

Destination
**COMMINGES
PYRÉNÉES**

Globe trotter

AU PIED DES PYRÉNÉES



MONTRÉJEAU | SAINT-GAUDENS | L'ISLE-EN-DODON | BOULOGNE-SUR-GESSE | AURIGNAC

Sommaire



4-5

Carte du territoire

6 > 15

La vallée de la Garonne

CÔTÉ CULTURE / ART DE VIVRE / PAR NATURE / ZOOM SUR...

16 > 27

Le Piémont Pyrénéen

CÔTÉ CULTURE / ART DE VIVRE / PAR NATURE / ZOOM SUR...

28 > 37

Les vallons de Gascogne

CÔTÉ CULTURE / ART DE VIVRE / PAR NATURE / ZOOM SUR...

38 > 47

Les coteaux de Comminges

CÔTÉ CULTURE / ART DE VIVRE / PAR NATURE / ZOOM SUR...

48 > 57

Les petites Pyrénées

CÔTÉ CULTURE / ART DE VIVRE / PAR NATURE / ZOOM SUR...

58 - 59

Nos coups
de cœur

60 - 61

LES BOUTIQUES
J'achète en
Comminges

62 - 63

Alors,
on joue
EN OCCITAN ?

64 - 65

Terre
de fêtes
NOTRE AGENDA

66 - 67

Infos
pratiques
UNE QUESTION ?
ON VOUS RÉPOND



édito

Découverte d'un territoire

Vivez l'expérience Destination Comminges Pyrénées.

Profitez de grands espaces, de loisirs nature, de vues imprenables sur la chaîne des Pyrénées, de formidables sites culturels, de découvertes gustatives...

L'équipe de l'Office de Tourisme vous accompagnera tout au long de votre séjour, en vous délivrant des conseils de qualité, les bons plans et les coins secrets...

Savourez pleinement ces instants commingeois !

L'équipe
Destination Comminges Pyrénées

Prenez le temps ...

Parcourir le Comminges et découvrir la chaîne des Pyrénées !

Au détour d'une route ou d'un chemin, un château, une ferme posée à flanc de Coteaux vous laissera entrevoir une terre riche et fertile en culture et une découverte gastronomique.

Prenez le temps de voyager, à pied, en vélo, à cheval ou en voiture.

Prenez le temps de venir nous rencontrer dans l'un de nos accueils. Nous serons heureux de vous recevoir comme des amis et de vous dévoiler quelques pépites qui enchanteront vos cinq sens.

David COTTEREAU,
Président de l'office de tourisme
Destination Comminges Pyrénées

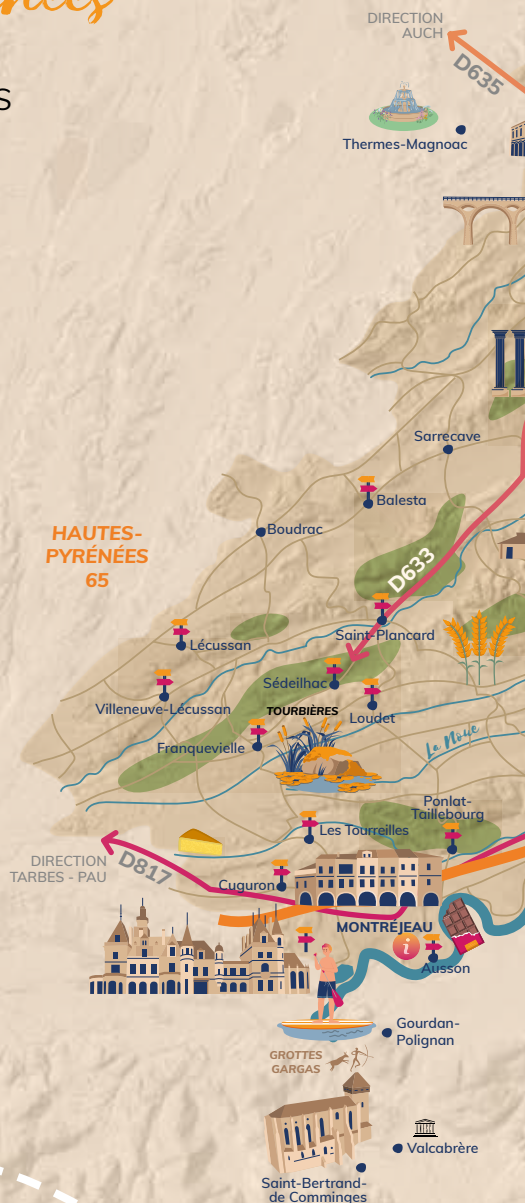


Document non contractuel et non exhaustif. Les informations sont mentionnées à titre indicatif et arrêtées au 30 août 2024. L'Office de Tourisme ne saurait être tenu responsable en cas de changement des informations communiquées. Toute représentation, reproduction intégrale ou partielle des articles et illustrations est interdite. • Éditeur : Office de Tourisme Intercommunal Cœur & Coteaux Comminges, 2, rue Thiers 31800 Saint-Gaudens - 05 61 94 77 61. • Directeur de la publication : David Cottereau (Président). • Conception, rédaction, traduction et impression sur papier recyclé : ComTogether.fr. • Interviews : Office de Tourisme. • Crédits photos : Office de Tourisme Destination Comminges Pyrénées - S.Martin - C.Cazes - K.Rodriguez, M.Bergès, Baze Production, Com Together, CC BY-SA 4.0, CC Cœur Coteaux Comminges, Pays de Comminges Pyrénées : A.Lamoureux, Haute-Garonne Tourisme, Ville de Boulogne-sur-Gesse, Eth Ostau de Comngés, Jardin d'Hillen, Ciné dans les Coteaux, Folkolor, D day, La Cafetière, La Cavaliere Occitane, P.Laye, A.Bergès, L.Bergès, Laëtitia Goni-Lizoain, AdobeStock. • Remerciements à : Yvonne Corrége et le Baron de Lasus, Sabine Pagnac, Philippe Laye, Alain Bergès, Corentin Le Bourhis et Camille Longi, Eth Ostau de Comngés : Mathieu Fauré - Marco Farré-Barthe

Carte touristique

Destination Comminges Pyrénées

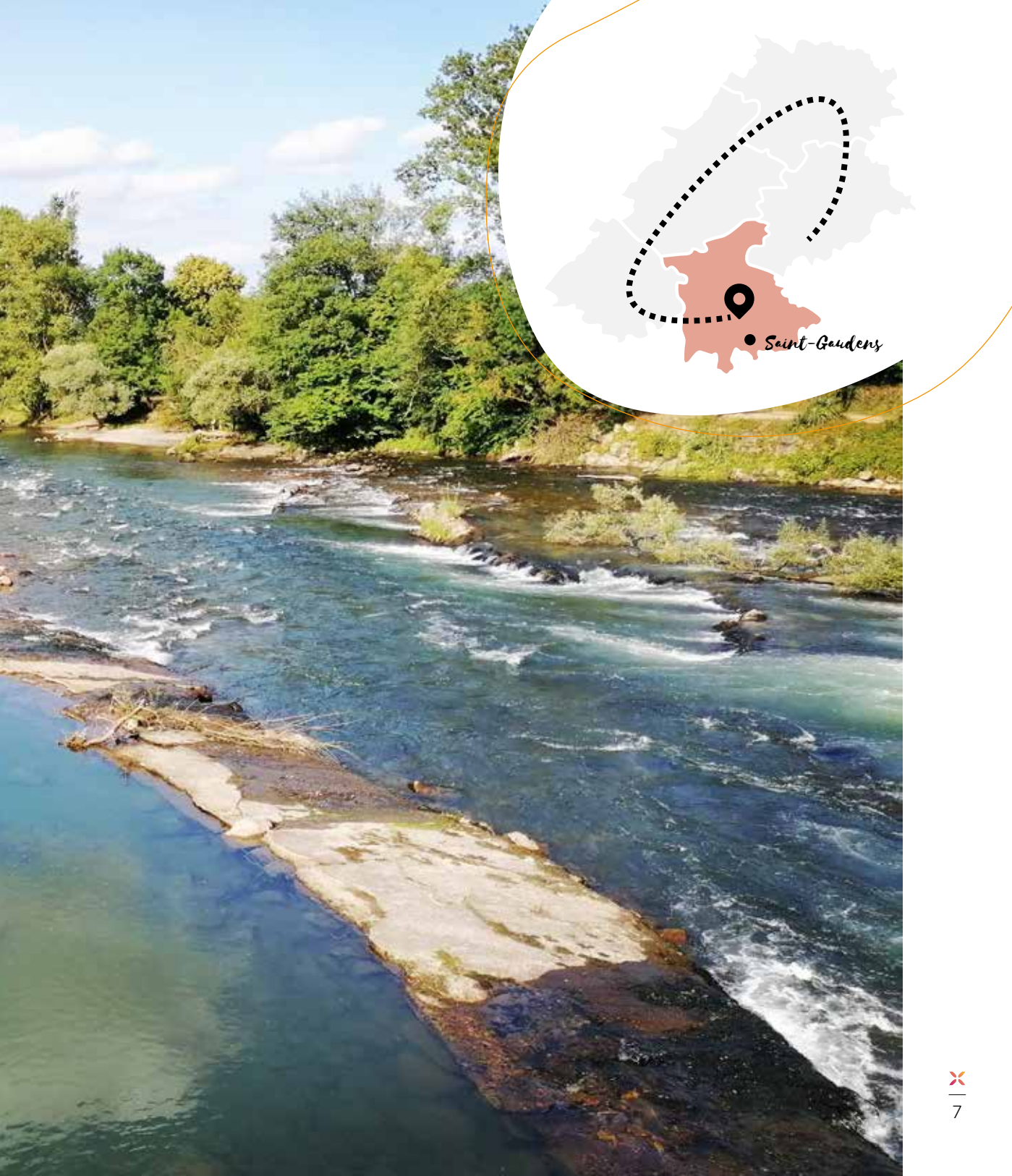
RETROUVEZ L'ENSEMBLE DES INFORMATIONS
SUR WWW.TOURISME-STGAUDENS.COM





La Vallée de la Garonne

Au fil du fleuve



À la fois source
d'inspiration et
témoin de notre histoire,
la vallée de la Garonne
est jalonnée de sites
remarquables qui
vous plongent dans
l'identité locale.

Côté culture



Joyau de pierre

Que vous soyez passionné d'art roman, d'histoire ou que vous ayez besoin d'un moment de quiétude, la vallée de la Garonne vous emmène à la découverte de **la Collégiale Saint-Pierre**. Nichée au cœur du **centre historique de Saint-Gaudens**, l'édifice vous réserve une jolie surprise avec son cloître d'exception. Laissez-vous séduire par l'une des plus belles églises romanes des chemins de Saint-Jacques de Compostelle.



Saint-Gaudens



Histoire fluviale

Ancien refuge des Espagnols pendant la « Retirada », **la Maison de la Garonne** vous invite à découvrir les nombreuses facettes de ce fleuve puissant, véritable témoin de l'histoire de la région et des évolutions des milieux naturels qu'il traverse.

Miramont de
Comminges



Voyage dans l'histoire locale

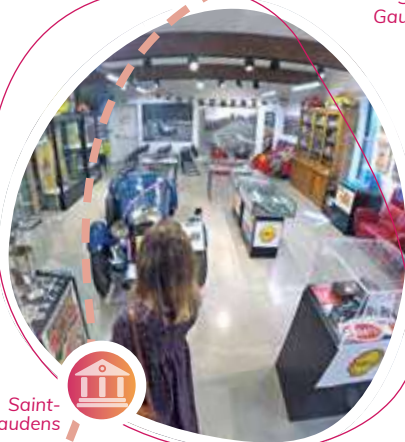
Impossible de sillonner la vallée de la Garonne sans venir s'immerger dans les trésors du **Musée des Arts et Figures des Pyrénées**. Des assiettes parlantes, des petits soldats de plomb (dont une femme à trouver), un balcon offrant une vue exceptionnelle sur le cœur des Pyrénées... Voici ce qui vous attend dans ce haut lieu de l'histoire des Pyrénées centrales.



