

DOSSIER DE PRESSE

Automne 2022

L'automne, ou l'Ariège-saison !

ARIÈGE PYRÉNÉES
Libres comme l'Air



Itinérance douce en Ariège-saison

Quand les refuges font le tour

Boucle pédestre Le tour des Pérics

Les sommets imposants des Pérics se découpent sur le bleu du ciel à plus de 2800 mètres d'altitude, tandis qu'on éprouve sur leurs pentes le sentiment d'être seul au monde. Roches nues, steppes mystérieuses et espaces boisés alternent dans cet **environnement grandiose**, dont seuls marmottes et isards de la Réserve naturelle d'Orlu égaient le splendide isolement. Cette randonnée relie 4 refuges emblématiques du massif et chemine des larges sentiers de la vallée de la Grave en étroites sentes rocailleuses, des grands espaces herbeux de l'altiplano cerdan aux paysages bruts de la réserve des Bouillouses, et des eaux cristallines des lacs du site classé des Camporells aux crêtes acérées du Pic Mortier. Dans le sens des aiguilles d'une montre, suivant le conseil donné par les gardiens qui ont imaginé ce parcours, on relie les refuges d'En Beys, des Bésines, des Bouillouses et des Camporells, véritables escales de chaleur humaine et de confort au cœur de l'un des plus beaux et des plus sauvages massifs des Pyrénées. La vue spectaculaire sur les pics ariégeois récompense amplement ces quatre jours de marche, incroyable ode pédestre à la déconnexion.

Le Tour des Pérics : 4 jours de marche entre Ariège et Pyrénées-Orientales, niveau 3/5.
www.tour-des-perics.com



Des profondeurs de la mine à l'air des sommets

Boucle pédestre Le tour du Biros

Le pic du Crabère se reflète dans les eaux de l'étang d'Araing, niché dans son écrin de montagnes non loin du refuge du même nom. Chapelle de l'Izard, pic de l'Har perché dans la brume et paysages émaillés de granges pastorales typiques de la région sont quelques-uns des attraits de cette randonnée accessible, qui emprunte des tronçons de la mythique Grande Traversée des Pyrénées (GR®10). Mais la curiosité de ce parcours est bien de faire cheminer les randonneurs à travers le site minier de Bentaillou, d'où furent extraites des tonnes de plomb et de zinc jusqu'au milieu du XX^e siècle. Émouvants témoins des efforts des hommes pour arracher à la roche quelques-uns de ses trésors, les entrées des galeries sont toujours visibles, de même que les ruines des stations d'où partaient les bennes emplies de minerais...

Le Tour du Biros : 4 jours de marche, niveau 3/5.
www.ariegepyrenees.com

Parfaitement à Lèze à vélo

Boucle cyclotouriste Les coteaux de la Lèze

Un charmant village à l'identité affirmée voisine avec une grotte où l'on peut circuler en voiture ainsi qu'avec une citadelle fortifiée où se plaisent les artistes... Voir cela de plus près prend la forme d'une ravissante escapade de quelques heures à vélo passant par les coteaux qui ont donné naissance à l'étonnante grotte du Mas d'Azil, unique en Europe. Ils se parcourent le nez au vent jusqu'aux ruelles pittoresques du Carla-Bayle, véritable cité des arts et de la couleur, qui cultive son atmosphère subtilement provençale, et où il fait bon profiter des douces soirées estivales. Quelques coups de pédale plus loin on admire une vue imprenable sur le lac et toute la vallée de la Lèze, tandis que les remparts de la citadelle donnent accès au panorama sur la chaîne des Pyrénées. Puis il est temps de retourner à Lézat-sur-Lèze pour y chercher peut-être les vestiges de la puissante abbaye Saint-Antoine-et-Saint-Pierre, qui pourraient bien se trouver du côté de l'hôtel de ville...

