

01 ARIÈGE
La cascade d'Ars

10 km, Moyen, 3h30, 663 m, Aulus-les-Bains, Non (A/R)

A 33 km au sud-est de Saint-Giron, par la D618, la D3 et la D32. Transports : Bus LIO n°457

Devant l'office de tourisme, gratuit

Jaune, Blanc/rouge

Cette balade au cœur du PNR des Pyrénées Ariégeoises vous conduit au pied d'une des plus belles cascades des Pyrénées, que le Comte de Rassel, pyrénéiste renommé, plaçait en tête de toutes ses rivales.

42.78743, 1.33807

02 ARIÈGE
Le Mas d'Azil

15 km, Très facile, 1h, 95 m, Le Mas d'Azil, Oui

A 80 km au sud de Toulouse, par l'A64, la D628 puis la D119

Parking de la grotte du Mas d'Azil, gratuit

Jaune

Une petite balade pour découvrir féeriquement grotte du Mas d'Azil. Des cabanes en pierre sèche et des sculptures naturelles. Idéal pour les petits et grands.

43.06796, 1.35548

03 ARIÈGE
Pic Saint Barthélémy

13,5 km, Difficile, 6h30, 1450 m, Montferrier, Non (A/R)

A 71 km au sud-ouest de Carcassonne, par la D119, la D625 et la D9 puis la D909

Parking en contrebas du Lac de Moulouzeau, gratuit

Jaune

Superbe belvédère sur toute la partie orientale de la chaîne des Pyrénées.

42.86037, 1.793781

04 ARIÈGE
Pic du Tarbésou

11,3 km, Moyen, 5h, 716 m, Ascou Col de Pailhères, Oui

A 20 km à l'est d'Ax-les-Thermes, par la D613 et la D25

Au Col de Pailhères, gratuit

Jaune, Blanc/rouge

Cette randonnée, où vous rencontrerez isards et marmottes, représente l'un des plus beaux circuits panoramiques d'Ariège. Sert de cinq étangs, le Pic du Tarbésou est un magnifique belvédère!

42.70159, 1.98871

05 ARIÈGE
Les terrasses du Pech

5,4 km, Moyen, 2h, 226 m, Foix, Non (A/R)

A 87 km au sud de Toulouse, par l'A61, l'A66 et la N20. Transports : TER Toulouse - Foix

Care SNCF, gratuit

Jaune, Blanc/rouge

Prenez de la hauteur pour accéder à l'une des plus belles vues sur le château et la ville de Foix! Ce sentier en terrasse est aussi l'occasion de découvrir l'intense vie agricole du XIXème siècle.

42.96623, 1.60969

06 AUDE
Termes l'Imprenable

5,7 km, Moyen, 3h, 487 m, Termes, Oui

A 40 km de Lézignan-Corbilières par la D212

Près du grand pont, gratuit

Jaune

L'histoire du plus long siège féodal, durant la croisade des albigeois, se dévoile lors de cette balade autour du Château de Termes. D'ambulez dans les jolies ruelles du village et dans les gorges du Termet.

43.0109782, 2.55615

07 AUDE
La cascade de Cubserviers

16 km, Difficile, 5h, 700 m, Roquefère, Oui

A 25 km de Carcassonne par la D101

Départ des randonneurs de Roquefère, situé avant de rentrer dans le village.

Jaune

Cette rando propose de découvrir trois petits villages pittoresques en pierre de schiste dans le Haut-Cabardès en Motagne Noire : Roquefère, Cubserviers et Lataide Espartacienne.

43.574598, 2.388276

08 AUDE
Le Labyrinthe Vert

5,5 km, Facile, 3h, 100 m, Nébias, Oui

A 34 km de Limoux par la D118. Transports : Bus LIO 402 depuis Carcassonne jusqu'à Quillan puis Bus LIO 409 jusqu'à Nébias

Allée de la Chapelle, gratuit

Jaune

Sillonnant la forêt «magique» de Nébias, cette balade enchantée invite à être acteur d'un conte fantastique. A découvrir : le sapin harpe, le chêne pouille, le grand lapiaz et le labyrinthe vert!