Saint-Gaudens



Saint-Gaudens



Saint-Gaudens

En voiture !

Attention ! Sur la RD117, votre voiture peut se donner des airs de bolide ! Et à juste titre : la route faisait partie du célèbre **Circuit du Comminges** qui a accueilli de nombreux prix autos et motos durant la période 1925 / 1954. Son musée, situé à Saint-Gaudens, vous conte l'histoire de ce circuit dont les tribunes témoignent de sa grandeur avec leurs 20 000 places, toujours visibles.



Carrefour des arts et des idées

Au centre d'art contemporain Chapelle Saint-Jacques, la programmation artistique souhaite inciter à la circulation des idées, au partage des connaissances et des émotions esthétiques. Centre d'art national depuis 2017, le lieu convie toutes les formes d'art (architecture, littérature, vidéo, peinture...), favorise la curiosité, questionne et provoque les échanges.



Art de vivre

Entre fleuve nourricier, terres fertiles et savoir-faire traditionnels, la vallée de la Garonne abrite *un patrimoine culinaire qu'on nous envie*. Prêt à saliver ?



Saint-Gaudens

Étalages de saveurs

Cœurs battants de nos villages, les marchés sont de véritables démonstrations à ciel ouvert des talents de nos producteurs et de nos artisans. La vallée de la Garonne regorge de **petits marchés typiques** qui font le bonheur des gourmets... et des gourmands ! Certains sont même labellisés Marchés de France (comme celui de Saint-Gaudens).





Concentré de gourmandises

Voici un haut lieu des marchés locaux. Pénétrer sous **la Halle gourmande de Saint-Gaudens**, c'est entrer dans un univers à part. Ici, tout n'est que couleurs, arômes et sourires. Au fil de vos achats, non seulement vous allez rencontrer des commerçants et des producteurs locaux passionnés mais vous allez également pouvoir admirer l'architecture remarquable de cette bâtisse de pierres calcaires, emblématique de la ville depuis sa construction en 1843.

Saint-Gaudens



Ça vient d'ici !

Du porc noir de Bigorre au pain traditionnel, en passant par le Bethmale (fromage de vache) ou encore les confiseries au chocolat et les fruits et légumes, **il y a de quoi se faire plaisir en vallée de la Garonne !**



Saint-Gaudens



Se la couler douce en terrasse

Après de savoureuses emplettes, rien de tel qu'**une pause en terrasse** pour profiter encore quelques minutes de l'ambiance du marché. Il arrive même que les terrasses ne désemplissent pas de la journée. On est si bien sous le soleil de la vallée de la Garonne !

Con su río nutritio, sus tierras fértiles y sus oficios tradicionales, el valle del Garona alberga un rico patrimonio culinario. Desde el cerdo negro de Bigorre hasta el pan tradicional, pasando por el Bethmale (queso de leche de vaca), hay mucho que saborear. Para descubrir estos tesoros, visite mercados típicos como la Halle gourmande de Saint-Gaudens. Y no hay mejor lugar para disfrutarlos que en una terraza al sol del valle.



Par nature"

Quand il s'agit de
parler nature,
la vallée de la Garonne
en connaît un rayon.
Normal : elle est
tombée dedans quand
elle était petite !



Saint-
Gaudens



Ça bouge au Lac !

Situé à proximité du centre-ville, idéal pour passer une journée en famille, venez profiter de l'atmosphère revigorante du **lac de Sède**. Son aire de jeux, ses aménagements sportifs, ses balades reposantes, ses tables de pique-nique, ses barbecues... en font un site incontournable dans la vallée.



À pied dans la vallée

De Montréjeau à Saint-Gaudens, la vallée de la Garonne abonde en **sentiers de randonnée qui raviront tous les amoureux de la marche**. Nous vous avons concocté des tracés riches en rencontres passionnantes, boucles et panoramas sensationnels. Certains proposent même des **parcours d'orientation**. Si vous ne savez pas lequel emprunter, téléchargez l'application « Rando Comminges ». Elle vous montrera la voie !

☞ Listed as a Natura 2000 site, the Garonne valley is an open-air delight. From the Lac de Sède to the climbing wall at Saint-Gaudens, not forgetting the fishing spots, it's a delight for all the family. You can also opt for a hike or an orienteering course. Visit the 'Rando Comminges' app. The Serres trail will certainly win you over, with its start offering a prodigious view of the Pyrenees. The pump track at Labarthe-Rivière will delight thrill-seekers.

Aller plus haut

À force de voir les Pyrénées tous les jours depuis la vallée, il peut vous prendre comme une **envie de grimper**. Avant de vous attaquer aux parois rocheuses, nous vous conseillons un petit entraînement sur le **mur d'escalade de Saint-Gaudens**. Encadré par des moniteurs chevronnés, vous découvrirez les bases de l'alpinisme en toute sécurité.



Labarthe-Rivière



La tête dans les nuages

Accroché à votre BMX sur le Pump track de Labarthe-Rivière, vous virevoltez dans les airs et flirtez avec les nuages de la vallée de la Garonne. Si vous souhaitez aller encore plus haut et les observer paisiblement, nous vous donnons rendez-vous sur le sentier des Serres. Au départ de ce parcours situé à Villeneuve-de-Rivière, le panorama vous offre une vue prodigieuse sur la chaîne des Pyrénées.

Bords de Garonne



Une nature préservée

L'ensemble de la Garonne est inscrit au réseau **Natura 2000**. Plusieurs sites classés jalonnent sa vallée. Parmi eux, le site « Garonne, Ariège, Hers, Salat Pique et Neste » qui englobe 130 communes d'Occitanie dont Saint-Gaudens.



Régades



Partie de pêche

Qui dit Garonne dit poissons. Alors, forcément, **les aficionados de la pêche** l'ont bien compris : ici, il y a toujours un bon coin où lancer sa ligne. Et vous savez quoi ? La Fédération de pêche 31 a recensé sur son site tous les parcours de pêche du département. Sympa, non ?



 Declarado lugar Natura 2000, el valle del Garona es una delicia al aire libre. Desde el lago de Sède hasta el rocódromo de Saint-Gaudens, pasando por los lugares de pesca, es una delicia para toda la familia. También puede optar por una excursión o un recorrido de orientación. Visite la aplicación «Rando Comminges». El sendero de Serres le conquistará, con su inicio que ofrece una vista prodigiosa de los Pirineos. La pista de pump track de Labarthe-Rivière hará las delicias de los amantes de las sensaciones fuertes.



Zoom sur... une raclette party !

Vous échapper en amoureux pour déguster
une raclette face aux Pyrénées, ça vous dit ?
L'expérience se vit à la table d'orientation de Régades.
Suivez-nous !

🍷 If you're looking for a romantic getaway to enjoy a raclette facing the Pyrenees, follow us on the Sentier de Cap de Pouy. When you arrive at the Régades orientation table, settle in with all the ingredients for happiness (local ham, artisan bread made with natural sourdough, raclette pans, candles, bottle of white wine and Pyrenean cheese). Enjoy this magical moment from the comfort of your own love bubble.

🍷 Si buscas una escapada romántica para disfrutar de una raclette frente a los Pirineos, síguenos por el Sentier de Cap de Pouy. Cuando llegues a la mesa de orientación de Régades, acomódate con todos los ingredientes para la felicidad (jamón local, pan artesano hecho con masa madre natural, sartenes para la raclette, velas, botella de vino blanco y queso de los Pirineos). Disfrute de este momento mágico desde la comodidad de su propia burbuja de amor.

1 Assurer les fondamentaux

Avant de partir... on vérifie que le panier contient bien tous les ingrédients du bonheur : du jambon de pays, du pain artisanal au levain naturel, les poêlons à raclette, les bougies, la bouteille de vin blanc et, évidemment, un beau morceau de fromage des Pyrénées. C'est bon, on a tout ce qu'il faut. On peut y aller !

2 Sur le chemin de la béatitude

Sur le Sentier de Cap de Pouy...

les chemins empierrés au milieu des chênes nous mènent vers les crêtes. Main dans la main, nous profitons de ce moment à deux. Nos discussions se mêlent à nos regards complices, il ne reste que nous au cœur de la nature. Puis le paysage se découvre. Depuis le piémont pyrénéen, nous reconnaissons les sommets : Pic du Midi, le Cagire et le Pic du Gar tout proche de nous. Nous sommes sur un belvédère devant la chaîne des Pyrénées !

3 Quand l'authenticité rencontre l'originalité

On s'installe confortablement dans notre bulle d'amour. On a déjà mangé une raclette à la bougie. On s'est déjà baladé en amoureux dans la nature. Mais faire les deux, non jamais ! On gazouille de bonheur ! Hmmm, le doux fumet du fromage nous titille les narines. C'est l'heure de la dégustation. Quel instant magique !

4 Un moment rien que pour nous

Respirer l'air pur, profiter du calme et déconnecter. La nature nous ressource. On se sent bien : assis côte-à-côte, à contempler ces paysages, ce relief où la chaîne des Pyrénées se dessine à l'horizon. Il n'y a rien à ajouter, simplement profiter...





Le Piémont pyrénéen

Balcon sur les Pyrénées





*Riche et étonnante,
la culture rayonne
partout dans le piémont
pyrénéen. À chacune
de vos balades, laissez-
vous surprendre par les
trésors qu'elle vous livre.*

Côté culture

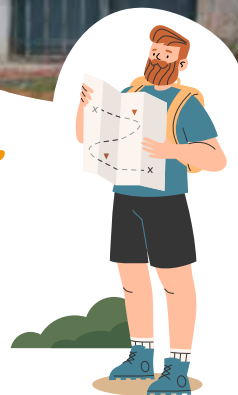


Vous cherchez la Bastide royale ?

Pour la trouver, il suffit de vous placer en son centre, Place Valentin Abeille à Montréjeau. Eh oui, **Montréjeau et la Bastide royale ne font qu'une !** Née au XIII^e siècle, Montréjeau fait partie des plus de 350 bastides construites au Moyen Âge dans le Sud-Ouest. Structurées autour d'une place avec des rues en damier, les bastides étaient nos premiers lotissements. Les arcades de la commune témoignent de cette partie de l'histoire locale. Suivez le parcours patrimoine pour plonger dans la mémoire de notre bastide



Montréjeau





À voir absolument !

Vous souhaitez profiter d'une magnifique vue sur les Pyrénées lors d'une balade dans une propriété majestueuse ? **Le Domaine de Valmirande vous attend !** Avec son parc de 41 hectares et son arboretum de 180 essences d'arbres, vous serez gagnant. À noter : le château, inspiré des châteaux de la Loire, se contemple de l'extérieur. Vous pourrez également admirer ses écuries en marbre et sa chapelle ornée de splendides vitraux. Alors, comblé ?



Montréjeau



Montréjeau



Maîtres de lumière

Qui n'a jamais été subjugué par le jeu de lumière offert par un vitrail ? Trouver l'équilibre entre le motif, la couleur et la lumière pour transmettre un message ou partager une histoire. Tel est le fabuleux talent de Maryline et de François. Au sein de l'**Atelier vitrail du Mont-Royal**, ces deux maîtres artisans, peintres verriers, œuvrent à la sauvegarde du patrimoine vitrail des églises de Midi-Pyrénées, surtout du Comminges, et enchantent votre habitat de couleurs vivantes.

Visite payante sur rendez-vous.

Le Japon au pied des Pyrénées ?

Le voyage culturel a lieu lors du marché du lundi matin à la petite halle de Montréjeau. Là, vous attend un mikoshi (palanquin divin), symbole d'amitié offert par un village de la région japonaise du Tôhoku à qui la commune est venue en aide après le tsunami de 2011. Unique en Europe, il parcourt parfois les routes d'Europe lorsque nos amis japonais souhaitent faire découvrir leur culture sur le Vieux Continent.



Montréjeau



Las estribaciones de los Pirineos poseen un rico y sorprendente patrimonio cultural que le llevará de viaje. Siguiendo los pasos de la Edad Media en la bastida real de Montréjeau, su búsqueda le llevará de repente al siglo XIX en el Domaine de Valmirande (¡nuestro Chambord particular!). Luego, de repente, un lunes por la mañana, Japón aparece ante usted en el mercado cubierto de Montréjeau con su fascinante Mikoshi. Por último, sumérjase en la luz de las vidrieras del Atelier vitrail du Mont-Royal.