Circuit cyclotouriste Les coteaux de la Lèze : 48 km, durée 3h, difficulté moyenne.
www.ariegepyrenees.com

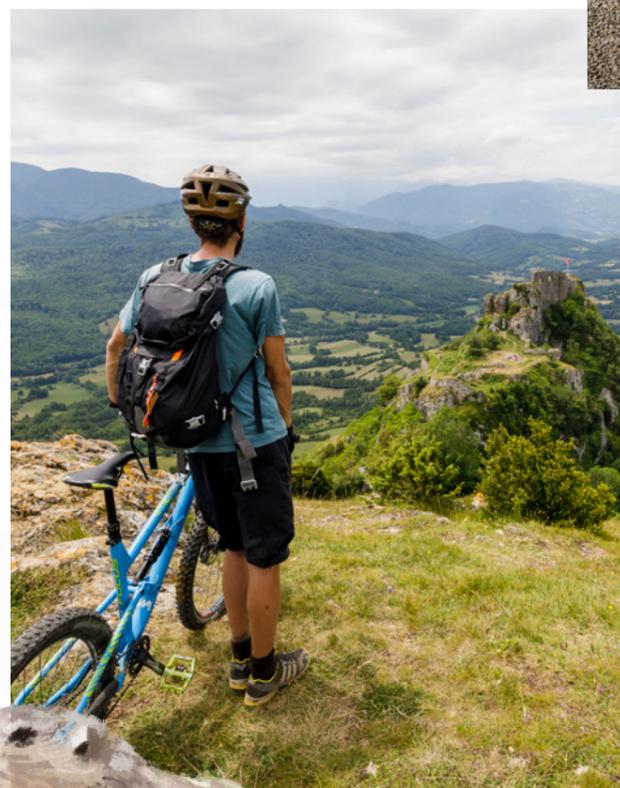


Bonshommes tout-terrain

Sur le Sentier des Bonshommes à VTT

Les Cathares ont foulé ce sentier dominant le pays de Foix, lui donnant son nom alors qu'ils fuyaient jusqu'en Catalogne pour sauver leur vie, puis après eux ce sont des générations de randonneurs qui ont fait du Chemin des Bonshommes l'un des parcours transfrontaliers les plus connus d'Occitanie. Le long de pistes roulantes traversant des paysages extraordinaires, les montagnes d'Aax accompagnent les cyclistes pour six jours d'efforts au départ de Montségur et jusqu'à Berga, sur des terrains variés. Vallée d'Orlu, col de Jou, spectaculaires gorges de la Frau, et finalement parc national Del Cadi ou encore forteresse minérale de Pedraforca : villages de montagne, châteaux perchés et culture pyrénéenne sont les ingrédients dépayés de cette itinérance à sensations.

Itinérance à VTT - La Transfrontalière Nord-Sud des Pyrénées : 6 jours / 5 nuits, à partir de 610 € / personne en pension complète.
www.larebenne.com



Histoires naturelles d'Ariège-saison

Le mystère de la forêt royale

3 boucles pédestres dans la forêt de Sainte-Croix-Volvestre

Contenu tout entier dans le **Parc naturel régional des Pyrénées ariégeoises**, le Couserans cultive son identité faite de nature et d'histoire, préservant avec soin quelques mystères aux senteurs boisées... C'est ainsi que la forêt de **Sainte-Croix-Volvestre** éveille depuis des siècles la curiosité des forestiers, à commencer par celle de Louis de Froidour, Grand Maître des Eaux et Forêts de Louis XIV, qui s'émerveilla en 1667 de la présence en ces lieux, à tout juste 300 mètres d'altitude, de **sapins** aussi beaux et droits que leurs congénères montagnards... Parmi les chênes, châtaigniers, charmes et frênes, ces reliques d'une période glaciaire donnent à la forêt un cachet unique qu'il est aisé de savourer au fil de **3 boucles accessibles et balisées**, suivant un guide d'exploration richement illustré. On y croise de vieux arbres, mais aussi des bonnes sœurs, des alchimistes, des pêcheurs d'écrevisses ou encore des gentilshommes verriers protestants. Ici plus qu'ailleurs, l'arbre est synonyme de vie.