42.89715, 2.11463

09 AUDE
Le sentier sculptural de Mayronnes

5 km, Moyen, 2h30, 135 m, Mayronnes, Oui

A 34 km de Carcassonne par la D3

Jaune

Il souffle un vent créatif au cœur des Corbières! Cette balade en pleine nature invite à la découverte de sculptures contemporaines fascinantes... Un musée d'art à ciel ouvert, entre vignes et garigues.

43.055033, 2.529642

Destination Occitanie
Comité Régional du Tourisme et des Loisirs
voilage-occitanie.com

SITE DE MONTPELLIER (SIECE)
64, rue Alcyon - CS 79407 - F-34500 Montpellier Cedex 2

SITE DE TOULOUSE
15 rue Rivats - CS 78545 - F-31665 Toulouse Cedex 6

QR code

#VOYAGEOCCITANIE

Realisé avec le partenariat des Comités départementaux et Agences départementales du Tourisme de la Région Occitanie

10 AUDE
L'Etang du Douil

5,5 km, Facile, 1h40, 95 m, Peyriac-de-Mer, Oui

A 13 km de Narbonne par la D6009

Transports : Citibus depuis la Gare de Narbonne

Etang de la Saline, gratuit

Jaune

Au cœur du Parc Naturel Régional de la Narbonnaise, dans un site lagunaire apaisant, cette balade sur une passerelle en bois au-dessus de l'eau, offre des points de vue remarquables sur une ancienne saline.

43.08898, 2.95957

11 AVEYRON
Le Viaduc de Millau

10,5 km, Moyen, 3h, 280 m, Creissels, Oui

A 6 km au sud-est de Millau, par la D992, puis la route de Brunas

Site de vol libre de Brunas, gratuit

Jaune

Depuis les falaises du Larzac occidental, une vue plongeante sur l'un des ouvrages d'art les plus célèbres au monde, le viaduc multiautourant, dessiné par l'architecte britannique Norman Foster.

44.071916, 3.603748

12 AVEYRON
Les châtaigniers

12 km, Moyen, 3h30, 705 m, Najac, Oui

A 22 km au sud de Villefranche-de-Rouergue, par la 922, puis la D09. Transports : Care SNCF en bas du village, ligne Toulouse-Aurillac

Place del Sol del Barry en haut du Village

Jaune

Un sentier aux paysages variés. Première moitié de la randonnée sur les hauteurs de Najac et retour à l'ombre en longeant l'Aveyron, idéal lorsqu'il fait chaud. Plusieurs curiosités tout au long du circuit.

44.22081, 1.98359

13 AVEYRON
La Chapelle Ste-Foy-de-Conques

7,5 km, Moyen, 2h15, 360 m, Conques, Oui

A 38 km au nord-ouest de Rodez par la D901

Faubourg de Conques, en bordure de la D901 direction Carnat-Vabre

Compostelle par Arie

Jaune

Cette balade sera l'occasion de découvrir Conques (un des « Plus Beaux Villages de France ») étape du chemin de Compostelle, son trésor, son abbaye Sainte-Foy et la lumière des vitraux de Pierre Soulages.

44.59876, 2.39287

Pour votre sécurité

JE CONSULTÉ LA MÉTÉO **JE METS DE BONNES CHAUSSURES**

JE VÉRIFIÉ MON SAC **JE RAMÈNE MES DÉCHETS**

Pour alerter les secours 112

Certaines balades ou randonnées empruntent des routes départementales, soyez vigilants et respectez le Code de la route.

GR 7 Des Vosges aux Pyrénées / La Traversée du Massif Central par les Parcs

GR 10 La Grande Traversée des Pyrénées

GR 36 Normandie - Pyrénées Catalanes

GR 65 Compostelle par le Puy

GR 70 Le Chemin de Stevenson

GR 71/2 Tour du Larzac, Templier-Hospitalier

GR 78 Le Chemin des Piémonts

GR 107 Le Chemin des Bonshommes

GR 367 Sentier Cathare

GR 653 Compostelle par Arie

GR 861 Via Garona

Le Chemin de St-Guilhem-le-Désert (GR 653-GR 653A-GR 653B-GR 653C-GR 653D-GR 653E-GR 653F-GR 653G-GR 653H-GR 653I-GR 653J-GR 653K-GR 653L-GR 653M-GR 653N-GR 653O-GR 653P-GR 653Q-GR 653R-GR 653S-GR 653T-GR 653U-GR 653V-GR 653W-GR 653X-GR 653Y-GR 653Z)