Art de vivre

Quelle que soit votre destination commingeoise, vous trouverez toujours *de quoi vous régaler*. Le piémont pyrénéen ne déroge pas à la règle avec des spécialités toutes plus savoureuses les unes que les autres.



Montréjeau

«Napoléon» sur un plateau

Un plateau de fromages ! Eh oui, derrière ce nom illustre se cache un délicieux fromage conçu et fabriqué sur nos terres. Né entre les mains des **Fromagers de Mont Royal**, il va vous séduire à coup sûr. Son arme secrète : sous sa croûte brune, typique de chez nous, vous trouverez un cœur tendre et fondant. Une caractéristique qui perdure dans le temps. Même vieux, ce fromage de brebis fabriqué à Montréjeau garde toute son onctuosité. Et si vous voulez savoir d'où il tient son nom, il suffit de vous placer devant sa cave d'affinage. Vous y observerez la montagne « Penne-Haute » plus connue sous l'appellation « Nez de Napoléon ».





Ausson

Le bonheur en une bouchée

De la farine, du sucre, des œufs, du lait, un peu de citron et de fleur d'oranger. Voici les ingrédients simples et efficaces du **millasson, notre petite gourmandise phare**. Maintenant, nous vous mettons au défi d'en confectionner. Pas si simple ! Il vous manque certainement la composition secrète que les Montréjeaulais se partagent depuis 1871. De toute façon, le meilleur moment ce n'est pas la préparation mais la dégustation ! Un petit conseil : à peine sorti du four, encore tiède, le millasson va ravir vos papilles !



Montréjeau

Montréjeau



L'incontournable marché

Vous pouvez demander aux habitants du piémont pyrénéen : **le marché de Montréjeau le lundi, c'est sacré !**

Le rituel commence tôt le matin et se termine vers 12h30 (l'heure de déguster vos achats !). Entre étals de fruits et légumes locaux et spécialités bien de chez nous, vous allez vous régaler !

Las estribaciones de los Pirineos están llenas de sabrosas especialidades. En el mercado de Montréjeau, los lunes por la mañana, encontrará todo lo necesario para preparar una comida 100% local. En cuanto al queso, le recomendamos el Napoléon de Fromagers de Mont Royal. De postre, no se pierda nuestra famosa pequeña delicatessen, el millasson. Y a la hora del café, nos encanta un bocado de confitería Chocolat Dardenne.



Par nature"

Entre contemplation
et action, il n'y a
qu'un pas et c'est
*la nature généreuse
du piémont pyrénéen*
qui vous le fait
franchir.



Montréal



Au rythme des sentiers

Pays de balades et de randonnées, le piémont pyrénéen vous offre une vingtaine de parcours qui répondront à toutes vos envies. Selon le temps dont vous disposez, vous pouvez très bien choisir la boucle « Lécussan église Saint-Martin » (très facile, 2h30), celle des « Tourelles - Pile funéraire de Clergue » (facile, 1h30) ou encore « Montréal et son lac » (facile, 2h30). La plus grande difficulté, c'est de choisir !

Toutes les
randos sont sur
l'application
Rando
Comminges





Les plaisirs de la canne

Entre paradis pour les pêcheurs au lac de Montréjeau (classé en première catégorie) et grandes plages pour les amateurs de courants profonds sur les bords de Garonne, le piémont pyrénéen réserve de jolies surprises pour celles et ceux qui aiment jouer du hameçon.

Écosystème fascinant

Située dans la vallée du Lavet de Derrière, **la tourbière de Cuguron** est constituée de sphaignes. Ces mousses acidifient l'eau qui les traverse et la stockent. Elles contribuent ainsi à sa régulation et évitent les inondations. Autre atout : comme elles ne se décomposent pas, elles conservent toute la matière organique non décomposée et représentent un formidable puits de carbone. Enfin, grâce à tous les pollens qu'elles conservent, leur analyse a permis de dater l'origine de la tourbière à -5.000 à -3.500 ans ! Pour la découvrir sans la piétiner, un chemin de randonnée offre un beau point de vue. Vous pourrez peut-être y observer les chevaux qui la pâturent et maintiennent le milieu ouvert.

Bordes-de-Rivières



Montréjeau



Cuguron



Tous au lac !

Le lac de Montréjeau c'est 30 ha d'eau, un Pavillon bleu fièrement dressé, deux labels qui illustrent les valeurs locales (Handiplage et Station Verte) et une base de loisirs qui régale toute la famille pendant l'été. L'aquaparc défoule les enfants ; le pédalo offre une balade zen aux parents pour admirer le Pic du Midi et le Nez de Napoléon ; la table de pique-nique réunit toute la tribu... Bref, c'est le paradis au pied du piémont pyrénéen !



☞ Sólo hay un paso entre la contemplación y la acción, y es la generosa naturaleza de las estribaciones pirenaicas la que le llevará hasta allí. Basta con recorrer una de las veinte rutas de senderismo para sumergirse en ella (¡y aún más en la aplicación Rando Comminges!). El bucle de la turbera de Cuguron es una forma fascinante de descubrir este ecosistema. En el lago de Montréjeau, pruebe a pescar o juegue con sus hijos (parque acuático, barca a pedales...).



Zoom sur...

Le Domaine de Valmirande

*Chambord des Pyrénées,
château de contes de fée,
magnifique, sublime...*

Les surnoms et les
superlatifs se bousculent
à l'évocation du Domaine
de Valmirande. Mais
connaissez-vous tous ses
secrets et anecdotes ?



🏰 Chambord in the Pyrenees, a fairytale castle, magnificent, sublime... There's no shortage of nicknames and superlatives to describe the Domaine de Valmirande. As you follow Yvonne, the legendary guide, you'll learn all about the site's rich history. Even if you can't visit the château, she'll share with you the many anecdotes and secrets that have made this magnificent estate of over 40 hectares so famous. Don't miss the arboretum, with its 180 species of trees, the chapel and the stables.

🏰 Chambord en los Pirineos, un castillo de cuento, magnífico, sublime... No faltan apodos y superlativos para describir el Domaine de Valmirande. Siguiendo a Yvonne, la legendaria guía, conocerá la rica historia del lugar. Aunque no pueda visitar el castillo, compartirá con usted las numerosas anécdotas y secretos que han hecho tan famosa esta magnífica finca de más de 40 hectáreas. No se pierda el arboreto, con sus 180 especies de árboles, la capilla y las caballerizas.

1 Histoire(s) de famille(s)

Construit à la fin du XIX^e siècle à la demande du Baron Bertrand De Lassus, le domaine appartient toujours à la famille De Lassus. Avec elle ont grandi plusieurs familles de la région, dont celle d'Yvonne qui y a vécu jusqu'à ses 23 ans. Qui est Yvonne ? Vous la connaissez bien puisqu'elle guide les visiteurs depuis plus de 20 ans. Ses parents et son frère ont travaillé au domaine. Aujourd'hui, elle y est guide bénévole et sa sœur œuvre au sein de la bibliothèque.



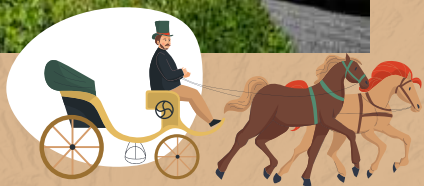
2 Destins liés

La famille De Lassus fait partie de la vie locale depuis 1760. Avant la naissance du Domaine de Valmirande, elle résidait dans l'hôtel de Lassus à Montréjeau, où se trouve l'office du tourisme aujourd'hui. Soutien à l'économie locale (jusqu'à 40 personnes ont travaillé au domaine), solidarité avec les œuvres de charité... L'histoire de la famille De Lassus se confond avec celle du piémont pyrénéen. Lorsque Bertrand de Lassus a acquis les terrains pour la construction du domaine, il a même été à l'origine de la première inflation immobilière de Montréjeau !



3 Un hymne à la montagne

Amoureux de la montagne (il était pyrénéiste), Bertrand de Lassus a voulu que son domaine soit tourné vers les Pyrénées. Où qu'il soit, il voulait toujours pouvoir les voir. Même quand la configuration d'une pièce vous obligeait à leur tourner le dos, il devait y avoir un miroir en face qui vous rappelle leur présence. Les Pyrénées un jour, les Pyrénées toujours !



4 Le sens du détail

Au sein du Domaine de Valmirande, plusieurs symboles rappellent les thèmes chers au Baron De Lassus. D'abord, il y a la grenade, en hommage à ses ancêtres qui ont repoussé les Maures jusqu'à Grenade lors de la bataille de Cadéac (1028). Ensuite, il y a la religion. En témoignent la superficie du domaine (quasiment équivalente à celle du Vatican), la présence d'un Citrus Poncirus, dont était faite la couronne d'épines du Christ, les nombreux rappels à la cathédrale de Saint-Bertrand-de-Comminges et le blason de la famille au-dessus de la porte d'entrée avec la devise de la Maison : « Dieu de Lassus loge nous la-sus ».



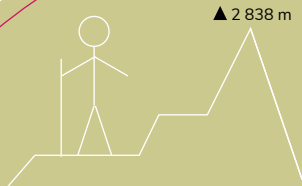
Dérivé du fameux « jeu du pendu », notre exercice a pour but de découvrir *9 sommets pyrénéens*.

Vous aurez à cœur de trouver chacune des lettres avant d'avoir dessiné la totalité du randonneur (13 traits).



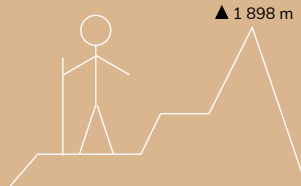
Restez au sommet

en jouant au
« Randonneur »



▲ 2 838 m

Pic de V _ _ _ _ _



▲ 1 898 m

P _ _ _ _ _

P _ _ _ _ _



Tuc d'Eychelle ▲ 2 315 m
Tuc de Quer Ner ▲ 2 389 m
Pic de Lampau ▲ 2 543 m
Pic de Poinchbrunet ▲ 2 569 m

Pic de la Pale de la Clauère ▲ 2 677 m

Pic des 3 comtes ▲ 2 689 m

Pic de Barlonguère ▲ 2 802 m

Port d'Orle ▲ 2 318 m

Mail de Bulard ▲ 2 750 m

Pic de Mauberné ▲ 2 880 m

Pic de Serre Haute ▲ 2 713 m
Portillon d'Albe ▲ 2 470 m

La Calabasse ▲ 2 210 m

Pic de Crabère ▲ 2 629 m

La Paloumière ▲ 1 608 m

Cap de Gauch ▲ 2 148 m

Pic de Huradic ▲ 2 104 m

La Malède du Pas de Chau ▲ 2 108 m
Cap de la Pique ▲ 2 034 m

Tuc de l'Étang ▲ 1 816 m

La Cagire ▲ 1 912 m

Eurat ▲ 2 154 m
Pic de Bacanère ▲ 2 193 m

◊ RD817 Labarthe-Inard

◊ Montspan

Arête des Cinglés

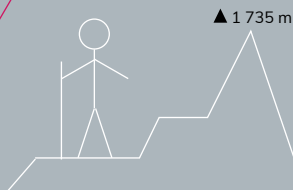
◊ Labarthe Inard

Col de Larrieu

Le Mourtis Vallée du Ger

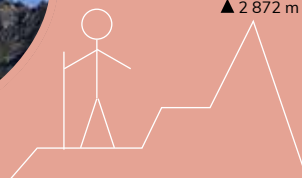
◊ Pointis Inard

Col de Caube



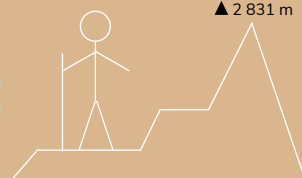
▲ 1 735 m

Pic du _ _ _



▲ 2 872 m

Pic du _ _ _ D _



▲ 2 831 m

_ _ _ Z _ _ _

Réponses

- 1 - Mont Vailier
- 2 - Pique Poque
- 3 - Pic du Gar
- 4 - L'Arblizon
- 5 - Pic du Midi de Bigorre



▲ 3 129 m

Pic des Gorges
Blancs

▲ 2 964 m

Pic de Hourcade

▲ 3 065 m

Pic des Spigeroles

▲ 3 174 m

Pic Schrader

▲ 2 451 m

Port de la Pez

▲ 1 685 m

Cap de Pouy

▲ 3 023 m

Pic du Lustou

▲ 2 147 m

Le Port de Balès

▲ 2 147 m

Le Mont Né

▲ 2 121 m

Sommet du Temple

▲ 2 079 m

La Montagne d'Areng

▲ 1 849 m

Pic de Mont Aspet

▲ 2 831 m

L'Arblizon

▲ 2 712 m

Pic de Montlaucon

▲ 1 722 m

Pic de Montaut

▲ 2 724 m

Pic des 4 Thermes

▲ 1 921 m

Signal de Bassia

▲ 2 339 m

Montaigu

▲ 1 851 m

Pic de l'Estibère

▲ 1 349 m

Pic de Ribeste

Crête du Seil
de la Baque

Massif
Luchonnais

◦ Zone de Perbost

Massif de
La Barousse

◦ Estancarbon

◦ Valentine ◦ Saint-Gaudens
◦ Gourdan

◦ Lourdes





Les Vallons de Gascogne

Le Comminges gascon





Boulogne-sur-Gesse



En arrivant dans les vallons de Gascogne, vous embarquez pour *un voyage temporel* où la culture a marqué de son empreinte chacune des grandes époques de la région.



