



-  **Baignade**
Swimming area / Zona de baño
-  **Piscine d'été**
Summer swimming pool / Piscina de verano
-  **Activités nautiques**
Aquatic activities / Actividades náuticas
-  **Parc aquatique**
Water park / Parque acuático

BALADES & RANDONNÉES
Hiking - Senderismo

- 1 La boucle des deux châteaux**
13 km / 3h15 / départ aire de jeux à Loubens-Lauragais
- 2 La boucle du Dagour**
8,3 km / 2h15 / départ église de Prunet
- 3 Le castrum de Caraman**
6,2 km / 1h30 / départ lac de l'Orme Blanc
- 4 La boucle du Pistouillé**
13 km / 3h15 / départ église de Segreville
- 5 Del blat al molin**
19,7 km / 5h00 / départ parking proche moulin de Cambiac
- 6 Bois Barrat**
2 parcours de 1h et 2h / départ parking Bois Barrat
- 7 En passant par les Agals**
7,1 km / 3h00 / départ écluse des Agals à Gardouch
- 8 Les deux bastides royales**
10 km / 3h00 / départ église de Nailloux
- 9 Les coteaux du Lauragais**
5,9 km / 2h00 / départ église de Nailloux
- 10 Les secrets du Pastel et des herbes folles**
9,3 km / 3h00 / départ église de Montgeard
- 11 Sentier des éoliennes**
4,4 km / 3h15 / départ chemin de Pépigoü à Calmont
- 12 Sentier de l'Agasse**
5,5 km / 1h30 / départ chemin de berges au lac de la Thésauque
- 13 Les collines du vent**
48 km / à pied, à vélo ou à cheval / départ près de l'écluse d'Emborrel

 **Parcours permanents d'orientation - gratuit**
Orienteering courses - free / Carreras de orientación - gratuito

 Brochure de "Balades & Randonnées" disponible à l'Office de Tourisme ou sur www.lauragais-tourisme.fr

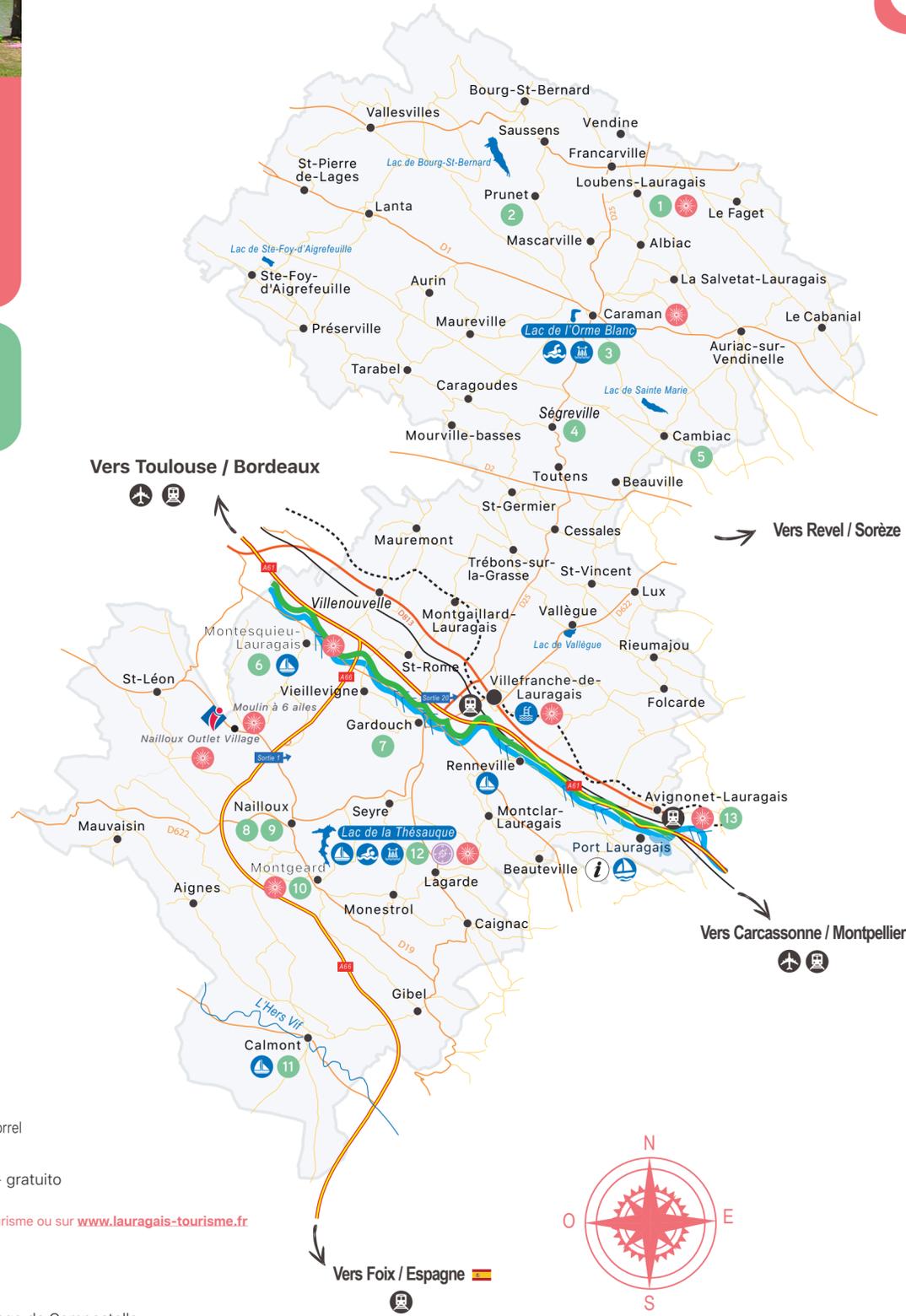
 **Voie verte / Green lane / Vía verde**