GR 653: GR de Pays et les massifs de Couslès, Blancpuy et jumeau ouest sont des itinéraires proposés par la FF Randonnée. N'ont pas à être utilisés sans autorisation de la FF Randonnée. Pour plus d'informations sur les GR® : www.vomgr.fr

16 GARD
Les Gorges du Gardon

121 km, Moyen, 4h, 347 m, Russan, Oui

A 19 km au nord de Nîmes, par la N106 et la D418

Plateau de St. Nicolas

Après une montée dans les châtaigniers, une vue exceptionnelle sur le célèbre aqueduc romain, classé au Patrimoine mondial par l'UNESCO. Dans ce pays de châteaux et de garrigues, remontez le fil de l'eau... et de l'histoire.

43.93501, 4.32169

19 GARD
Le Pont Moutonnier

11,1 km, Moyen, 3h30, 687 m, Puech Sigal, Oui

A 22 km au nord-est de Vigan, par les D999, D986 et D523 et DISZA

Dans le hameau

Jaune

Après une montée dans les châtaigniers, une vue extraordinaire s'offre à vous. La randonnée se poursuit en cèdre sur une voie de transhumance, puis par la découverte du Pont Moutonnier et d'une forêt de châtaignes.

44.080496, 3.639566

20 GARD
Les 4000 marches

23,8 km, Difficile, 8h, 1426 m, Valleraugue, Oui

A 23 km au nord de Vigan, par les D999 et D986

Devant l'Office de Tourisme de Valleraugue

Aire de stationnement : « Lou Cassou », derrière le stade de rugby

Jaune

Un paysage de coteaux où domine la vigne, relie Larressingle la médiévale, à Condom, ancien évêché dont la cathédrale et le cloître témoignent de l'importance et du prestige des évêques comme Bossuet.

43.957831, 3.032555

21 GERS
Le château des Evêques

16 km, Moyen, 3h30, 105 m, Condom, Oui

A 43 km d'Auch, par la D930 direction Agen. Transports : bus LIO 951

Aire de stationnement : « Lou Cassou », derrière le stade de rugby

Jaune

Un paysage de coteaux où domine la vigne, relie Larressingle la médiévale, à Condom, ancien évêché dont la cathédrale et le cloître témoignent de l'importance et du prestige des évêques comme Bossuet.

43.957831, 3.032555

22 GERS
Le circuit des Orchidées

14 km, Moyen, 3h, 110 m, Simorre, Oui

A 70 km de Toulouse, direction Auch, par la N124, la D634/D632, puis la D129

Foillat

Jaune

Le chemin s'élève vers les collines de l'Atatac, entre le bois d'Aquin et le vignoble de la vallée de l'Arize. A découvrir : l'église fortifiée, la vallée de la Lauze et le musée de la paysannerie.

43.449874, 0.73395

23 GERS
Le château de Lavardens

10 km, Facile, 3h, 90 m, Lavardens, Oui

A 20 km au nord-ouest d'Auch, par la D930 puis la D103

Place de l'Église

Jaune

Arpentant les collines qui entourent le village perché de Lavardens, le randonneur découvre à tout moment le château sur son promontoire rocheux. A voir aussi : la Chapelle Sainte-Marie et d'anciens moulins.

43.760921, 0.51797

24 GERS
Lomagne Médiévale

20 km, Moyen, 5h, 118 m, Lectoure, Oui

A 37 km d'Auch, par la N124 direction Agen

A pied de la Tour du Bourreau

Jaune

Sur les traces du passé, ce circuit permet une approche de l'architecture nobiliaire, à travers les sites de Lesquère, Casteln, Pibrac, Artorn. A découvrir aussi : la cathédrale et les bois de Lectoure.

43.932181, 0.623246

25 GERS
Les coteaux de Marciac

13 km, Moyen, 3h45, 90 m, Marciac, Oui

A 40 km au nord de Tarbes, par la D935, puis la D943

Château de chevalier d'Antes

Jaune

De nombreux chemins de crêtes dévoilent tour à tour Marciac, capitale du Javz, et ses deux clochers sous différents angles. A travers des paysages variés et enchanteurs, les vallées se dessinent...