Splendeur antique

Pendant l'Antiquité, la plus grande villa gallo-romaine de France se situait chez nous, dans les vallons de Gascogne, à Montmaurin ! Et elle y est toujours ! Il suffit d'observer les nombreux vestiges qui subsistent pour s'imaginer le luxe de cette propriété de 18 ha avec ses plus de 200 pièces d'habitation. De ses thermes à ses jardins luxuriants en passant par ses allées majestueuses, le site invite à un voyage dans le temps.

Côté culture



Déambulation historique

En pénétrant dans le cœur de la cité, vous reconnaîtrez peut-être les témoignages de ce qu'était Boulogne-sur-Gesse à sa naissance au XIII^e siècle : **une bastide fondée par les moines cisterciens de l'abbaye de Nizors.** Notre balade préférée ? Celle qui nous mène au hasard des ruelles du centre-ville. On prend à gauche ou à droite ? Peu importe ! Se perdre dans la bastide boulonnaise, c'est un peu comme voyager dans le temps. Il y a toujours un trésor, même infime, à découvrir.

Boulogne-sur-Gesse



Là où bat le cœur de la cité

Construite d'après un projet de l'architecte Achille Ambialet, en 1869, **la halle de Boulogne-sur-Gesse** forme un ensemble monumental qui rassemblait les fonctions de marché, de mairie et de justice. Sa structure mixte faite de pierre de taille et de métal lui confère une architecture intemporelle qui s'intègre parfaitement dans le village. Aujourd'hui classée Monument historique, elle accueille la mairie, l'office de tourisme et le bal musette de la fête locale.



Boulogne-sur-Gesse

Ready for a trip back in time? Your first port of call is Montmaurin, where you can visit the remains of a Gallo-Roman villa. Then it's on to Boulogne-sur-Gesse, where your stroll will take you back to the 13th century, when the bastide was founded. You'll come across the church of Notre Dame de l'Assomption, built in the 14th century, and the market hall, built in the 19th century. A little further on, at the Viaduc des Coucuts, let yourself be carried away by the Gascony history of the railway. After this fascinating journey, you deserve a break at the Jardins de la Poterie Hillen.

Gardienne des souvenirs

Commencée au début du XIV^e siècle et terminée plus tard, **l'église Notre Dame de l'Assomption** a vu grandir Boulogne-sur-Gesse et a grandi avec elle. À l'origine bâtie selon un plan rectangulaire, elle a notamment vu des chapelles latérales s'ajouter au XV^e siècle. Aujourd'hui, la partie basse est l'un des rares témoignages de l'architecture des bastides du XIV^e siècle, à l'image de la base de la tour carrée qui forme un porche voûté, soutenu par de gros piliers carrés. À retenir : il s'agit du plus grand édifice gothique du Comminges après la cathédrale de Saint-Bertrand.



Boulogne-sur-Gesse



Boulogne-sur-Gesse

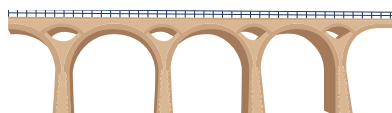


Boulogne-sur-Gesse



Centenaire bienveillant

Après avoir accueilli le chemin de fer qui menait à Toulouse pendant près de 50 ans, **le Viaduc des Coucuts**, plus souvent appelé « Viaduc de Boulogne-sur-Gesse », mène une retraite paisible au-dessus du lac de la ville. Viaduc le plus important de la ligne avec ses huit arches et ses 97 mètres de longueur, il surplombe une large zone dédiée aux loisirs de nature (pêche, baignade, pédalo, ...), lieu idéal pour une pause paisible et champêtre. Que vous soyez en pique-nique ou en randonnée sur le sentier dit du « Petit train », vous l'apercevrez toujours, tel un phare veillant sur vous.



Ressourcement garanti

Pays des merveilles, Jardin d'Eden, ... Le lieu mérite les plus belles comparaisons. Pourtant, **les Jardins de la Poterie Hillen sont uniques**. L'harmonie des aménagements, les doux sons de l'eau, les délices de « L'Esprit d'Elisa », les parfums des fleurs sauvages, le chemin des herbes aromatiques et plantes médicinales biologiques... Chaque mètre carré est un appel aux sens. Ici, vous pouvez méditer, flâner et surtout vous perdre. C'est encore la meilleure façon de découvrir cette ode à la nature.

¿Listo para un viaje en el tiempo? Su primera escala es Montmaurin, donde podrá visitar los restos de una villa galo-romana. A continuación, se dirigirá a Boulogne-sur-Gesse, donde su paseo le transportará al siglo XIII, cuando se fundó la bastida. Encontrará la iglesia de Notre Dame de l'Assomption, construida en el siglo XIV, y el mercado, construido en el siglo XIX. Un poco más adelante, en el Viaduc des Coucuts, déjese llevar por la historia gascona del ferrocarril. Tras este fascinante viaje, se merece un descanso en los Jardines de la Poterie Hillen.



Art de vivre

Admirez, humez, dégustez !

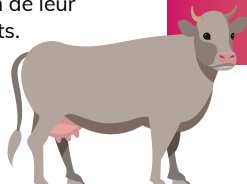
Bien plus qu'un simple marché, **le marché de Boulogne-sur-Gesse** est un lieu de rencontre, véritable concentré de convivialité made in les vallons de Gascogne. Vos yeux sont d'abord captés par la diversité des produits proposés. Viennent ensuite les senteurs qui témoignent de la fraîcheur et de l'authenticité des étalages. Et là, vous avez envie de goûter. Alors, vous posez des questions, vous commentez... et vous vous retrouvez à la terrasse d'un café à discuter de tout et de rien. Ça se passe comme ça le mercredi matin dans les vallons de Gascogne !

Boulogne-
sur-Gesse



Toujours plus de gourmandise

Le marché vous a certainement donné envie de découvrir davantage notre patrimoine culinaire. Pour cela, vous pouvez passer à la **boutique de produits locaux de l'office de tourisme** (on a goûté à tout, on pourra vous guider !). Vous pouvez également rendre visite aux **producteurs locaux**. Experts du porc noir de Bigorre, des haricots tarbais, du bœuf gascon..., ils seront ravis de vous accueillir pour vous partager la passion de leur métier et de leurs produits.



Les vallons de Gascogne
sont si beaux qu'on a
envie d'y goûter !
Bonne nouvelle : c'est
possible !
Ça s'appelle *la magie
commingeoise...*



Vous connaissez la Mounjetade ?

Si vous n'en avez jamais entendu parler, sachez une chose : **la Mounjetade (ou la Mounjetado), ce n'est pas du cassoulet !** Ne commettez pas cet impair de confondre les deux plats, surtout en présence des chevaliers de la Confrérie Pacifique et Souveraine des Tasto Mounjetos du Comminges. Ils veillent précieusement sur le patrimoine culinaire de la région. Comme on les connaît bien, ils ont accepté de nous confier la recette de la traditionnelle Mounjetade, notre ragoût paysan à base de haricots.



Boulogne-sur-Gesse



- 1 Faire tremper 24 heures 150 g de haricots tarbais par personne (il faut en cuire au moins pour 6, la succulence étant en proportion du nombre de convives !).
- 2 Pour celles-ci, il faudra 300 g de couenne de porc, 1 jarret ou un pied (ou les deux !), salés 48 heures et dessalés.
- 3 Tapisser le pot de cuisson (la oule) de couenne, intercalant haricots et viandes. Recouvrir d'eau froide, de 1 cm, et commencer la cuisson à feu moyen.
- 4 Préparer le roux à la graisse d'oie ou de porc. Y ajouter oignon, ail et carottes. Le mettre lorsque "le bout a levé".
- 5 On fait alors mijoter par une cuisson qui doit être un chuchotement, même un murmure, en remplaçant régulièrement l'eau évaporée par de l'eau froide. Important : ne jamais remuer les haricots. Agiter le pot.
- 6 Vers la fin de la cuisson, l'incorporation d'un hachis d'ail et de vieux lard est à recommander.
À l'époque des feux de cheminée, la oule mijotait sur les braises du matin au soir, quand les paysans étaient aux champs. Cette longue cuisson éliminant les qualités que l'on veut nocives... des matières grasses.



Pour les profanes...

Si vous ajoutez quelques morceaux de confit d'oie et de saucisse de Toulouse et passez ce plat au four, vous pourrez servir un cassoulet.

Los valles de Gascuña son tan hermosos que dan ganas de saborearlos. Es posible. La magia del Comminge comienza en los puestos del mercado de Boulogne-sur-Gesse. Para conocer mejor nuestro patrimonio culinario, puede pasarse por la tienda de la oficina de turismo o visitar a los productores locales. Expertos en cerdo negro de Bigorre, alubias de Tarbais, ternera de Gascuña... quizá puedan compartir con usted sus secretos para preparar la Mounjetade, nuestro guiso campesino a base de alubias y cerdo.

Par nature

Il suffit de prononcer leur nom pour que les vallons de Gascogne vous insufflent la *bouffée d'oxygène dont vous avez tant besoin.*

Inspirez, expirez et profitez de cette nature généreuse qui vous revigore.



C'est quand vous voulez

Sous l'œil attentif du viaduc, partez à la découverte de toutes les activités proposées **sur les rives du lac de Boulogne**. À chaque saison, faites selon vos envies ! En été, la **base de loisirs** vous accueille avec sa piscine chauffée avec toboggan, ses agrès de fitness en plein air, ses pédalos et son minigolf. À l'ouverture de la saison de la pêche, le lac se pratique de jour comme de nuit pour des **sessions de pêche au lancer ou au posé**. Toute l'année, avec la petite famille (Médor compris), vous pouvez profiter des abords du lac pour une captivante **course d'orientation** ou pour une pause sur l'aire de jeux.

La chasse aux balises

Vous adorez **combiner nature et aventure** ? Les vallons de Gascogne ont ce qu'il faut pour vous ! Avec leurs deux **parcours d'orientation** (autour du lac de Boulogne-sur-Gesse et dans la forêt de Cardeilhac), vous allez pouvoir aiguïser votre œil de lynx et vous challenger. Comprendre les reliefs, savoir se repérer dans l'espace... C'est exaltant ! Et pour afficher fièrement votre réussite, il vous suffira de montrer votre carte poinçonnée à chaque balise.