- **Boucle 1 : Chemin de la Sabine 1.5 km, durée 45 min**
 - **Boucle 2 : Chemin de la Forêt 1.6 km, durée 30 min**
 - **Boucle 3 : Chemin du Cramadis 1.3 km, durée 45 min**
- www.ariegepyrenees.com

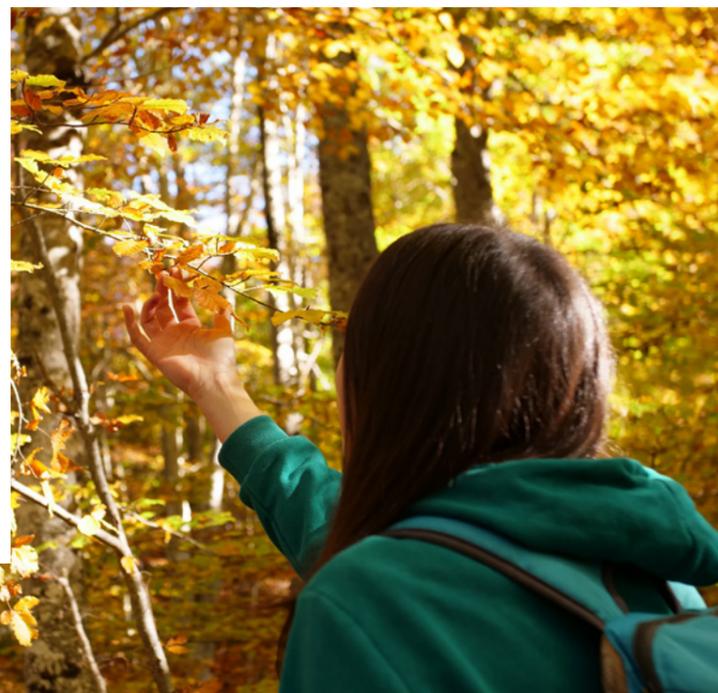
Livret d'exploration téléchargeable
www.parc-pyrenees-ariegeoises.fr

À Bélesta, l'arbre ne cache pas la forêt

Boucle pédestre dans la forêt de Bélesta

Il est une **cathédrale végétale**, joyau préservé de l'Ariège, où l'on peut rencontrer le **plus grand arbre d'Europe**. S'il prend de la hauteur jusqu'à 80 mètres, c'est parce qu'il peut atteindre 500 ans. Arbre voyageur au tronc parfaitement droit, idéal pour l'industrie de la construction navale sous Colbert, **ce sapin pectiné** a vogué sur tous les océans du monde au XVIII^e siècle : il conte aujourd'hui ses histoires aux visiteurs des **mille hectares de la forêt de Bélesta**. Pendant une demi-journée de pérégrinations sylvestres, sur une boucle jalonnée des charmants hameaux de Rieucourfant et Couquet, émaillée d'un Bois Joli, d'une ancienne scierie, du « pont de Mayne », on admire dans les hautes futaies l'écorce argentée du roi de la forêt... et on prend garde à ne pas tomber dans le **Gouffre des Corbeaux aux mystérieuses profondeurs karstiques** !

Boucle pédestre dans la forêt de Bélesta : 14 km, 5h environ.
www.ariegepyrenees.com



Au régal des oiseaux de passage

Observation des oiseaux migrants au Domaine des Oiseaux

Claquements de becs et parades bondissantes animent le **Domaine des Oiseaux à Mazères** : les cigognes sont arrivées et ne restent pas seules très longtemps ! Chaque année les **100 hectares de ce parc environnemental ornithologique exceptionnel**, création inespérée du début des années 2000 grâce à la construction de l'autoroute A66, accueillent plus de **230 espèces d'oiseaux migrants ou sédentaires**. On découvre ce biotope privilégié, essentiel au repos et à la nourriture des voyageurs à plumes, grâce aux **sentiers longeant les trois étangs** du domaine et à près de **15 observatoires stratégiquement placés**. Bécassines des marais, canards souchet, sarcelles d'hiver, échasses blanches... trouvent ici tout le nécessaire pour passer un automne au calme, nicher, se restaurer, se reposer. Scoop 2022 : depuis le mois d'avril, on recense à Mazères une nouvelle et minuscule invitée de marque : la très rare **marouette de Baillon**, dont la présence discrète a été confirmée sur le site...