43.525109, 0.161566

26 HAUTE-GARONNE

La boucle de Menville

9,77 km 2h 165 m Menville
Très facile Oui

A 28 km au Toulouse, par la N124 et la D24
Parking de l'église
Jaune

Diversité de paysages pour cette randonnée partant des bords de la Saave et grimpan dans le Bois de Cayron.

43.676224, 1.192309

HAUTS TOULOUSAIN 05 61 91 53 82

27 HAUTE-GARONNE

Le chemin de Laréole

9,97 km 3h10 92 m Laréole
Facile Oui

A 59 km au nord-ouest de Toulouse par l'A620, la N224, la D29 et la D41
Parking du château
Jaune

Cette randonnée facile propose de splendides points de vue sur le Château de Laréole, construit au XVème siècle, et son parc arboré.

43.737681, 1.023053

HAUTS TOULOUSAIN 05 61 91 53 82

28 HAUTE-GARONNE

Estives et vieux villages

15 km 6h 990 m Gavarbie de Luchon
Difficile Oui

A 10 km au nord de Luchon, par la D125 et la D27A
Dans le village
Jaune

Cette randonnée offre de magnifiques points de vue sur les sommets émergés du Luchonnais.

42.829634, 0.630146

PYRÉNÉES 31 05 61 79 91 21

29 HAUTE-GARONNE

Saint-Bertrand-de-Comminges

6 km 2h30 160 m Saint-Bertrand-de-Comminges
Facile Oui

A 115 km au sud-ouest de Toulouse, par les N125 et D26
Au bas de la colline
Jaune

Randonnée facile autour d'un des plus beaux villages de France sur les pas des papes de Saint-Jacques-de-Compostelle. A découvrir : la basilique Saint-Just-de-Valcabrière et la cathédrale Sainte-Marie.

43.029168, 0.573131

PYRÉNÉES 31 05 61 79 91 21

30 HAUTES-PYRÉNÉES

Le Cirque de Gavarnie

93 km 3h30 450 m Gavarnie
Moyen Oui

A 20 km au sud de Luz-Saint-Sauveur par la D921
Au départ du sentier, payant
Panneaux directionnels

Empruntant un superbe chemin en corniche, ce circuit vous fera découvrir autrement ce site exceptionnel. Le massif de Gavarnie - Mont Perdu est classé au Patrimoine mondial de l'Unesco.

42.754927, 0.010223

VALLEES DE GAVARNIE 05 62 62 92 49 10

31 HAUTES-PYRÉNÉES

Le lac de Gaube

5 km 2h30 270 m Cauterets
Facile Non (A/R)

A 8 km au sud-ouest de Cauterets par la D920
Point d'Espagne, payant
Panneaux directionnels

Dans son écrin montagnard, le lac de Gaube figure parmi les plus beaux lacs des Pyrénées. De sa rive, un aperçu de la face nord du Vignemale, plus haut sommet des Pyrénées françaises (3298 m).

42.851816, 0.136405

CAUTERETS 05 62 92 99 93 52

32 HAUTES-PYRÉNÉES

Les courtaous de Payolle

7,7 km 3h 240 m Arignan (Payolle)
Facile Oui

A 7 km au sud-est de Sainte-Marie-de-Campan par la D15
Au départ du sentier, gratuit

Alternant entre pâturages et hêtres, cet itinéraire s'articule autour du torrent de la Caoubie. Des vestiges de courtaous rappellent l'intense activité pastorale d'autrefois.

42.849781, 0.250608

PYRÉNÉES 05 62 99 93 53

33 HAUTES-PYRÉNÉES

Les lacs du Néouvielle

9,5 km 3h45 530 m Aragnouet
Moyen Oui

A 2,4 km à l'ouest du hameau de Fabian par la D929
Possibilité de monter en raquette jusqu'aux lacs d'Aubert et Aumar
Au départ du sentier, payant

Blanc/rouge, panneaux directionnels
Un majestueux paysage lacustre de haute montagne, qui semble un jardin, où s'entremêlent les roches granitiques, les modeste et les pins à crochets qui poussent ici à des altitudes records.