Forêt de Cardeilhac



Tous nos parcours d'orientation ici :



Just say the name and the valleys of Gascony will give you that much-needed breath of fresh air. Breathe in, breathe out and enjoy the bounty of nature that invigorates you. If you're more of a lake person, you'll love the Boulogne and Gimone lakes, where you'll find plenty of outdoor activities. For walkers, we recommend our favourites: the orienteering trails at Boulogne-sur-Gesse lake and the Cardeilhac forest, the Cardeilhac arboretum and the Côte de Biel and Montoussé.



Lac de Gimone



Voir grand

Besoin de respirer et de voir de grands espaces ? **Le lac de la Gimone** correspond certainement à ce que vous recherchez. Long de plus de 6 km et d'une superficie de 280 ha, il vous propose sa base de loisirs aquatiques en été et vous accueille toute l'année pour de belles balades dans un cadre préservé et authentique. Flâner sur ses rives ou y séjourner vous immerge dans des paysages somptueux. En vous y attardant, vous aurez le bonheur de faire connaissance avec la flore et la faune locales (moules, écrevisses, poissons-chats...).

Boulogne-sur-Gesse



Évasion sous la canopée

Créé en 1913 par les Eaux et Forêts, **l'arboretum de Cardeilhac** est l'un des premiers créés dans la région. Avec ses 13 ha, ce véritable jardin à la française vous amène à la découverte de plus d'une centaine d'essences d'arbres du monde entier. Après avoir parcouru ses allées, nous vous conseillons une pause à la maison de l'Arboretum. Lieu d'accueil et d'information, elle accueille régulièrement des animations nature et culturelles qui s'adressent à tous, petits et grands.

Cardeilhac



Joyau naturel

Découvrir **la Côte de Biel et Montoussé**, c'est s'immerger dans un environnement préservé classé Natura 2000. Situé au nord de Boulogne-sur-Gesse, ce coteau sec au paysage de bocage surplombe le lac de la Gimone. Constitué de prairies et de pelouses, il abrite un précieux trésor : une trentaine d'espèces d'orchidées ! On y retrouve également des insectes attirés par le vieux bois, des papillons et des libellules près des mares. Si l'humain intervient, c'est essentiellement avec l'élevage bovin. Les parcelles sont pâturées pour la plupart et fauchées pour d'autres. Pour le découvrir, un chemin de randonnée vous y amène depuis Boulogne-sur-Gesse. La boucle (environ 1h30 de marche) permet au printemps d'observer les orchidées et de profiter d'un beau point de vue sur les vallons de Gascogne.

 Basta con pronunciar su nombre para que los valles de Gascuña le den ese soplo de aire fresco que tanto necesita. Inspire, espire y disfrute de la generosidad de la naturaleza que le vigoriza. Si le gustan más los lagos, le encantarán los de Boulogne y Gimone, donde encontrará numerosas actividades al aire libre. Para los senderistas, le recomendamos nuestros favoritos: los recorridos de orientación del lago de Boulogne-sur-Gesse y del bosque de Cardeilhac, el arboreto de Cardeilhac y la Côte de Biel y Montoussé.



Dans les vallons de Gascogne, la confiance des initiés se mérite pour avoir le privilège d'être invité à une cueillette de champignons. Aujourd'hui, nous avons cette chance.

Zoom sur... une balade intime dans l'univers des champignons



Today, we were lucky enough to be invited on a mushroom-picking trip. Discreetly, our guide takes us into his secret undergrowth. Suddenly, he stops: a porcini mushroom ! Let's be careful not to disturb this natural scene. Our guide is keen to preserve the beauty and secrecy of the area. Harvesting is not just a pleasure to taste, it's an art that can be passed on, a lesson in humility in the face of nature. His advice: get advice to avoid poisonous mushrooms, be well equipped and respect nature.

Hoy hemos tenido la suerte de que nos invitaran a una excursión para recoger setas. Discretamente, nuestro guía nos adentra en su sotobosque secreto. De repente, se detiene: ¡un cep! Hay que tener cuidado de no perturbar esta escena natural. Nuestro guía quiere preservar la belleza y el secreto de la zona. La recolección no es sólo un placer para el paladar, es un arte que se transmite, una lección de humildad ante la naturaleza. Su consejo: asesórese para evitar las setas venenosas, vaya bien equipado y respete la naturaleza.



1 En mode furtif !

Notre guide passionné nous emmène dans l'un de ses recoins secrets en forêt (une place comme disent les cueilleurs). Garés à l'opposé du précieux chemin (pour induire en erreur les concurrents potentiels), nous nous engageons dans un sentier inattendu. Notre accompagnateur, panier en osier à la main, nous mène en silence, veillant à ce que nos mots restent entre nous.

2 À pas de loup !

Le sous-bois nous enveloppe de sa sérénité. Les feuilles tombent doucement. L'air automnal emplit nos poumons de ses parfums enivrants. On avance, guidés par l'expérience de notre compagnon, qui sait exactement où aller. Soudain, il s'arrête, pointe de son bâton un trésor : un cèpe ! Ce premier spécimen, avec son chapeau brun et son pied dodu, émerge de la mousse. L'émotion est palpable. Mais gare à nos pieds maladroits ! Surgie des feuilles mortes ici et là ... une tribu ! Ensuite, prenons garde à ne pas déranger cette scène naturelle et à dissimuler toute trace de notre passage. Notre guide tient à préserver la beauté et le secret des lieux.



3 En chemin, ...

il partage ses connaissances : la cueillette, dit-il, se pratique toute l'année, sauf en cas de grand froid ou de sécheresse. Chaque champignon a son arbre de prédilection, chaque site sa particularité. Ce n'est pas juste un plaisir gustatif, c'est une véritable communion avec la nature.

4 De retour, ...

il nous rappelle l'importance du nettoyage minutieux. Chaque champignon mérite d'être traité avec respect. Et si certains préfèrent les garder pour eux, notre guide, lui, les partage. Les offrir, c'est prolonger le plaisir, voir la joie dans les yeux de ceux qui les reçoivent. Pour lui, la cueillette est un art qui se transmet, une passion qui grandit avec le temps, une leçon d'humilité face à la nature.



Le guide vous conseille

- **Tous les champignons ne sont pas comestibles** : faites-vous accompagner par un connaisseur ou prévoyez un livre spécialisé.
- **La panoplie du cueilleur** comprend : un panier en osier (permet aux spores de se disperser pendant la marche, contrairement aux sacs en plastique qui peuvent altérer les champignons), un couteau spécial avec une brosse intégrée pour nettoyer les spécimens sur place et des vêtements adaptés (bottes imperméables et pantalon).
- La nature nous offre ses beaux champignons. Pour l'aider à conserver son **précieux équilibre**, le mieux est de ne ramasser que ce dont vous avez besoin et d'éviter de déraciner les champignons (coupez-les plutôt à la base pour préserver le mycélium). **En respectant les lieux**, les animaux et les panneaux d'indication, votre cueillette n'en sera que meilleure !
- Certaines zones sont protégées ou privées pour **préserver la biodiversité**. Demandez l'autorisation aux propriétaires.



Les Coteaux de Comminges

Aux portes du Comminges





Une histoire captivante,
des œuvres d'art qui se
mêlent à la vie des cités...

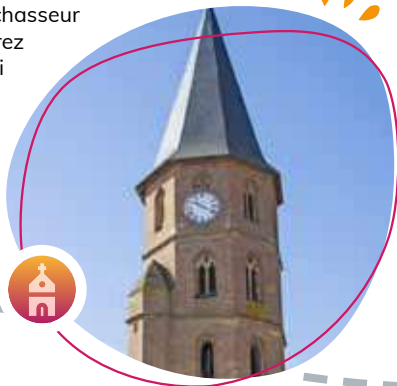
*La culture apporte
un souffle vivifiant
dans les coteaux de
Comminges.*



Empreintes historiques

Prenons un peu de hauteur et observons. Une ceinture entoure le centre historique de L'Isle-en-Dodon. Ancien fossé protégeant la cité, le Boulevard des Martyrs de Meilhan témoigne du **passé fortifié de la ville**. De ruelles étroites en placettes, flânez devant les façades des maisons typiques de l'architecture du pays gascon, avec leurs auvents et leurs colombages colorés, et tel un chasseur de trésor, découvrez les empreintes qui vous raconteront l'histoire de la commune.

L'Isle-en-Dodon



Côté culture

Une église fortifiée ?

Étonnant... La solution de cette énigme réside dans l'histoire du site où est bâtie l'**église Saint-Adrien**. En effet, L'Isle-en-Dodon, sorti de terre au XII^e siècle fut construit sur les restes de la chapelle du château de L'Isle en dodon. Ainsi, avec son architecture singulière, l'église Saint-Adrien raconte tout un pan de l'histoire de la cité. Son chevet fortifié avec ses deux tourelles est un vestige de l'église du château fort ; sa sacristie est l'ancienne chapelle du château. Autre particularité : lors de sa restauration en 2010, des peintures murales ont été découvertes dans le chœur. L'église Saint-Adrien, classée Monument historique, n'a pas fini de vous surprendre. La visiter, c'est s'offrir de jolies découvertes.



🎨 Culture brings a breath of fresh air to the Comminges hillsides. Just take a stroll through L'Isle-en-Dodon, where the architecture of the town centre and the church of Saint-Adrien evoke the town's fortified past. Push open the door of the town council chamber and you'll discover another part of the town's history thanks to two frescoes by Ariège painter Gaston Lagorre. At the former Saint-Frajou school, the present and future are represented by children's works on display at the Musée de la peinture.

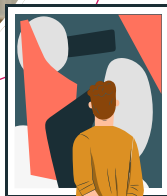


L'Isle-en-Dodon

Les dessins d'enfants s'exposent

Avec le **Musée de la peinture à Saint-Frajou**, les jeunes artistes jouent dans la cour des grands ! En plus de la collection permanente des œuvres de Ksenia Milicevic, le musée accueille de nombreux événements artistiques dont la Biennale internationale des dessins d'enfants. Les œuvres produites lors de cet événement unique sont conservées par le musée et font l'objet d'expositions dans une des salles qui leur est consacrée. Cette particularité le lie à l'histoire de son bâtiment, l'ancienne école communale.

Ouvert de mi-avril à mi-octobre
(réservation auprès de l'office du tourisme)



Œuvres mémorielles

À L'Isle-en-Dodon, lors des séances du conseil municipal, l'Art et l'Histoire veillent sur les décisions des élus : entre 1945 et 1946, le peintre ariégeois Gaston Lagorre a réalisé deux œuvres impressionnantes qui ornent les murs de la salle du conseil. La première, **une fresque aux couleurs chatoyantes**, célèbre la vie dans les campagnes au fil des saisons. La seconde, sous forme de triptyque, rend hommage aux martyrs assassinés le 7 juillet 1944 par les Allemands au maquis de Meilhan.



Saint-Frajou



La culture apporte un souffle d'air frais aux vallées des Comminges. Il suffit de se promener à L'Isle-en-Dodon, où l'architecture du centre et l'église de Saint-Adrien évoquent le passé fortifié de la ville. Ouvrez la porte de la mairie et découvrez une autre partie de l'histoire de la ville grâce à deux fresques du peintre ariégeois Gaston Lagorre. Dans l'ancienne école de Saint-Frajou, le présent et le futur sont représentés par les œuvres des enfants exposées au Musée de la Peinture.

Art de vivre

Les coteaux de
Comminges savent
vous faire vivre
l'ascenseur émotionnel
à tous les niveaux,
même dans l'assiette !
Plaisirs des yeux et des
papilles, les spécialités
locales sont là pour vous
émoustiller.

L'Isle-
en-Dodon



Au fil des étals

Nous sommes samedi matin.
C'est donc le moment idéal pour
aller découvrir **l'un des marchés
emblématiques** des coteaux de
Comminges : le marché de L'Isle-
en-Dodon. Véritable festival de
senteurs, de couleurs et de saveurs,
c'est l'événement local à ne pas
rater. Votre panier sous le bras,
vous ne suivez qu'un seul guide :
vos sens. Faites-leur totalement
confiance. Ils vous conduiront
vers des destinations gustatives
authentiques.



🍷 Anan beer, rillettes, black pork pâté, foie gras, duck confit, cheeses... The gastronomic heritage of the Comminges hillsides has a way of making your mouth water. Whether you visit the local producers, the market, the market hall in L'Isle-en-Dodon or the organic bakery La Huchette, you'll always find something to tantalise your taste buds.



