LA TABLE DES MERVILLE

Une étoile au Michelin. 3, Place Pierre Richard Castanet-Tolosan 05 62 71 24 25

→ table-des-merville.com

• Accès : Bus > L6, arrêt Castanet République.

L'APARTÉ

Une étoile au Michelin. 21, Rue de l'Europe - Montrabé 05 34 26 43 44 tables L'auberges

 \rightarrow restaurant-laparte.fr

• Accès : Car liO Arc-en-ciel > 376, arrêt Montrabe (Mairie).

LE SEPT

Une étoile au Michelin. 7, Place Saint-Sernin Toulouse 05 62 30 05 30

Toulouse tables € auberges
05 62 30 05 30

→ restaurant-sept.fr

O Accès: Métro B > Jeanne d'Arc.

LES JARDINS DE L'OPÉRA

Une étoile au Michelin. 1, Place du Capitole - Toulouse 05 61 23 07 76 → lesjardinsdelopera.fr

Accès : Métro A > Capitole.

EN PLEINE NATURE

Une étoile au Michelin. 6, Place de la Mairie Quint-Fonsegrives 05 61 45 42 12



tables & auberges

→ en-pleine-nature.com

Accès: Bus > 84, arrêt Fonsegrives-Centre.

LA PROMENADE

Une étoile au Michelin. 2, Allée Jean-Jaurès - Verfeil 05 34 27 85 42

 $\rightarrow restaurant{-}la{-}promenade.fr$

• Accès : Car liO Arc-en-ciel > 376, arrêt Verfeil (Mairie).



L'Aparté.

Vignobles & Découvertes

Caves et domaines labellisés

CASTELNAU-D'ESTRÉTEFONDS

1 Domaine Saint-Guilhem

05 61 82 12 09

→ domainesaintguilhem.com

FRONTON

2 Cave de Fronton - Vinovalie 05 62 79 97 74 → cavedefronton.fr



3 Château Bellevue la Forêt 05 34 27 91 91

→ chateaubellevuelaforet.com

4 Château Cassin

05 61 82 93 29 **→ chateau-cassin.fr**



5 Domaine Le Roc

05 61 82 93 90 **→ leroc-fronton.com**

6 Maison des vins de Fronton

05 61 82 46 33 **→ vins-de-fronton.com**

⁷ La Cave Mouisset

Boutique autour du vin 09 84 53 25 51

→ cavemouisset.com



8 Château La Colombière 05 61 82 44 05

→ chateaulacolombiere.com

L'AOP Fronton labellisée « Vignobles & Découvertes »

Ce label national distingue les destinations proposant une offre complète, pour un séjour thématique centré sur le vin et la vigne. En assurant une qualité parfaite d'accueil, il donne également les clefs de compréhension de l'univers du vin et des hommes et femmes qui le produisent.

VACQUIERS

9 Château Plaisance

05 61 84 97 41 **→ chateau-plaisance.fr**



05 61 84 97 36

→ domaine-des-pradelles.com

VILLAUDRIC

11 Château Caze

05 61 82 92 70 **→ chateaucaze.com**

VILLEMATIER

12 Domaine Roumagnac

 $06~80~95~34~08 \hspace{0.1cm} \color{red} \hspace{0.1cm} \textbf{domaineroumagnac.fr}$

VILLENEUVE-LÈS-BOULOC

13 Château Clos Mignon

05 61 82 10 89 **→ closmignon.com**









Restaurants labellisés

GRENADE

14 La Croisée des saveurs

05 61 82 84 70

→ restaurant-croiseedessaveurs.com



tables & auberges

VILLEMUR-SUR-TARN

L'Étang d'Ô

05 61 09 02 38

 \rightarrow restaurantletangdo.fr

16 L'Alcôve

05 61 09 84 80 **→ restaurant-alcove.fr**



L'Étang d'O.



Activités labellisées

BOULOC **Équitation**

17 Écuries de l'Aurest / Cap Cheval

À 20 minutes de Toulouse en pleine nature, les écuries proposent des installations parfaitement aménagées pour le confort des cavaliers et des chevaux.

06 77 21 36 08 **→ cap-cheval.com**

• Accès : HOP > 301, arrêt Bouloc (Mairie).

Car liO Arc-en-ciel > 351, arrêt Bouloc (Mairie).