42.827568, 0.163636

PIAU ENGLAY 05 62 91 61 61

34 HAUTES-PYRÉNÉES

La Haute Vallée du Louron

10 km 3h30 456 m Gènes
Moyen Non (A/R)

A 10 km au sud de Louderville par la D725
Pont de Prat, gratuit
Panneaux directionnels

Ce sentier, qui surplombe les gorges de Clarabide, donne accès à un véritable sanctuaire pour la faune et la flore. Il serpente jusqu'au refuge de la Soula, spot idéal pour une casse-croûte au soleil.

42.745257, 0.409468

PYRÉNÉES 05 62 99 93 53

35 HÉRAULT

La Cité de Minerve

9 km 3h30 456 m Minerve
Moyen Oui

A 110 km à l'ouest de Montpellier par l'A9 (sortie Béziers) jusqu'à l'Est. D11, D5, D67 et D907
Parking visiteurs à l'entrée du village
Jaune

Dans ce circuit, autour de Minerve, tout y est ! Les points naturels de la Cesse, la garigue, les passages aériens des gorges du Brian et, bien sûr, les rues pavées de la cité.

43.55963, 2.743466

MINERVE 05 62 91 61 61

36 HÉRAULT

Les Aresquiers

9 km 3h 17 m Vic-la-Cardiole
Facile Oui

A 18 km au sud-ouest de Montpellier par les N112 et D14
Sur la droite de la D14, 3 km au sud de Vic-la-Cardiole
Parking des Aresquiers
Jaune

Cette balade dépayante longe l'un des plus grands espaces protégés du littoral. Après avoir côtoyé les flamants roses, l'itinéraire s'enfonce dans une remarquable pinède emplit d'odeurs.

43.466404, 3.814431

ARCHIFEL 04 67 45 23 02

37 HÉRAULT

Les Fenestrettes

10 km 3h30 715 m Saint-Culhem-le-Désert
Moyen Oui

A 47 km au nord-ouest de Montpellier par l'A750, puis les D52, D27 et D4
Dans le village (payant) ou Maison du Grand Site - navette gratuite en saison
Jaune

Une balade surprenante dans le Cirque de l'Infernet, puis par les Fenestrettes : cet étonnant chemin fu construit par les moines de Saint-Culhem, en encaissement au-dessus du vide.

43.73407, 3.54881

SAINTE-CULHEM-LE-DÉSERT 04 67 95 08 79

38 HÉRAULT

Le Cirque de Mourèze

7,5 km 3h 422 m Mourèze
Moyen Oui

A 50 km à l'ouest de Montpellier par l'A750, D908 (le Saint-André-de-Sargonsis), D8 (après Clermont (Hérault))
A l'entrée du hameau de Navacelles
Jaune

Dominé par la barre rocheuse du Mont Lausson, découvrez un paysage digne d'un conte de fées où la dolomie propose de véritables sculptures naturelles dans un chaos de roches dressées.

43.61758, 3.3560749

GRAND-ORR 04 67 95 08 79

39 HÉRAULT

Le Cirque de Navacelles et les moulins de la Foux

10 km 3h30 167 m Saint-Maurice Navacelles
Moyen Oui

A 70 km au nord de Montpellier par l'A750 (sortie S8) puis les D4, D9 (Col du Vent), D25 et D150
A l'entrée du hameau de Navacelles
Jaune

Un circuit partant de Cahors pour rallier le Mont St-Cyr, offrant de très beaux panoramas sur Cahors et les alentours.

43.849931, 3.511587

LODOVES 04 68 02 42 44

40 LOT

Le Mont Saint-Cyr

6 km 2h 190 m Cahors
Moyen Oui

Départ de Cahors
Parking St Georges, au bord du Lot
Jaune

Un circuit partant de Cahors pour rallier le Mont St-Cyr, offrant de très beaux panoramas sur Cahors et les alentours.

44.440189, 1.441519

VALLEES DU LOT 05 63 52 61 61



41 LOT

Des Rochers et des Hommes

7,6 km 3h 237 m Saint-Sozy
Moyen Oui

A 10 km à l'est de Souillac, par la D703 puis la D15
Devant l'église
Jaune

A ne pas manquer pour la superbe vue panoramique sur la vallée de la Dordogne, entre le Causse de Martel et celui de Crémant.