Le Domaine des Oiseaux : accès libre, visite guidée possible, payante et sur réservation.
www.ville-mazeres.fr/Domaine-des-Oiseaux

Magnifiques feuillages et puissants ramages

Le brame du cerf dans les montagnes du Biros

Les premières lueurs du jour effleurent à peine les cimes des arbres et les hautes herbes emperlées de rosée frissonnent sous les courants d'air chassant peu à peu les brouillards matinaux. Des branches brisées signalent le passage d'un **seigneur de la forêt venu ici marquer son territoire**... Puis, sa haute ramure se détachant dans les herbes, **le cerf élaphe lance avec vigueur son appel rauque et grave**. Un peu plus loin, un concurrent tout aussi bien armé lui répond énergiquement. Tandis que les couleurs vives de l'automne égaiant des journées toujours plus courtes, **la nature pyrénéenne se prépare à un dernier branle-bas** avant un long sommeil hivernal : c'est le brame du cerf, instant magique et sauvage. On le vit accompagné d'un guide naturaliste, au cours d'une **immersion inoubliable au cœur des belles montagnes du Biros**, embellie d'une nuit dans le **chaleureux refuge d'Araing**.

Le brame du cerf dans les montagnes du Biros avec Oxalys : boucle pédestre en compagnie d'un guide naturaliste, 2 jours / 1 nuit, à partir de 135 € / personne en ½ pension.
www.oxalysrandonnees.com



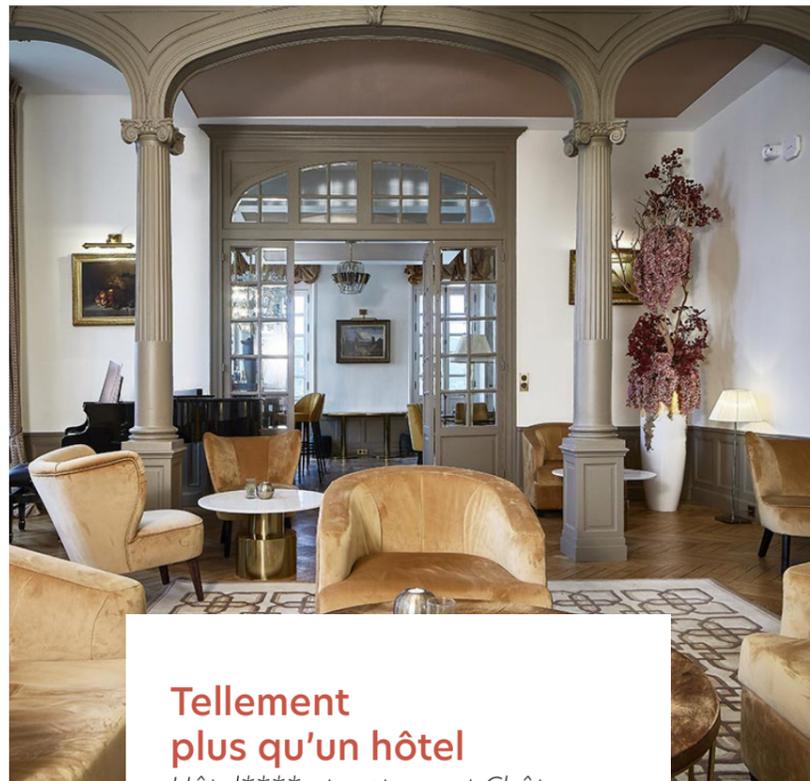
L'Ariège-saison en toute sérénité

Aimer se faire mettre en cabane...

Cabane spa Privilège au domaine de La Besse à Camon

Le camping 4 étoiles de La Besse a décidé de bousculer l'idée qu'on se fait d'une « cabane » et a pensé les siennes sur pilotis, équipées de lave-vaisselle, lave-linge, de larges baies vitrées, et surtout d'une splendide terrasse ornée d'un **spa à débordement, avec vue sur les Pyrénées**... Au cœur d'une forêt de chênes, non loin d'une piscine naturelle aux airs de lagon, la vie dans cette cabane ressemble fort à un séjour dans un **paradis sylvestre**, l'Ariège en plus !