VILLEMUR-SUR-TARN

18 Per l'Aïga

L'association Per l'Aïga (« Pour l'eau » en Occitan) sensibilise à l'environnement et à l'activité nautique : le stand-up-paddle (à genoux ou debout sur une grande planche avec une pagaie) et le kayak serviront de moyen de locomotion sur le Tarn pour découvrir la faune, la flore qui peuplent ses berges.

4 ter Avenue Winston Churchill
06 49 71 99 30

• Accès : HOP > 301, arrêt Villemur-sur-Tarn (Place Saint-Jean), (Avenue Kennedy).

Car liO Arc-en-ciel > 351, arrêt Villemur-sur-Tarn (Place Saint-Jean), (Avenue Kennedy).



Balade à cheval dans le Frontonnais.

Des hébergements labellisés

Pour profiter pleinement d'un séjour dédié à la découverte du vin et de

la vigne, la qualité d'accueil des professionnels se juge également à travers celle de l'hébergement. De Castelnau-d'Estrétefonds (Domaine de Saint-Guilhem) à Villaudric (La Pandoule), en passant par Villemur-sur-Tarn (Le Pigeonnier), Villeneuve-lès-Bouloc (Le Clos d'Angages – Le Girou), meublés et gîtes mais aussi chambres d'hôtes en apporteront la preuve.

→ hautegaronnetourisme.com/des-emotionspour-de-vrai/haute-garonne-a-deguster/ vignobles/

Des bières et des vins à déguster*



Bières - La Bourdette.

Terrasse de la Biérataise.

La Biérataise

BÉRAT

Fabrique artisanale de bières blonde, à la figue, brune et blanche, à la violette de Toulouse et saisonnières. Brassage public une fois par mois ouvert à tous. 848 route de Poucharamet

05 62 14 71 05 → bierataise.com

O Accès : Car liO Arc-en-ciel > 364, Bérat (Mairie), (Cap Debat).

MONTAUBAN-DE-LUCHON Brasserie du Vénasque

Produites en Pays de Luchon, la Lynx (ambrée), la Louva (blanche), la Mouflon, la Bram's ou la Bourek (gamme classique) ainsi que les boissons gazeuses (limonade) font le bonheur de tous ceux qui les ont goûtées à l'ombre du pic du Vénasque!

06 37 15 46 72

→ brasserie-du-venasque.com

REVEL

Brasserie Bréquet

Inventifs, Lydia et Adrien, créent des bières artisanales biologiques, blondes, blanches (la Blondine, la Breguette, la Cass'pattes...) qu'ils fabriquent avec un houblon d'origine locale. 05 34 65 39 61

• Accès : Car liO Arc-en-ciel > 357 et 356, arrêt Revel (Claude Nougaro), (Lemmarsou).

POINTIS-INARD

Brasserie Moehau

Au pied du Cagire, la brasserie Moehau fabrique une gamme de quatre bières brassées grâce à des céréales françaises et des houblons internationaux.

2 bis Rue des Cèdres - 09 86 30 71 12

• Accès: Car liO Arc-en-ciel > 397, arrêt Pointis-Inard (Église), (Rouère).

GAILLAC-TOULZA

Brasserie La Bourdette

Unique en Haute-Garonne, visite d'une micro-malterie et micro-brasserie. Dégustations/ventes sur place. Entrée gratuite

La Bourdette de Saint-Julien 06 84 82 71 61

→ labierebio.fr

O Accès : Car liO Arc-en-ciel > 319, arrêt Gaillac-Toulza (Mairie).

SEPX

Brasserie La Commingeoise

Bières bio certifiées Écocert - Nature et Progrès.

Domaine du Cap 05 61 98 65 44

* À consommer avec modération.

48 GUIDE DESTINATIONS vignobles/



Vendanges.

BEAUMONT-SUR-LÈZE Domaine de Ribonnet

Une gamme de vins biologiques rouge, rosé, blanc au cœur du sud-ouest toulousain. La cuvée Syrah 2017, élevée en fût de chêne, a été sélectionnée dans le Guide Hachette des vins 2020 et distinguée d'une étoile.

716, Chemin du château de Ribonnet 05 61 08 71 02 → vin-ribonnet.com

• Accès : Car liO Arc-en-ciel > 358, arrêt Beaumont-Sur-Lèze (Vignoles).