44.881017, 0.565196

DE LA DOYONNE VALLEE 05 63 52 61 61

42 LOT

La reculée d'Autoire

5,6 km 2h30 239 m Autoire
Moyen Oui

A 8 km à l'ouest de St-Céré, par la D675 puis la D58
Parking de la cascade (dans le bourg), payant
Jaune

Un site exceptionnel dominé par de hautes falaises calcaires, abritant un château des Anglais et une belle cascade.

44.853607, 1.820711

DE LA DOYONNE VALLEE 05 63 52 61 61

43 LOT

Les cazelles de Marcilhac

6,7 km 2h 75 m Marcilhac-sur-Célé
Facile Oui

A 14 km au nord-ouest de Cajarc par la D17
Parking de la grotte de Bellevue
Jaune

Tout au long de l'itinéraire, dans un Espace Naturel Sensible, des cabanes en pierre sèches, emblématiques de la région : témoignage de savoir-faire ancestraux, évoquant un haut degré de technicité.

44.5596, 1.76426

GRAND PISGARD 05 63 54 08 25

44 LOT

Sur les traces d'André Breton

8,5 km 3h 286 m Bouzès
Moyen Oui

A 28 km à l'est de Cahors par la D653, la D662 et la D40
Près du Lot, payant
Jaune

La vue sur le Lot, le chemin de halage et le calme du village de St-Cirq-Lapopie, dont André Breton, père du mouvement surréaliste, était épris.

44.483994, 1.644242

VALLEES DU LOT 05 63 52 61 61

45 LOZÈRE

Les clochers de tourmente

16 km 7h 656 m Outlet
Moyen Oui

A 25 km à l'est de Mende, par la N80 direction Langogne, puis la D901 direction Villefort
A la sortie d'Outlet, gratuit
Vert

Les clochers de tourmente, phases des montagnes, vous accompagnent lors de cette randonnée à travers les tourbières du Mont-Lozière, les prairies du plateau et les « mille ruisseaux » aux berges étroites.

44.486549, 3.669724

MONT LOZIERE 04 68 41 61 61

46 LOZÈRE

Le Lac de Charpal

8,7 km 3h 100 m Monts-de-Randon
Facile Oui

A 27 km au nord de Mende, par la D806 et la D1
Au niveau du barrage, gratuit
Vert

Situé au pied du Truc de Fortuniou, le lac de Charpal (classé Natura 2000) offre un cadre magique. Le sentier alterne entre ruisseaux sur les berges, pontons enjambant les chemins et forêts de conifères.

44.623755, 3.559581

CEUR MARGÉRIE 04 68 41 61 61

47 LOZÈRE

Les Corniches du Méjean

11,4 km 4h30 1020 m Le Rozier
Difficile Oui

A 27 km au nord-est de Millau, par la D809 et la D907
Transports : Navette touristique en juillet-août
Route de Capluc, gratuit
Jaune

Ce sentier au cœur des falaises de la Jonte et du Tam est spectaculaire et rocheux. Sous le vol des vautours, vous découvrirez des niches aux formes typées : les Vases de Sévres et de Chine.

43.49131, 3.2067

GORGES DU TARN CAUDOUX 04 68 41 61 61

48 LOZÈRE

Sur les pas d'Urban V

18,5 km 5h 100 m Nabislans (Bérance)
Moyen Oui

A 30 km au nord-ouest de Marvejols, par la D900 (prévoir de laisser un 2ème véhicule à Bonnecombe pour le retour)
Route de Capluc, gratuit
Jaune

Traversez l'Aubrac en empruntant le chemin du Pape lozérien Urban V. Ce tracé délivre ses trésors : cascade du Dèze, lacs, pâturages couverts de narcisses en saison, et les traditions buisson.

44.662139, 3.048411

AUBRAC LOZIEREN 04 68 41 61 61

49 PYRÉNÉES-ORIENTALES

Le Chemin de la Retirada

10,7 km 4h45 754 m Valcabrière
Difficile Non (A/R)

A 107 km au sud-ouest de Perpignan par la N116 et la D30
Parking municipal
Jaune

La Retirada, un chemin de mémoire. Parcourant les forêts, vallons et blocs schisteux, ce chemin retrace, de Valcabrière à la frontière espagnole, l'errance des réfugiés espagnols.

