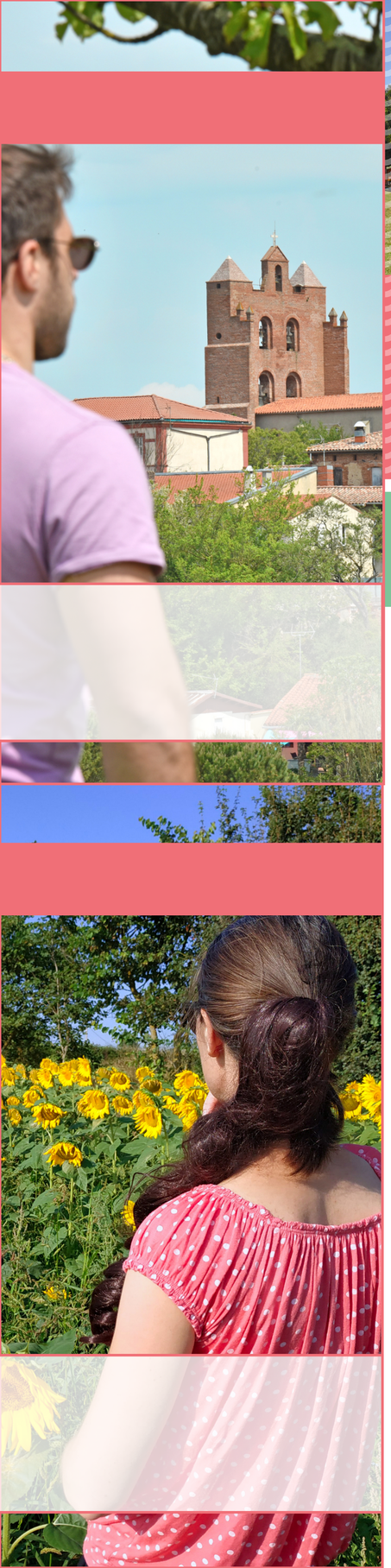


Baignade
Swimming area / Zona de baño

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 Pépigou 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

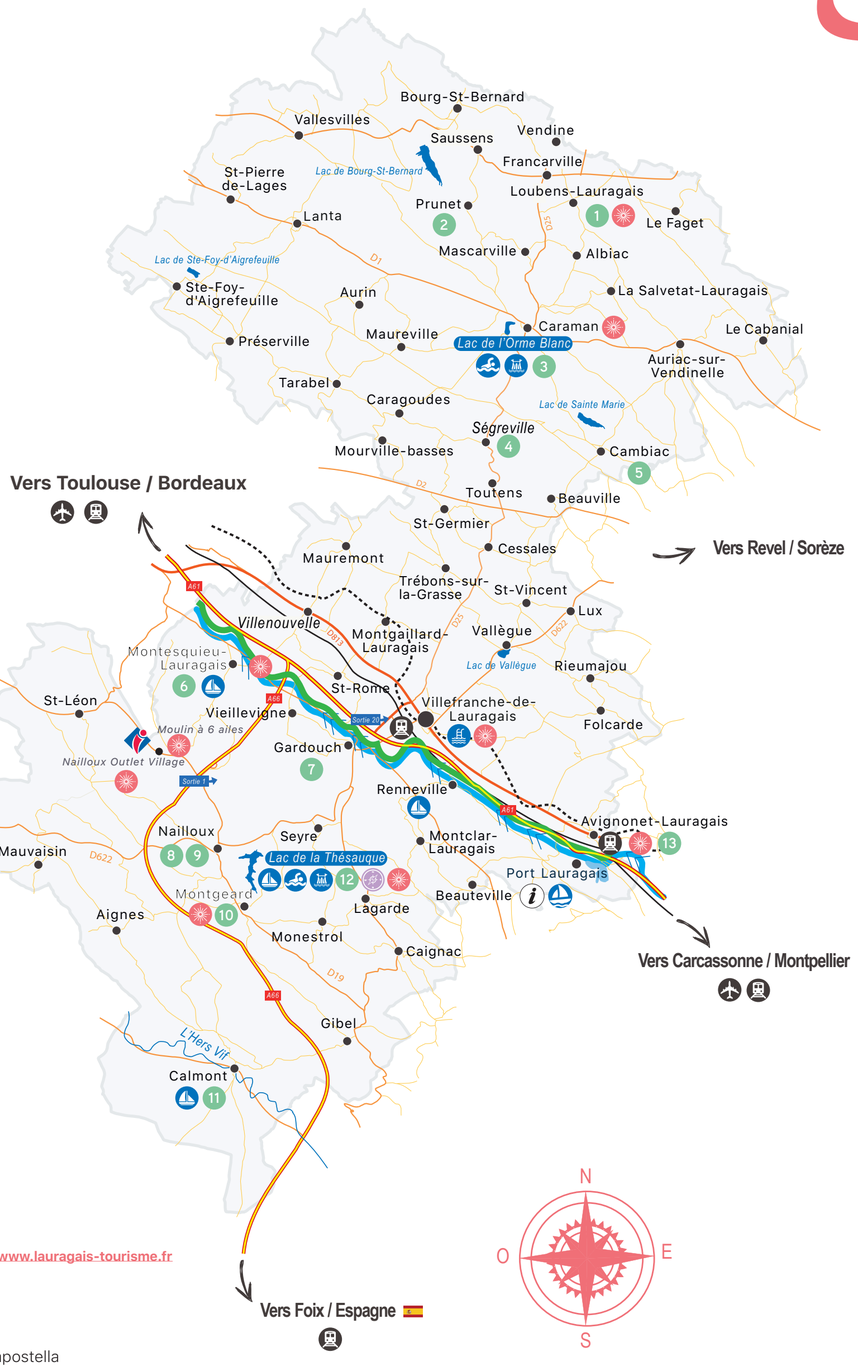
DES ASSOCIATIONS QUI BOUGENT !

Grâce a de nombreux passionés, 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-randonnee** ou en flashant le **QR Code.**

LAURAGAIS TOURISME
Au cœur du midi toulousain

Sites INCONTOURNABLES



LE CANAL DU MIDI

Classé au Patrimoine Mondial par l'UNESCO en 1996, découvrez cette construction incroyable du XVII° 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° 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

@LauragaisTourisme31 #lauragaistourisme