LAVELANET-DE-COMMINGES Domaine de Cadeillac

Bertrand Henry veille à la perpétuation du domaine familial avec la recherche du goût et de la qualité comme exigence, le vigneron élève des vins rouges et rosés en biologique.

06 73 73 36 52 → bertrand-henry-vigneron.fr

• Accès : Car liO Arc-en-ciel > 379, arrêt Lavelanet-De-Comminges (Tachoire), (Château d'Eau).

D'autres visites et activités en Haute-Garonne



Château de Laréole.

Craman Lagarde

REVEL

comprendre ces métiers.

05 34 66 43 44 43 - Pas de visite de l'atelier.

• Accès : Car liO Arc-en-ciel > 356 et 357, arrêt Revel (Claude Nougaro) (Lemmarsou).

Les Entreprises

Le département de la Haute-Garonne

du patrimoine vivant (EPV). Certains

compte sept sociétés labellisées Entreprise

ateliers se visitent et permettent de mieux

du patrimoine vivant

TOULOUSE

Le Ludion

05 61 57 37 22 → leludion.fr

GRÉPIAC

Briqueterie Capelle

05 61 08 52 75 → briqueteriecapelle.fr

• Accès : Car liO Arc-en-ciel > 318, arrêt Grépiac (Gaillard-Tournié), (Mairie).

BESSIÈRES

L'Arçonnerie française

05 61 84 64 74 → arconnerie-francaise.com

• Accès : Car HOP > 304, arrêt Bessières (Le Triangle), (Esplanade).

SAINTE-FOY-D'AIGREFEUILLE

Empreinte

05 62 18 83 33 **→ empreinte-sign.com**

SALLES-ET-PRATVIEL

Chocolaterie Dardenne

05 61 79 69 65 → chocolatdardenne.com

19 Château de Laréole

Fleuron de la Renaissance, bâti à partir de 1579, ce splendide édifice à la polychromie singulière est entouré d'un parc à la française. Le lieu, propriété du Conseil départemental de la Haute-Garonne, est classé Monument historique et accueille chaque été une programmation culturelle dans le cadre du festival 31 Notes d'été.

05 61 06 33 58

- → hautegaronnetourisme.com/le-chateau-de-lareole
- Accès : Car liO Arc-en-ciel > 373, arrêt Lareole (Château).



20 Labyrinthe et château de Merville

À proximité de Toulouse, la famille de Beaumont veille à animer ce lieu atypique où petits et grands prendront plaisir à se perdre! Avec ses 6 kilomètres d'allées ombragées par une grande chênaie et un château splendide, les énigmes

Jardin du château

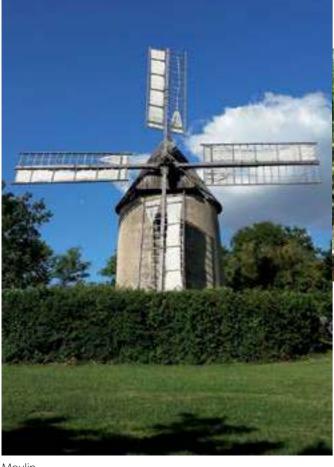
de Merville.

et recherches se multiplient pour mieux surprendre les visiteurs! 05 61 85 32 34

→ labyrinthedemerville.com

• Accès : Car liO Arc-en-ciel > 362 : arrêt Merville (Lapeyre), (Mairie).

50 GUIDE DESTINATIONS 51



Moulin de Brignemont.

21 Moulin de Brignemont

Bâti en 1740 en briques toulousaines recouvert de chaux aérienne et planté en plein pays gascon, ce joli moulin produit à nouveau de la farine et se prête à une visite pour mieux comprendre son fonctionnement et son histoire. 05 63 02 10 00

→ moulindebrignemont.com

Les jardins

Les parcs classiques à la française du château de Rochemontès à Seilh et du château de Saint-Geniès-Bellevue ravissent les sens et entraînent dans le passé : leur beauté est à couper le souffle ! Le premier est constitué d'un ensemble de bâtiments datant des XVIIe et XVIIIe siècles entouré d'un parc de 9 ha. Le second, du XVI^e siècle demeure le témoin de l'époque de la Renaissance dans la région.