Cabane spa Privilège : location semaine à partir de 489,60 €.
www.camping-labesse.com



Tellement plus qu'un hôtel

Hôtel**** et restaurant Château de Longpré à Varilhes

L'évêque de Pamiers qui donna naissance au XVIII^e siècle à cette **splendide demeure de campagne**, passée depuis entre les mains d'une aristocrate anglaise, d'un marquis ou d'un maréchal de France, apprécierait certainement encore le séjour... De la verrière offrant un **panorama imprenable sur les Pyrénées** en passant par les magnifiques parc et jardin à la française, du restaurant cosy jusqu'aux 8 suites et chambres aux **ambiances travaillées**, le château de Longpré ajoute chaque jour à sa légende un peu plus de confort et de raffinement.

Château de Longpré : hôtel** et restaurant, nuitée à partir de 210 €, petit-déjeuner en sus 19 €.**
www.chateaudelongpre.fr

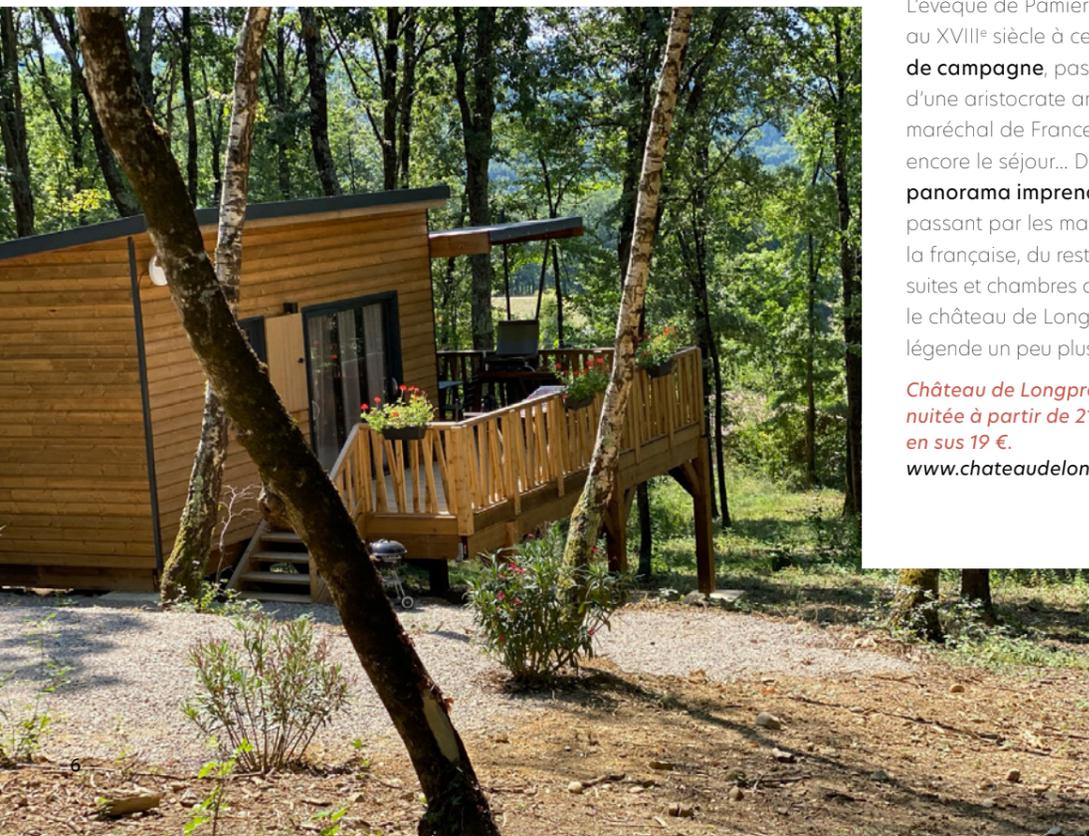


S'en remettre à l'eau

Mini-cure Therma'Mouv à Ax-les-Thermes

Plus de soixante **sources d'eau chaude de 8000 ans d'âge** jaillissent du granit à Ax-les-Thermes : riches en silice, en sodium, sulfure et soufre, elles sont reconnues depuis