L'Isle-en-Dodon

La générosité des halles

Situées au centre du village depuis le milieu du XIX^e siècle, **les halles de L'Isle-en-Dodon** participent autant aux événements locaux qu'au quotidien des habitants. Indissociables de la vie du bourg, aucune animation ne s'organise sans elles. Que ce soit pour les rendez-vous réguliers comme le marché traditionnel du samedi matin ou pour des événements plus ponctuels comme les brocantes et vide-greniers, elles accueillent toutes celles et tous ceux qui désirent sentir battre le cœur du village.



Trésors du terroir

Bière d'Anan, rillettes, pâté de porc noir, foie gras, confit de canard, fromages... Mmmm... Il suffit qu'on vous chuchote ces mots magiques pour que vous n'ayez qu'une envie : goûter ! Vous avez de la chance, tous ces délicieux produits locaux font partie du **patrimoine gastronomique des coteaux de Comminges**. Pour les trouver, rien de plus simple ! Entre la boutique de produits locaux au bureau d'information touristique et le marché à L'Isle-en-Dodon, vous rencontrerez certainement des producteurs et artisans fiers de vous partager leur savoir-faire.



L'Isle-en-Dodon

Temple du bon pain

La Huchette fait partie des étapes incontournables de L'Isle-en-Dodon. Experte dans le pain au levain naturel cuit au véritable four à bois, la boulangerie vous propose également des produits issus de l'agriculture biologique et réalisés avec amour. Valérie et Didier vous parleront avec passion de leur métier et vous feront sûrement goûter aux noisettes, l'une des spécialités de la maison.



Par nature"

Dans les coteaux de Comminges, si vous n'allez pas vers la nature, *c'est la nature qui viendra à vous.* Omniprésente et charmeuse, elle accroche votre regard... et votre cœur.



L'Isle-en-Dodon

Le lac de tous les possibles

Au beau milieu des coteaux de Comminges, laissez-vous envoûter par la plénitude qui règne au lac de L'Isle-en-Dodon. Ses rives ombragées sont **un havre de paix pour les balades**, les pique-niques, les siestes ou les journées jeux avec les enfants. Pendant la saison de la pêche, les as de l'hameçon (ou simples amateurs) y trouveront également leur bonheur.



À la rencontre du lac de Saint-Frajou

Si vous rêvez d'un endroit isolé pour vous balader ou pêcher, le lac de Saint-Frajou est parfait. Nous, ce qu'on aime, c'est **parcourir les 10 km du "Sentier du lac"**. Au départ d'une table d'orientation avec une vue magnifique à 360°, il vous emmène dans les coteaux de Comminges pour atteindre le lac et découvrir son environnement préservé, presque sauvage. À votre arrivée, pas de baignade possible (c'est interdit) mais un moment de méditation ressourçant.



🌿 In the Comminges hills, your first taste of nature will be on the shady shores of L'Isle-en-Dodon lake, where you can choose between orienteering and meditation. At the Lac de Saint-Frajou, the 10km 'Sentier du lac' trail takes you through an unspoilt environment. For the best views of the Comminges hillsides, head to the Puymaurin path, the Saint-Frajou viewpoint and the Agassac orientation table. The icing on the cake: meet the donkeys from Marquise & co in Anan.

L'aventure vous attend

Carte en main, votre boussole intérieure en action, partez à la conquête des balises que vous trouverez sur le **parcours d'orientation du lac de L'Isle-en-Dodon**. En vous lançant dans cette aventure, vous allez non seulement révéler vos talents cachés de baroudeur mais vous allez surtout prendre un grand bol d'air au cœur de la nature généreuse des rives apaisantes du lac. vous découvrirez les bases de l'alpinisme en toute sécurité.

Tous nos parcours d'orientation ici :

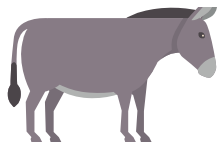


L'Isle-en-Dodon

Prendre de la hauteur

Si vous aimez l'état de contemplation que procurent les panoramas, nous vous conseillons un petit circuit qui va vous faire découvrir **les plus belles perspectives des coteaux de Comminges**. Vous pouvez commencer par gravir le chemin de ronde de Puymaurin pour profiter d'une vue grandiose sur les Pyrénées. Ensuite, depuis le point de vue de Saint-Frajou, un spectacle imprenable sur la campagne s'offre à vous dans toute sa majesté. Enfin, à la **table d'orientation d'Agassac**, laissez-vous envahir par la beauté du tableau que la nature a peint devant vous.

Anan



Marquise & co

C'est l'histoire d'une rencontre. Catherine était passionnée par les équidés. Marquise attendait son premier petit ânon. C'était en 2014. Depuis, elles ne se quittent plus. De ce coup de foudre est née Marquise & Co, **une jolie tribu de 12 ânes** qui vous accueille à Anan (bien trouvé, non ?). Vous y rencontrerez des animaux calmes, très gentils et très câlins lors d'ateliers d'asino-médiation, de séances câlinou, de promenades à dos d'âne ou à bord de L'Escargoline. De quoi s'agit-il ? Cette ingénieuse carriole tirée par un âne permet aux enfants, aux personnes âgées ou en situation de handicap de se balader en compagnie des ânes en sécurité (sur réservation).

Enfin, prolongez le plaisir avec la visite de la ferme et même avec une formation si vous souhaitez vous aussi céder à la passion des ânes.



En las colinas de Comminges, su primer contacto con la naturaleza será en las umbrías orillas del lago de L'Isle-en-Dodon, donde podrá elegir entre la orientación y la meditación. En el lago de Saint-Frajou, el sendero «Sentier du lac» de 10 km le llevará por un entorno virgen. Para disfrutar de las mejores vistas de las laderas de Comminges, diríjase al sendero de Puymaurin, al mirador de Saint-Frajou y a la mesa de orientación de Agassac. La guinda del pastel: conocer a los burros de Marquise & co en Anan.



Zoom sur... 1,2,3... à vos mollets !



Pour vous, les coteaux
de Comminges

c'est à VTT sinon rien !

De rapaillons donnant sur
des paysages à couper
le souffle en descentes
dans des cours d'eau, le
bonheur de l'effort sera
au rendez-vous.

Alors, ça vous tente ?

🎵 For you, the Comminges hillsides mean mountain biking or nothing at all! So we're taking you on the 'L'Isle-en-Dodon VTT noir' trail. Right from the start, you don't need a map. With the FFC-VTT signposting and GPS guidance from the Rando Comminges app, it's easy to find your way around. During the 54.3 km of mountain biking, the landscape is light and airy, the relief undulating, sometimes with a view of the Pyrenees. Hills, groves, stone-lined paths, isolated farms, patchwork of fields... It's an absolute nature bath!

🗺️ Para usted, las laderas de Comminges son sinónimo de bicicleta de montaña o de nada. Así que te llevamos por el sendero «L'Isle-en-Dodon VTT noir». Desde el principio, no necesitará ningún mapa. Con la señalización de la FFC-VTT y la guía GPS de la aplicación Rando Comminges, es fácil orientarse. Durante los 54,3 km de bicicleta de montaña, el paisaje es ligero y aireado, el relieve ondulado, a veces con vistas a los Pirineos. Colinas, arboledas, caminos empedrados, granjas aisladas, mosaicos de campos... ¡Un auténtico baño de naturaleza!

1 Double assistance sur la navigation, au top !

Dès le départ, pas besoin de carte. Entre le balisage FFC-VTT et le guidage GPS de l'application Rando Comminges, c'est facile de s'orienter. En plus, le balisage terrain est facile à comprendre. Il est même très bien pensé car il indique à l'avance le parcours (pas dans l'intersection mais bien avant). Les routes et passages dangereux sont également signalés.

Allez, c'est parti ! On enchaîne les chemins les uns après les autres. C'est fluide. Un doute sur le parcours ? L'application Rando Comminges nous géolocalise en mode hors ligne. Impossible de se perdre dans les coteaux ! Il n'y a qu'à se concentrer sur le dénivelé. Si on s'arrête, c'est pour souffler ou admirer les magnifiques points de vue.



2 Bain de nature absolu

Pour un aficionado de la nature, quelle meilleure expérience que de **découvrir un territoire par les chemins** ? Pour ces 54,3 km de VTT, c'est la grande découverte : Martisserre, Frontignan-Savès, Agassac, Mauvezin...

Dès le premier point dominant, on en prend plein les yeux. Le paysage est aérien, lumineux, le relief est ondulé, parfois ouvert sur la chaîne des Pyrénées. Nous découvrons des collines, des bosquets, des chemins bordés de pierres, des fermes isolées accompagnées de leur patchwork de champs, des routes de campagnes qui mènent à travers des hameaux parfois même à travers des habitations ! Et le top, c'est qu'ici, en pleine campagne, seuls les bruits de la nature nous accompagnent.

3 Ohh, ohhh, ooohhhh !

Le VTT dans les coteaux de Comminges, ça déménage, alors petits conseils, accrochez-vous à votre guidon car le dénivelé est bien présent !

Qu'on se le dise : si vous imaginez un parcours soft, genre juste quelques collines, ça va vous faire drôle. Avec « L'Isle-en-Dodon VTT noir », il faut avoir des mollets et, surtout, du mental. C'est ça le sport après tout !





Les petites Pyrénées

La croisée des chemins





Petites Pyrénées mais costaudes !

Dans ce coin de paradis, la culture ne fait pas les choses à moitié. Votre cœur a intérêt d'être bien accroché car il va vivre de grandes émotions.



L'étonnante église Saint-Pierre-aux-Liens

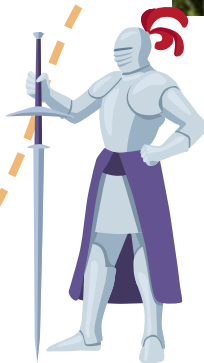
Encastrée dans les remparts de la première enceinte du XIII^e siècle dont elle est contemporaine, l'**église Saint-Pierre-aux-Liens** fait partie du système défensif des premiers seigneurs d'Aurignac. Grâce à sa position dominante, elle a échappé aux remous de l'Histoire. Elle a toutefois fait l'objet de réparations, restaurations et autres remaniements au fil du temps, ce qui lui donne cette architecture si particulière, témoin des siècles qu'elle a traversés.

Côté culture

Bienvenue dans le passé médiéval d'Aurignac !

Tour de guet, remparts, fortifications, château, colombages, jardins médiévaux... **Tout le village vous plonge dans le Moyen Âge.** Et si vous osez affronter les marches qui mènent jusqu'au donjon, vous serez récompensé par une vue vertigineuse sur les Pyrénées et les massifs qui entourent la cité. De là, vous pourrez enclencher votre appareil photo. Attention, prévoyez assez de batterie et de mémoire car vous allez en prendre plein l'objectif !

Aurignac



Tous au château !

Difficile de passer à côté du **château comtal** sans le voir. Il règne en maître sur la cité d'Aurignac et sur les paysages environnants ! Édifié au XIII^e siècle, il témoigne de la place forte qu'occupait Aurignac au Moyen Âge, comme chef-lieu d'une importante châtellenie des comtes de Comminges. Véritable vaisseau temporel, il vous emmène dans le passé glorieux d'Aurignac, réputée autrefois pour ses marchés d'étoffes et de bétail, ses poteries et ses tanneries.

🎵 The history of the Little Pyrenees begins in prehistoric times with the Aurignac shelter and the Aurignacian museum. It continues in the Middle Ages in Aurignac with the church of Saint-Pierre-aux-Liens, the ramparts, the château comtal... The whole village is steeped in medieval times. And if you climb the steps up to the keep, you'll be rewarded with a breathtaking view of the Pyrenees. You can return to the present in the Maison patrimoniale de Barthète in Boussan, which houses both classical and contemporary works.