 **GR 653**
"Via Tolosana" - St Jacques de Compostelle / Santiago de Compostella

DES ASSOCIATIONS QUI BOUGENT !

 Grâce à de nombreux passionnés, les amateurs de balades et randonnées peuvent se retrouver lors de sorties organisées et encadrées par des clubs ou des associations de marche. Certains entretiennent et balisent également des sentiers sur leurs communes, comme les Sentiers Nature Calmontais, qui proposent pas moins de 16km de chemins aménagés et balisés autour de Calmont.

Retrouvez la liste complète des associations & clubs de randonnée des Terres du Lauragais sur notre site internet : www.lauragais-tourisme.fr/associations-randonnée ou en flashant le QR Code.



LE CANAL DU MIDI

Classé au Patrimoine Mondial par l'UNESCO en 1996, découvrez cette construction incroyable du XVII^e siècle, à pied, à vélo ou en bateau ! Profitez d'une halte aux écluses ou à Port-Lauragais.



LE MOULIN À SIX AILES

Ce curieux moulin attire tous les regards ! Découvrez son histoire si particulière au cours d'une des nombreuses visites guidées tous les vendredis pendant les vacances scolaires.



LE LAC DE LA THÉSAUQUE

Véritable parenthèse nature, ce lac est également un lieu privilégié pour se baigner, s'amuser, se promener et se détendre à la terrasse d'un bar ou d'un restaurant près de l'eau.



NAILLOUX OUTLET VILLAGE

Retrouvez une centaine de magasins de grandes marques nationales et internationales dans une ambiance de village, ainsi que des produits régionaux au "Comptoir d'Isatis".



AVIGNONET-LAURAGAIS

Arpentez ses paisibles ruelles en songeant à son histoire riche et mouvementée, dont l'épisode tragique des Inquisiteurs qui initia la chute des derniers cathares de la région au XIII^e siècle.



CARAMAN

Fièrement perché au sommet d'une colline, le village jouit d'une vie culturelle dynamique, ainsi que d'un bel espace naturel pour la balade et la baignade en période estivale au lac de l'Orme Blanc.