22 Château de Saint-Genies-Bellevue > 05 61 74 26 45



23 Château de Rochemontès

→ rochemontes.com/chateau-derochemontes

O Accès: Car liO Arc-en-ciel > 354. arrêt Saint-Genies-Bellevue (Centre).

Car liO Arc-en-ciel > 388, arrêt Seilh (Ferral Bayes), (L'Aussonnelle), (Les Tricheries).

LE BURGAUD 24 Animaparc



À la fois parc

d'attractions, parc animalier et parc dinosaures, Animaparc place la fête au centre de ses préoccupations : des manèges, des gonflables, des jeux interactifs, des dinosaures plus vrais que nature, des attractions (traversée du Far West en train, les chutes du Niagara, le bateau pirate...). À 40 mn à peine de Toulouse, près de Grenade-sur-Garonne. 05 62 79 37 01

→ animaparc.com

25 Musée de Cox

Près de Cadours, dans une authentique maison de potier transformée en lieu de transmission et de mémoire, le musée de Cox retrace des siècles d'histoire de ce territoire d'argile, de forêts et d'eau qui ont favorisé l'implantation de cette activité qui a fait vivre plus de 60 % de la population.

05 62 13 70 31

→ museecox.fr



Lac du Laragou.

CASTELMAUROU

²⁶ Natura Game

Au milieu d'une vaste forêt de 44 ha située à 20 minutes à peine de Toulouse, un accrobranche accessible dès l'âge de 2 ans ainsi qu'une activité de paintball à partir de 10 ans. Toute la famille peut profiter de la visite et prendre le temps d'un pique-nique et d'une journée qui réjouira petits et grands!

05 61 70 80 00

→ natura-game.fr

CLERMONT-LE-FORT 27 Granhota

Du canoë-kayak ludique et de détente en location ou avec moniteur aux portes de Toulouse! Plusieurs parcours sur la Garonne pour quelques heures ou 1 journée en toute sécurtié.

Base nautique La riverotte 31810 Clermont-le-Fort 09 81 00 25 05 **→ granhota.fr**

VERFEIL

28 Lac du Laragou

Ce lac de pêche 2^e catégorie de 44 hectares est aujourd'hui dédié aux activités nautiques : voile et aviron, et modélisme naval pour les enfants. Après en avoir effectué le tour (4,8 km), la guinquette toute proche accueillera les marcheurs assoiffés!

Trails

En avril depuis 10 ans au départ de Saint-Paul-sur-Save, le running trail « Entre Save et Galop » attire les (nombreux) fondus de course pour se dépasser sur cinq parcours dont quatre courses de 8 à 32 kilomètres, une marche nordique et des épreuves pour enfants.

En septembre, les mêmes se retrouvent à Galembrun pour le trail du Marguestaud (la rivière locale) composé de trois parcours, d'une randonnée pédestre et d'une marche nordique.

52 GUIDE DESTINATIONS LA HAUTE-GARONNE À DÉGUSTER 53



Pique-nique dans les vignes de Fronton. Halle de Grenade.

Informations *touristiques*

29 FRONTON

Office de tourisme du vignoble de Fronton 140 Allée du Château 31620 Fronton 05 61 74 80 69

→ vins-de-fronton.com

30 GRAGNAGUE

Office de tourisme intercommunal des Coteaux du Girou 05 34 27 45 73

→ tourisme@coteauxdugirou.fr

31 GRENADE

Office de tourisme des Hauts-Tolosans 38 Rue Victor Hugo - 31330 Grenade 05 61 82 93 85

→ tourisme.hautstolosans.fr

32 LARÉOLE Château de Laréole 31480 Laréole

05 61 06 33 58

→ hautegaronnetourisme.com/ organisme/chateau-de-lareole

33 VILLEMUR-SUR-TARN

Office de tourisme Val Aïgo 1 Place Charles Ourgaut 31340 Villemur-sur-Tarn 05 34 27 97 40

→ tourisme-valaigo.fr



Pour compléter ce guide pratique, partez à la découverte de la **Haute-Garonne secrète**

avec nos 31 idées de circuits Découverte!

Vivez intensément nos secrets et baladez-vous pour mieux connaître ce magnifique cadre de vie que nous vous proposons de découvrir en voiture, à pied ou en vélo... À très vite en Haute-Garonne.