Là-haut

Situé au sommet de l'éperon rocheux, **le donjon du château** domine le village qui s'est développé autour de lui, à l'abri de ses murailles crénelées. Si vous parvenez au bout de ses 404m d'altitude, une vue imprenable sur la chaîne des Pyrénées ainsi qu'une table d'orientation vous attendent. Puis, pour reprendre votre souffle, profitez d'un espace détente dans l'Hortus castral avec de grands jeux en bois et des ateliers ludiques médiévaux. Motivant, non?



Ici naquit la science de la Préhistoire

Rien que ça ! C'est en 1860 qu'Édouard Lartet lance l'exploration du site de l'abri d'Aurignac. Il démontre alors que l'être humain vivait sur terre avant le « Grand Déluge », à une époque où on situait les premiers pas de l'Homme dans les récits bibliques. Avec la découverte des signes d'une culture avancée (taille des silex et des os, outillage...), l'abri d'Aurignac a même donné son nom à l'ère qui marque le début du Paléolithique supérieur : l'Aurignacien.



Aurignac



Aurignac



Aurignac



Source de bonheur

À Boussan, au bout d'une allée de platanes, entourée d'un parc arboré, vous attend **la Maison patrimoniale de Barthète**. De style néo-classique, l'édifice accueille des curistes de 1863 à 1927. La source thermale y coule toujours. Dans cet espace singulier, vous découvrirez des œuvres classiques et contemporaines. Réalisées par des artistes plasticiens français et internationaux, elles ponctuent la visite faisant parfois écho aux collections de carreaux de faïence et de céramiques anciennes.

Temple de la Préhistoire

Au **musée de l'Aurignacien**, le voyage se fait sans escale. Les vitrines du musée vous plongeront dans le mode de vie du premier humain anatomiquement moderne et dans son environnement. Vous découvrirez ainsi qu'ici, en -36 000 environ, vivaient des mammouths, des hyènes des cavernes et des rhinocéros laineux, une faune glaciaire aujourd'hui disparue. À la sortie, le sentier d'interprétation vous guidera vers l'abri d'Aurignac, lieu de la découverte du site, dans les traces de ses occupants.



La historia de los Pequeños Pirineos comienza en la prehistoria con el abrigo de Aurignac y el museo aurignaciense. Continúa en la Edad Media en Aurignac con la iglesia de Saint-Pierre-aux-Liens, las murallas, el castillo comtal... Todo el pueblo está impregnado de la época medieval. Y si sube las escaleras hasta la torre del homenaje, se verá recompensado con una vista impresionante de los Pirineos. Puede volver al presente en la Maison patrimoniale de Barthète, en Boussan, que alberga obras clásicas y contemporáneas.



Art de vivre

*Terres de rencontre
et de partage,
les petites Pyrénées
n'aiment rien tant que
vous faire découvrir les
valeurs qui font leur
identité : générosité et
convivialité.*

Aurignac



Le rendez-vous d'ici

En arrivant dans les petites Pyrénées, nous vous conseillons de bloquer de suite le samedi matin dans votre agenda : c'est le temps du **marché d'Aurignac** ! Eh oui, c'est le moment de la semaine où on arrête les pendules. On discute, on écoute, on savoure... On vit ! Aller sur le marché, c'est comme prendre une grande bouffée d'humanité et d'authenticité. Alors, profitez-en pour faire le plein !





Place à la gourmandise !

Pour **un repas aux couleurs et aux saveurs des petites Pyrénées**, nous vous conseillons : un pain aux céréales bio de chez les Mauvais frères, une belle pièce de boeuf de la ferme du Pujoloun, accompagnée des légumes de la Fourche trotteuse, et un fromage de chèvre de la Ferme d'Estraous, saupoudré de spiruline de la Fée spiruline. Pour le dessert, nous vous donnons rendez-vous à la ferme de l'Omière pour une dégustation de crèmes glacées confectionnées avec le lait de leurs vaches.

Aurignac



Aurignac

Entrez sans frapper !

Voici le slogan qui définit bien **La Cafetière**. À la fois bistrot, dépôt de livres, lieu d'expositions, Repère vélo, espace de coworking... cet endroit magique ouvre de nombreux horizons. Dans ce tiers-lieu culturel situé à Aurignac, il y a toujours une activité à partager. Concert, club de lecture, café rencontre, atelier d'anglais, bar à jeux, ateliers créatifs pour jeunes et adultes... Animée toute la semaine, La Cafetière vous offre une parenthèse conviviale et chaleureuse, à l'image des petites Pyrénées. Et si vous décidez d'installer votre entreprise dans la région, La Cafetière vous accueillera avec plaisir. Le lieu propose des espaces pro et des services pour les entreprises. Quand on vous dit que cet endroit est magique...

La generosidad y amabilidad de los pequeños pirineístas se palpa desde que se pone un pie en el mercado de Aurignac. Degustar los productos locales y descubrir el saber hacer local forman parte de un animado intercambio. Encontrará el mismo ambiente auténtico en La Cafetière. Siempre hay algo que hacer en este tercer lugar cultural de Aurignac. Concierto, club de lectura, café rencontre...



Par nature

À la lecture de leur nom, vous avez imaginé les petites Pyrénées comme une destination où nature rime avec grandeur et ressourcement ? Vous avez vu juste !



Aurignac

Par tous les chemins...

Au cœur des petites Pyrénées, ce ne sont pas dix mais près de **trente parcours** qui vous attendent ! **À vélo, à cheval ou à pied**, vous allez pouvoir vous plonger dans les merveilles que nous offre notre nature. Pour faire votre sélection, tout dépend évidemment du temps dont vous disposez et du niveau de difficulté que vous attendez. Par exemple, si vous choisissez le "Sentier de la Borie" (4 km), vous partez pour une balade historique assez tranquille d'1h30. À l'opposé, le "Sentier des 7 collines" (15,4 km - 4h) nécessite une condition plus sportive avec ses dénivelés. Bien sûr, vous avez le droit de prendre des pauses, surtout avec les beaux points de vue qui jalonnent le parcours !



Toutes les randos sont sur l'application Rando Comminges



When you read the name, you imagined the Little Pyrenees as a destination where nature rhymes with grandeur and rejuvenation? Then you're right! By bike, on horseback or on foot, you can immerse yourself in the wonders that nature has to offer. More than thirty routes await you (they're all on the Rando Comminges app). Some of them will take you on a discovery of nuggets such as the Lac de Saint-André, the colline Martin and the panorama of Joulin.



Les Pyrénées, les yeux dans les yeux

Nous, dans les petites Pyrénées, on sait où vous allez pouvoir atteindre des sommets d'émerveillement. Depuis la **colline Martin** et le **panorama de Joulin**, ce n'est pas la lune ni les étoiles que vous allez toucher (quoique) mais la chaîne des Pyrénées. Du célèbre Mont Valier au Pic de Midi de Bigorre en passant par l'Aneto (point culminant des Pyrénées à 3 404m), ces deux points de vue vous offrent un spectacle panoramique comme vous en avez rarement vu. On ne vous promet pas la lune, juste le bonheur...



Aurignac



Saint-André



Lac de Saint-André

En sortant de la forêt de Fabas, préparez-vous à faire face à une apparition. Il s'agit du **lac de Saint-André**. Appréciée par les pêcheurs de carnassiers, cette étendue d'eau classée en deuxième catégorie vous accueille dans un environnement paisible et préservé. En vous posant sur ses rives et en contemplant le paysage, vous pourrez vous imaginer dans des contrées lointaines. Prêt pour le voyage ?



Al leer el nombre, ¿ha imaginado los Pequeños Pirineos como un destino donde la naturaleza rima con grandeza y rejuvenecimiento? Pues está en lo cierto. En bicicleta, a caballo o a pie, podrá sumergirse en las maravillas que ofrece la naturaleza. Le esperan más de treinta rutas (todas en la aplicación Rando Comminges). Algunos de ellos le llevarán a descubrir pepitas de oro como el Lac de Saint-André, la colline Martin y el panorama de Joulin

Zoom sur... la fée Spiruline

*Je suis de couleur verte,
je ressemble à une plante
ou même à une algue
mais que nenni, je ne suis
ni l'un ni l'autre ! Je suis la
spiruline, une cyanobactérie, un
micro-organisme surprenant
découvrez moi !
Et vous savez quoi ? Je me
sens si bien dans la campagne
Commingeoise que je m'y
développe avec plaisir.*

🌿 With its emerald green colour and beneficial properties, spirulina is intriguing. To meet her and find out how she is produced, we invite you to visit La Fée Spiruline, in Aurignac. In the peace and quiet of the greenhouses, you'll meet Sabine, who will tell you all about her little protégée that she cultivates with love.

🌿 Con su color verde esmeralda y sus propiedades beneficiosas, la espirulina resulta intrigante. Para conocerla y saber cómo se produce, le invitamos a visitar La Fée Spiruline, en Aurignac. En la tranquilidad de los invernaderos, conocerá a Sabine, que le contará todo sobre su pequeña protegida que cultiva con amor.

1 Je grandis en élevage

L'air est chaud, le lieu est silencieux, le bruit des brasseurs dans l'eau se mêle au chant des oiseaux. **Sous la serre, vous me découvrez avec toute ma famille.** C'est là que je suis née et que je grandis, dans ces longs bassins contenant de l'eau colorée de vert. Et si cette eau est si joliment verte, ce n'est pas parce que c'est un jardin aquatique. C'est grâce à moi, la spiruline ! Vous pouvez vous approcher au bord du bassin mais vous ne me verrez pas. Je suis microscopique. Des dizaines de questions se bousculent dans votre tête ? Pas de panique, ma maman, Sabine, a toutes les réponses.



2 Récoltée dans la douceur

Je suis si fragile que lorsque Sabine me sépare de l'eau, elle le fait tout en délicatesse. Chaque geste est mesuré et respectueux pour ne pas me perturber.

Étape par étape, je me sépare moi-même de mon eau par écrémage. Même si leur métier paraît solitaire, les spiruliniers ne travaillent pas seuls. Ils sont avec nous, des milliards de cyanobactéries ! Il leur faut des heures et des heures de travail pour sortir quelques kilos de notre matière. Ensuite, égouttée et pressée sous vide, je suis extrudée sous forme de spaghettis qui vont sécher à basse température pour ne pas altérer mes propriétés.

Dans ses gestes, ses mots, ses explications, Sabine transmet autant de passion que de respect pour le produit qu'elle crée avec moi. Un savoir-faire qu'elle a acquis elle-même en apprenant à nous connaître chaque jour, nous ses petites protégées.



3 J'exalte les saveurs

Derrière ma couleur verte surprenante, se cachent de super pouvoirs qui inspirent les cuisiniers. Sabine s'y connaît. C'est pour ça qu'elle joue avec moi en m'intégrant dans certains plats comme son célèbre mélange tomate séchée-huile de colza-cumin (un délice !). Non seulement j'apporte de la couleur mais en plus je contiens plus de protéines, de fer, de bêta-carotène, d'acide gamma-linolénique et de phycocyanine qu'aucun autre aliment connu ! Vous comprenez maintenant pourquoi certains chefs curieux s'amusent avec moi pour sublimer leurs créations culinaires. On passe à table ?



Nos Coups

① Ophélie

La chapelle de Brouls

La chapelle de Brouls à Pointis Inard qui est pour moi un vrai havre de paix préservé et qui offre un très joli panorama sur les Pyrénées. Je tiens beaucoup à ce lieu où j'ai de très bons souvenirs en famille. Cet endroit est peu connu et intimiste.



② Susy

Le château de Saint-Marcet

Le coucher de soleil depuis le château de Saint-Marcet, ce lieu mystique et hors du temps. Les couleurs flamboyantes et la vue sur les Pyrénées, font de cet instant un moment magique !



③ Marion

Saint-Lary Boujean

La vue sur les Pyrénées en automne depuis les Coteaux de Comminges. Sur la colline où je me rends, règne une atmosphère apaisante, un moment suspendu face aux montagnes. Incroyable !



Pic de Cagire

Cagireeee ! Qui n'aime pas Cagire ? Le plus beau Pic du Comminges ! Où que l'on aille, il se dresse en majesté sous nos yeux écarquillés ! Un instant suspendu !