le XIII^e siècle pour leurs propriétés bienfaitrices. Avant d'affronter l'hiver, quoi de plus indiqué qu'une immersion de **3 ou 6 jours dans leurs minéraux bénéfiques** ? Combinée à des ateliers « **gestes et postures** », cette cure Therma'Mouv redonne au curiste fourbu l'énergie d'affronter les fêtes de fin d'année... et plus encore !

Cure Eurothermes Therma'Mouv 3 jours : à partir de 149 € hébergement non compris.
www.thermes-ax.com

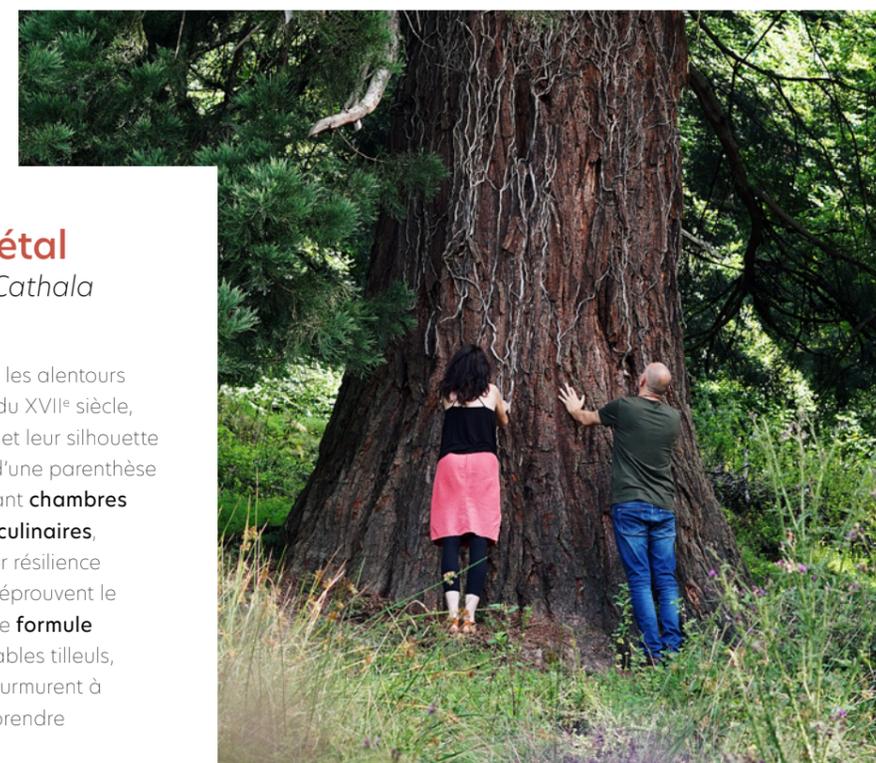


Sagesse du végétal

Sylvothérapie au Clos Cathala à Saint-Paul-de-Jarrat

Les **arbres centenaires** ornant les alentours du Clos Cathala, belle bâtisse du XVII^e siècle, ont davantage que leur ombre et leur silhouette majestueuse à offrir. Au cours d'une parenthèse enchantée, au sein du site mêlant **chambres d'hôtes de charme et talents culinaires**, ils transmettent leur force et leur résilience inspirantes à celles et ceux qui éprouvent le besoin de les recevoir. Dans une **formule spéciale cocooning**, les vénérables tilleuls, cèdres, séquoias et platanes murmurent à chacun les justes mots pour reprendre racine dans la vie quotidienne.