à retirer dans nos sites et Offices de tourisme















54 GUIDE DESTINATIONS **GUIDE DESTINATIONS 55**

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





PAR LA ROUTE

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

Autoroute du Sud de la France 08 36 68 09 79

Centre d'informations routières du sud-ouest

05 56 96 33 33



Balade à vélo le long du canal du Midi.

Balade dans les Pyrénées.



GARE DE TOULOUSE MATABIAU

64 boulevard Pierre Sémard - 31000 Toulouse Infos: 08 36 35 35 35

→ sncf.fr ou → oui.sncf/

Renseignements: 05 61 10 17 10



EN BUS

GARE ROUTIÈRE

68 boulevard Pierre Sémard 31000 Toulouse - 05 61 61 67 67

Le réseau liO Arc-En-Ciel

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

- → haute-garonne.fr/proximite/au-quotidien/ reseau-des-cars-arc-en-ciel
- De nombreuses compagnies desservent Toulouse en bus:
- Ouibus
- Flixbus
- Eurolines



VTT du côté d'Aspet.



AÉROPORT INTERNATIONAL TOULOUSE-BLAGNAC

Infos vols - compagnies aériennes - parcs autos 0 825 380 000 → toulouse.aeroport.fr

Navette aéroport Flybus - niveau Arrivée,

Un départ toutes les 20 minutes entre l'aéroport et Toulouse, avec quatre arrêts **centre ville :** le Centre de Congrès Pierre Baudis Compans Caffarelli - la Place Jeanne d'Arc les Allées Jean-Jaurès - et terminus à la gare routière (a côté de la gare Matabiau SNCF).

05 61 41 70 70 → tisseo.fr

TAXIS

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

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

Un seul numéro pour toutes les compagnies : 05 61 30 02 54





Des rencontres, des coups de cœur des lieux secrets des anecdotes insolites.



56 GUIDE DESTINATIONS **GUIDE DESTINATIONS 57**

IDÉES SÉJOURS,

Haute-Garonne Tourisme à votre service

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

- > Réservation de locations de vacances, séjours insolites, activités.
- > Pour les individuels et groupes.
- > Hébergements **labellisés** (Gîtes de France®, Clévacances).
- > Avis clients certifiés.
- > + de 25 ans d'expertise.
- > Suivi **qualité** clients.

Des interlocuteurs privilégiés avant, pendant et après votre séjour.

> hautegaronnetourisme.com/je-reserve





Toutes les occasions sont bonnes pour offrir un chèque-cadeau Haute-Garonne Tourisme!



Offrez une escapade en Haute-Garonne.

Chèque cadeau valable sur tous les séjours et activités vendus par Haute-Garonne Tourisme.

Comité de rédaction: J. Micoud, P.Alquier, C. Di Meglio. Crédits photos: CDT31/M.Huynh, L. Bel, M. Barbaresco, F. Scheiber, J. Damase. Pyrénées Hô, Tepacap, Cité de l'espace, Village Gaulois, Aéroscopia, Natura Game, Balcon des étoiles, P. Lombarte, P. Soissons, OT Nailloux, OT Villemur, La Halle de la Machine, Saint-Gaudens, Aspet, Luchon, Mairie Rieux-Volvestre, Stade Toulouscin Rugby, Terre de Pastel, Cameline, Animaparc, CRT/P. Thébault, CRT/DViet, CD31/A. Ferreira, Mairie de Grenade, J. Diab (jdroadtrip.tv), L. Bousquet/OTICoteaux du Girou, Brasserie La Bourdette, P. Nin - Mairie de Toulouse, A. Gayral, BlogDeBeauxLentsDemains, D. Vienne. Photos non retouchées. Cartographie: CEkoumène.
Édition 2020/2021. Impression: Ménard imprimerie à Labège (31). Création graphique: Christine Lavergne





HAUTE-GARONNE TOURISME

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

NOS SERVICES

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



ESPACE TOURISME

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

MAISON DE LA HAUTE-GARONNE

Port-Lauragais à Avignonet-Lauragais

05 61 81 41 03

Ouvert toute l'année, 7j/7. De 10h-17h à 9h-19h, selon saison.

LES OLIVÉTAINS

à Saint-Bertrand-de-Comminges

05 61 95 44 44

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

CHÂTEAU DE LARÉOLE

05 61 06 33 58

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

hautegaronnetourisme.com







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