42.586745, 2.03504

PYRÉNÉES MÉDITERRANÉES 04 68 02 42 44

50 PYRÉNÉES-ORIENTALES

Le sentier du Littoral

11 km 4h30 421 m Port-Vendres
Difficile Non (Bérance)

A 32 km au sud-est de Perpignan par la D914
Retour : bus LHO N°540 ou TER
Face au bureau d'information touristique, gratuit
Jaune

Ce superbe parcours vous emmène le long des criques préservées de la Côte Vermelle, avec les Pyrénées en toile de fond et des vignes à l'arrière. Site classé de Pailhès à ne pas manquer.

42.516685, 3.105676

PYRÉNÉES MÉDITERRANÉES 04 68 02 42 44

51 PYRÉNÉES-ORIENTALES

Le Puig de l'Estella

9,1 km 3h30 300 m Batera
Facile Oui

A 20 km au nord-ouest d'Aries-sur-Tech par la D43
Jusqu'au Refuge de Batera
A proximité du Refuge de Batera (ou au Col de la Descarga en Jaive)
Blanc/rouge, Jaune

Vestiges miniers et paysages exceptionnels font de cette excursion familiale une randonnée d'exception. Empruntez le célèbre GR80 puis cheminez en ligne de crête avec de splendides points de vue.

42.579999, 2.547999

ARLES SUR TECH 04 68 92 01 08

52 PYRÉNÉES-ORIENTALES

Les Oiseaux

3 km 1h 30 m Ansignan
Facile Oui

A 47 km au nord-ouest de Perpignan par la D117 et la D9
Au départ du sentier, devant les panneaux d'interprétation
Blanc/rouge, Jaune

Découvrez le monde des oiseaux de manière ludique le long d'un sentier d'interprétation. Un aqueduc du 18ème s, vous permettra d'enjamber l'aly pour rejoindre votre point de départ.

42.757733, 2.530853

FENOUILLÈDES SUR CAUDOUX 04 68 92 01 08

53 PYRÉNÉES-ORIENTALES

L'Abbaye St-Martin du Canigou

5,4 km 3h 524 m Castelnou
Difficile Oui

Suivez la N166 jusqu'à Villefranche-de-Conflent, puis la D116 jusqu'à Castelnou
A la sortie de Dougnou, par la route d'Arfons
Jaune

Blanc/Jaune
A la découverte d'un des joyaux de l'art roman. Sous hêtre et sapinère garantissant fraîcheur en été, découvrez cette remarquable abbaye dominée les gorges par lesquelles le chemin ramène à Castelnou.

42.532879, 2.539261

CONFLENT 04 68 92 01 08

54 TARN

La Caplette St-Ferréol

11 km 4h 530 m Dougnou
Moyen Oui

A 18 km au sud-ouest de Castres par la D85
A la sortie de Dougnou, par la route d'Arfons
Jaune

Ce sentier représente une formidable excursion sur les reliefs de la Montagne Noire. Sur les hauteurs de Dougnou, vous pourrez contempler le panorama dominant sur la plaine et les abbayes.

43.481405, 2.140633

AUX SOURCES 04 68 92 01 08

55 TARN

Les rocs de Cremaussels

8,5 km 2h45 265 m Lacrouzette
Facile Oui

A 15 km au nord-est de Castres par les D622, D4 et D58
Aire de Beyliès (à Lacrouzette), suivre la direction Cremaussel (Roc de l'Or)
Jaune, Blanc/rouge

Plongez-vous dans les légendes du Sidobre et laissez-vous porter par votre imagination devant les mystérieuses sculptures de granit que vous découvrirez au détour de ce très bel itinéraire !

43.662514, 2.369547

LE SIDOBRE HAUTE 05 63 54 08 25

56 TARN

Las Planques

17,5 km 4h45 800 m Tarnus
Difficile Oui

A 15 km au nord-est de Carmaux, direction Rodez par la N88
Devant l'église
Jaune, Blanc/rouge, Jaune

Le Sentier de Las Planques vous retrace l'histoire des hommes qui ont façonné cette région de leurs propres mains. Le long du Viaud, vous pourrez admirer la nature sauvage et verdoyante.