LOUBENS-LAURAGAIS

De belles façades de briques et de bois rappellent les riches heures du passé, à l'époque du commerce du Pastel. L'église et le château occupent toujours le cœur de cet authentique village.



MONTGEARD

Cette élégante bastide royale possède une superbe église et un hôtel particulier bâtis grâce au négoce du Pastel à la Renaissance. Vous pourrez (re)découvrir cette plante tinctoriale derrière l'église.



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

Cette bastide médiévale est reconnue pour son marché du vendredi matin, son magnifique clocher-mur et sa vaste halle. De nombreuses animations y sont organisées tout au long de l'année.

Continuez à découvrir le Lauragais en vous laissant guider sur les chemins sinueux de nos collines ! En voiture, moto ou camping-car, ces itinéraires touristiques, accompagnés d'un Quizz, sont à réaliser en toute autonomie, à votre rythme.

 Passionné d'histoire et de patrimoine, d'espaces naturels, ou encore de musées, à vous de trouver le thème qui vous inspire pour votre prochaine escapade !

Rejoignez-nous sur les réseaux sociaux et partagez votre expérience au cœur du midi toulousain

Légende

- Office de Tourisme
Tourist Office - Oficina de Turismo
- Point d'information touristique
Tourist Information Point - Punto de información turística

Canal du Midi

- Port et halte de plaisance
Boater's stop - Puerto
- Promenade et / ou location de bateau
Boat trips or rental - Paseo o alquiler de barcos
- Exposition du canal du Midi
Canal du Midi exhibition - Exposición del Canal du Midi
- Le Réservoir, espace découverte du canal du Midi
Discovery area of the canal du Midi - Área de descubrimiento del canal du Midi
- Patrimoine mondial de l'UNESCO
Unesco World Heritage - Patrimonio mundial de la Unesco
- Piste cyclable
Bike path - Carril de bicicletas
- Ecluse et canal du Midi
Canal lock - Esclusa

Activités de loisirs

- Activité nautique
Nautical activity - Actividad náutica
- Baignade autorisée
Authorized swimming - Baño autorizado
- Pêche
Fishing - Pesca
- Balade équestre
Horse riding - Paseo a caballo
- Départ de randonnée
Departure point for hike - Salida de caminata
- Loisir aérien
Air Leisure - Ocio Aéreo
- Location de vélo
Bike renting - Alquiler de bicicletas
- Table d'orientation
Viewpoint indicator - Mesa de orientación
- Site classé VTT - FFC
Mountain bike classified site - Bicicleta de montaña sitio clasificado
- PNR du Haut Languedoc
Regional Park - Parque Natural Regional

Culture et Patrimoine

- Abbaye
Abbey - abadía
- Château *
Castle - Castillo
- Moulin *
Mill - Molino
- Musée et exposition artistique
Museum and Art Exhibition - Museo y Exposición de Arte
- Poterie artisanale
Potter's workshop - Cerámica artesanal
- Nailloux Outlet Village - Shopping
- Site Classé - Monument historique *
Classified site & monument - Sitio clasificado & monumento histórico
- Les plus beaux détours de France
The most beautiful detours of France - Los más bellos caminos de Francia
- Site Pôle du Pays Cathare
Cathare Country Site - Sitio del País Cátaro
- Grand Site Occitanie - Aux sources du canal du Midi

Saveurs du Terroir

- Boutique de produits régionaux
Regional products shop - Tienda de productos regionales
- Vin A.O.P de l'Aude
PDO wine from Aude - Vino AOP de Aude
- Marché
Marketplace - Mercado

Artisanat & Métiers d'Art

- Ville et métiers d'art
City and Crafts - Ciudad y artesanía
- Atelier d'art
Art workshop - Taller de arte

PAYS LAURAGAIS

Aude - Haute-Garonne - Tarn



* Informations à l'Office de Tourisme
Information at your tourist office - Información en la oficina de turismo