④ Karim

de 

8 sites incontournables
sélectionnés par l'équipe
de l'Office de Tourisme
« Destination Comminges
Pyrénées »



⑦ *Veronique*

Saint-Gaudens

La jolie Chapelle de la Caoue à
Saint-Gaudens où j'ai tant de
souvenirs. Enfants, on s'y amusait
à se faire peur, notamment près
de la petite fontaine.



⑥ *Isabelle*

Aurignac

Le banc de Joulin offre une vue unique
sur la cité médiévale d'Aurignac. Un
rendez-vous intime où l'on se rendait
en famille, pour admirer un instant ce
village que l'on chérit tant.



Puymaurin

J'aime Puymaurin, un joli petit village
avec des maisons à colombages et sa
belle église Saint-Pierre-aux-Liens. Il ne
faut pas manquer le chemin de ronde
avec vue sur les coteaux et bien sûr sur
les Pyrénées !

⑤ *Evelynne*





*Offrez-vous un bout
de Pyrénées*

Faites un cadeau à
vos proches ou
ramenez un souvenir
de qualité, authentique
et 100% local
de votre séjour.

Les boutiques *J'achète en Comminges*

Pâté de canard
La ferme du Coudin
> 6€



Jus de pomme bio
Les vergers de la Gentille
> 3,30€



Bière
La binette
> 3€



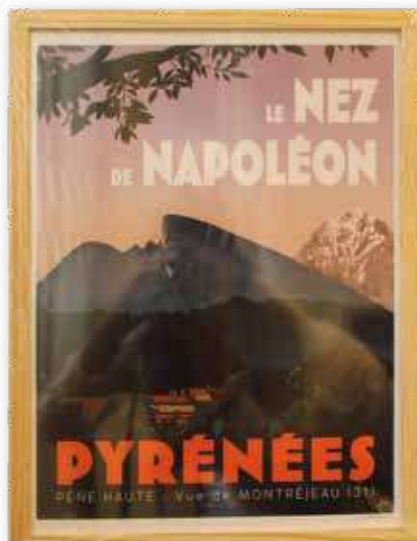
Carte postale en aquarelle
Marianne & Juliette
> 2€



Un bout de Comminges avec vous !

Souvenirs, produits régionaux, artisanat, rendez-vous dans nos cinq boutiques dans les offices de tourisme pour découvrir nos produits locaux. Le territoire nous offre un choix varié d'articles sélectionnés avec soin. On vous propose des coffrets sur mesures selon vos envies. Nous connaissons tous nos partenaires et nous saurons vous aider dans vos choix.

Affiche
Corbac Editions
> 15€



Tous vos
commerçants
sont ici :



Bienvenue sur la place de marché locale web du Comminges ! Découvrez vos commerces de proximité, artisans et producteurs du territoire Comminges Pyrénées sur www.jacheteencomminges.fr



Alors, on joue en occitan ?

Que m'apèri
Je m'appelle...

Quina ventèra !
Il y a beaucoup de vent !

*Coma vas /
Quin va(s)*
Comment vas-tu ?

*Quina calor ! /
Quin caumàs*
Quelle chaleur !

Adiu / adishatz
Bonjour (ou au revoir)

et aussi...

Église : *glèisa*

Marché : *mercat*

Fête : *hèsta*

Soleil : *solelh*

Brouillard : *trumàs*

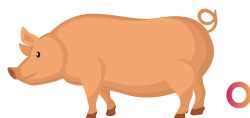
Nuage : *groma*

Promenade : *passegada*

Pluie : *ploja*

Mathieu Fauré et
Marco Farré-Barthe
Association
Eth Ostau Comengés
ostaucomenges.org

Reliez l'image
avec le bon mot
en occitan



porcherie



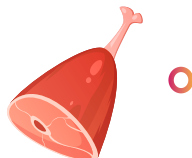
haricot



chien



moineau



jambon



oignon



chaise



chat



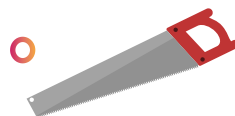
cuisine



charrette



table



scie



orage

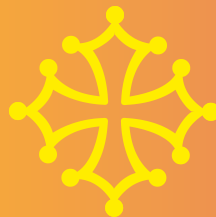


balai

- ☐ Gat
- ☐ Can
- ☐ Mongeta
- ☐ Baleja
- ☐ Parat
- ☐ Taula
- ☐ Gadièra
- ☐ Codina
- ☐ Arresèga
- ☐ Porcatèra
- ☐ Garreton
- ☐ Priglada
- ☐ Geba
- ☐ Gambalhon

Place aux
experts !

Vous aimez la langue occitane ? Vous en voulez encore ? Eh bien, nous ne pouvons que vous recommander de prendre contact avec Eth Ostau Comengés (La Maison Commingeoise). Cette association de passionnés parle, danse, peint, chante, vit... en occitan ! Il suffit de passer quelques heures avec eux pour s'immerger totalement dans la culture occitane.



Réponses

Chat = Gat
Chien = Can
Haricot = mongeta
Balai = baleja
Moineau = parat
Table = taula
Chaise = cadièra
Cuisine = codina
Scie = arresèga
Porcherie = porcatèra
Charretton = garreton
Orage = priglada
Oignon = geba
Jambon = gambalhon

Terre de fêtes



Jazz en Comminges à Saint-Gaudens

WEEK-END DE L'ASCENSION

Quatre soirées, cinq jours sous le signe du jazz lors du **pont de l'Ascension**. Voici pour le calendrier. Côté programme, vivez de grands moments de **convivialité** autour de créations **musicales originales** avec des **artistes de tous horizons**. Pour profiter pleinement de l'événement, pensez « Pass » !



Ciné dans les Coteaux

TOUS LES ÉTÉS

Chaque été, de la mi-juillet à début août, le grand écran étend sa toile **en plein air**, à L'Isle-en-Dodon et dans les **villages alentours**. Au programme des plus de 15 soirées, un **repas à 20h** et un **film à 22h**. Après **25 ans d'existence**, l'événement fait partie des **rendez-vous incontournables** des soirées estivales de la région.

Galleries d'expositions

TOUTE L'ANNÉE

L'Office de Tourisme de la Destination Comminges Pyrénées vous propose des **expositions** à la Galerie Photo du bureau de **Saint-Gaudens** et à l'Espace André Marquerie, situé dans l'Hôtel de Lassus au bureau de **Montréjeau**. Soyez curieux !



Les Journées du Boulonnais

TOUS LES 3 ANS, EN SEPTEMBRE

En alternance avec Les Pyrénéennes et Les Journées agricoles du Volvestre, la manifestation offre une **immersion au cœur du territoire**. Découverte des **activités agricoles**, des **savoir-faire locaux**, de la **gastronomie** et **moments festifs** sont au programme.



Festival mondial de folklore de Montréjeau

> WEEK-END DU 15 AOÛT

Créé dans les années 1950, le Festival mondial de folklore de Montréjeau est devenu une **véritable institution**. Pendant plusieurs jours, à la mi-août, Montréjeau devient la capitale du folklore. Ses rues et ses places vivent au **rythme des musiques** et des **danses du monde entier**, dans une ambiance colorée.

Aurignac sous pression

1^{ER} WEEK-END D'OCTOBRE

Passionnés de bières artisanales, de motos et de belles voitures, rendez-vous à Aurignac en octobre ! Pendant tout un week-end, Aurignac accueille des rassemblements de motos et voitures, des concerts, un salon des brasseries artisanales et des brasseurs amateurs, ... Les animations sont nombreuses et l'entrée est gratuite !

D'AUTRES RENDEZ-VOUS

Festival du rire à Saint Gaudens

EN MARS

Si comme le philosophe, vous affirmez que le rire est le propre de l'homme, alors vous avez rendez-vous au début du printemps à Saint Gaudens.

« Rire sans frontière » c'est à la fois des spectacles d'artistes de premier plan et un tremplin pour la nouvelle garde mais aussi une véritable œuvre caritative qui reverse intégralement les bénéfices au profit d'actions humanitaires soutenues par l'association « Comminges sans Frontières ».



D'day

EN AVRIL

Saint Gaudens a été, il y a maintenant quelques années, un rendez-vous incontournable du sport automobile. La tradition est aujourd'hui maintenue avec le D'Day ! Depuis maintenant 4 ans, au mois d'avril, les boulevards de la ville sont parcourus par de véritables bijoux mécaniques. Belles américaines, rutilantes italiennes, classieuses anglaises, à deux, trois et quatre roues viennent s'exposer dans le Comminges.

Se cultiver et s'évader !

TOUTE L'ANNÉE

Envie d'une toile ? Rendez-vous dans l'une des cinq salles de cinéma du territoire. Vous êtes plutôt scène ? Consultez l'agenda du Théâtre Jean Marmignon de Saint-Gaudens et laissez-vous tenter par une pièce de théâtre ou un concert. Besoin de vous poser ? La médiathèque intercommunale met à votre disposition une multitude de supports (livre, image et son) et organise régulièrement des animations culturelles.



ÉVÉNEMENTS NATIONAUX

Les Pyrénéennes

EN SEPTEMBRE TOUS LES 3 ANS, PROCHAINE ÉDITION 2027

Le Parc des expositions du Comminges accueille tous les trois ans l'une des plus importantes foires agricoles de France : le salon de l'agriculture "Les Pyrénéennes". Pendant quatre jours, au mois de septembre, ce rendez-vous incontournable rassemble toutes les filières de l'agriculture et propose de nombreuses animations pour toute la famille.

Les Journées européennes du patrimoine

MI-SEPTEMBRE

Rendez-vous traditionnel de l'automne, les Journées européennes du patrimoine vous donnent accès aux trésors de nos territoires. Fidèle à l'événement, l'Office de Tourisme Intercommunal Cœur et Coteaux Comminges vous a concocté un programme de visites à découvrir sur notre site.

... et encore plus d'événements hauts en couleur sur notre site internet

TOURISME-STGAUDENS.COM/LAGENDA



Infos pratiques

STANDARD TÉLÉPHONIQUE
DU LUNDI AU SAMEDI
9H30 À 12H / 14H À 17H30

05 61 94 77 61
INFO@TOURISME-STGAUDENS.COM

tourisme-stgaudens.com



Aurignac

3 Place de la Mairie,
31420 Aurignac

Boulogne-sur-Gesse

Place de la Mairie,
31350 Boulogne-sur-Gesse

L'Isle-en-Dodon

30 Boulevard des Martyrs de Meilhan,
31230 L'Isle-en-Dodon

Montréjeau

Hôtel de Lassus, 6 Rue du Barry,
31210 Montréjeau



Saint-Gaudens

2 Rue Thiers,
31800 Saint-Gaudens



Comment venir?



EN voiture

- Autoroute A64 (La Pyrénéenne)
- Sortie n°17 > Montréjeau
- Sortie n°18 > Saint-Gaudens
- Sortie n°21 > Aurignac et Boulogne-sur-Gesse
- Sortie n°26 > L'Isle-en-Dodon



EN bus

- Réseau Occitanie lio (lio.laregion.fr)



EN train

- Gare de Saint-Gaudens
- Gare de Montréjeau
- Liaisons directes quotidiennes Toulouse / St-Gaudens / Montréjeau
- www.sncf-connect.com
- www.lio.laregion.fr



EN avion

- Aéroport de Toulouse-Blagnac
- Aéroport de Tarbes-Lourdes Pyrénées

Les explorateurs du temps

DÈS 8 ANS. GRATUIT. SUR RÉSERVATION
AU 05 61 94 77 61

6 EXPÉRIENCES VIRTUELLES HORS DU TEMPS

PRÉPAREZ-VOUS À VIVRE UNE EXPÉRIENCE
LUDIQUE ! MUNI D'UN CASQUE DE RÉALITÉ
AUGMENTÉE, PLONGEZ DANS UN MONDE
VIRTUEL ENTRE LA PRÉHISTOIRE ET L'ÉPOQUE
MODERNE.



Destination
**COMMINGES
PYRÉNÉES**

Montréjeau
Boulogne-sur-Gesse
Saint-Gaudens
L'Isle-en-Dodon
Aurignac

05 61 94 77 61 | INFO@TOURISME-STGAUDENS.COM
tourisme-stgaudens.com