44.022044, 2.319013

SÉGAL TARNAIS 05 63 54 08 25

57 TARN

Les Cabanes

8 km 2h30 330 m Ambialet
Facile Oui

A 22 km à l'est d'Albi par la D99, la D77 et la D172
Au départ du sentier
Jaune

Un circuit du sentier vous emmène le long des berges du Tarn. Vous croirez entendre des cabanes, témoins d'un habitat ancien, servant aux hommes et au bétail. Vous aurez une vue imprenable sur les méandres sauvages et verdoyants.

43.946306, 2.378627

VALLEES DU TARN ET MONTS-DU-CAM 05 63 54 08 25

58 TARN

Le sentier du Patrimoine

12 km 4h 625 m Puycelis
Moyen Oui

A 25 km au nord-ouest de Gaillac, 15 km après Castelnau-de-Montmiral par les D964 et D8
Au pied du village, à l'arrière de l'Office de Tourisme
Jaune, Blanc/rouge

Un circuit vous permet de découvrir le village de Puycelis, au pied de la forêt de Grésignac. Ce village se distingue par ses fortifications, sa localisation sur un piton calcaire et son verger conservatoire.

44.005362, 1.713558

BASTIDES ET VICOMTES DU TARN 05 63 54 08 25

59 TARN-ET-GARONNE

Le Cabéou

10 km 3h 237 m Bruniquel
Moyen Oui

A 28 km au nord-est de Montauban, par la D115
Sous la promenade du Ravelin
Jaune, Blanc/rouge

Un circuit plat permet de découvrir le plan d'eau à la confluence du Tarn et de la Garonne, plus grande réserve ornithologique du Sud-Ouest, puis le château et les arcades de Saint-Nicolas-de-la-Grave.

44.054, 1.66586

BRUNIQUEL 05 63 67 81 84

60 TARN-ET-GARONNE

L'observatoire aux oiseaux

9,1 km 2h30 160 m Saint-Nicolas-de-la-Grave
Facile Oui

A 34 km à l'ouest de Montauban, par la D958
A la base de loisirs, gratuit
Jaune

Ce circuit plat permet de découvrir le plan d'eau à la confluence du Tarn et de la Garonne, plus grande réserve ornithologique du Sud-Ouest, puis le château et les arcades de Saint-Nicolas-de-la-Grave.

44.08545, 1.035077

MOISSAC TERRE DES COULIS 05 63 67 81 84

61 TARN-ET-GARONNE

La forêt d'Agre

11 km 3h 112 m Montech
Très facile Oui

A 14 km au sud de Montauban, par la D928
Au départ du sentier, devant Agrip Avenue
Jaune

Après avoir traversé la forêt d'Agre et observé sa riche biodiversité, vous découvrirez le port de plaisance de Montech, avant de redonner sur les falaises du Canal des Deux Mers jusqu'à l'écluse de la Vache.

43.9571, 1.2412

GARONNE 05 63 67 81 84



62 TARN-ET-GARONNE

La Chapelle St-Sernin-du-Bosc

11 km 2h45 232 m Lauzerte
Moyen Oui

A 37 km à l'ouest de Montauban, par la D927 et la D2
Place du Château
Jaune

Sur le Chemin de Compostelle, laissez-vous guider sur de jolis sentiers escarpés à travers les bois de Chapelle de Quercy avec, à la clé, la découverte de la Chapelle de Saint-Sernin et de la Combe du Miel.

44.25548, 1.13964

QUERCY 05 63 67 81 84

63 TARN-ET-GARONNE

Le Roc Deymié

8,6 km 2h30 334 m Saint-Antoine-Noble-Val
Moyen Oui

A 40 km au nord-est de Montauban, par la D115 et D958
Place des Tillules
Jaune

Après une belle côte sur une voie romaine, vous atteindrez le cirque de Nilbozou. De là, vous profiterez d'une vue dégagée sur les falaises du Roc d'Amalans et le village médiéval de Saint-Antoine-Noble-Val.

44.15288, 1.75704

SAINTE-ANTOINETTE 05 63 67 81 84