Stage de sylvothérapie au Clos Cathala avec Resternature : à partir de 125 € / personne pour 1 journée.
www.resternature.com



Les temps forts de l'Ariège-saison

Événement DéfisMed - 4^e rencontres

« Vivre en Pyrénées »

Du 23 au 25 septembre 2022 à Lavelanet

Au cœur des Pyrénées Cathares, avec DéfisMed, 3 jours pour réfléchir, partager et imaginer un tourisme innovant et responsable pour l'avenir. Conférences, ateliers, débats et tables rondes organisés autour de la culture, de l'écologie, de la montagne, de la transition économique du tourisme pour demain. Événement du Défi'Tour : des rencontres et visites chez des professionnels qui sont dans cette démarche et proposent déjà un éco-tourisme expérimental plus VERTueux.

Papilles en fête

Festival des saveurs d'Ax-les-Thermes

Du 2 au 4 septembre 2022

Pour une savoureuse « soupe au canon » il faut de l'eau thermale d'Ax-les-Thermes, une cuillère d'huile, de l'ail et une tranche de pain. Et si l'estomac du receveur n'est pas suffisamment ariégeois pour supporter le traitement, direction le Festival des Saveurs où se trouvent tous les acteurs engagés du bien-manger, soigneusement sélectionnés pour représenter le meilleur de l'Ariège !

www.festivaldessaveurs.fr

Journées médiévales chez les comtes de Foix

1^{er} et 2 octobre 2022

Feu Gaston de Foix est honoré chaque année durant 2 journées festives pendant lesquelles on se costume à la mode médiévale, on donne spectacles et concerts, et on redécouvre les fondamentaux de la vie quotidienne de l'époque. Cette année sera savoureuse puisque le thème retenu est « le goût à la fin du Moyen Âge ». Oyez !

www.sites-touristiques-ariège.fr

20^e Fête de la Figue du Mas d'Azil

1^{er} et 2 octobre 2022

Pour rendre un hommage concret à la figue Castex, nommée d'après la commune ariégeoise bien sûr, on choisit une flânerie au marché gourmand et artisanal, dans les vapeurs sucrées de confiture de figue. On admire aussi le défilé des confréries, les musiciens, danseurs et saltimbanques, tous « tindoulets de la figo »* !

*petits fous de la figue

www.effets-nature.com

Fête de la Pomme de Mirepoix

15 et 16 octobre 2022

Pour réaliser une délicieuse croustade du Couserans, rien de tel qu'une véritable pomme ariégeoise. Rendez-vous est fixé à Mirepoix pour rencontrer les producteurs de cette merveille fruitée, mise en scène en magnifiques structures monumentales qui décorent la ville. Jus frais et bouchées sucrées : le fruit défendu est le roi de la fête !

www.tourisme-mirepoix.com

Mystères & sortilèges

Murder Party au château de Foix

9 septembre et 28 octobre 2022

En 1460, un drame terrible s'est joué à la cour de Gaston IV et Eléonore de Navarre ! Dans l'ambiance mystérieuse de la forteresse de Foix, une soirée est nécessaire pour élucider le crime, avec l'aide des participants à ce jeu de rôle grandeur nature. Guidé par les comédiens, on réfléchit, on juge, on accuse, on tremble aussi...

À partir de 12 ans, inscription et détails sur www.sites-touristiques-ariège.fr

Festival « Les stars de la magie » à Pamiers

Du 7 au 9 octobre 2022

Les meilleurs illusionnistes au monde se donnent cette année rendez-vous à Pamiers, capitale française de la magie, pour une édition exceptionnelle consacrée aux magiciennes. Le festival est illuminé d'un feu d'artifice, d'une guinguette, d'une parade, sans oublier une nouvelle exposition à l'emblématique musée de la Magie.

Entrée 15 € www.lesstarsdelamagie.fr

Grands frissons dans la grotte de Lombrives

Du 26 au 31 octobre 2022

Si les scientifiques de l'expérience Deep Time n'ont pas choisi la période d'Halloween pour mener leur expérience ultime au fond de la grotte de Lombrives, c'est bien parce qu'ils savent que l'endroit grouille à cette période de revenants peu recommandables, explorateurs, cathares ou sorcières, qui n'attendent qu'une chose : conter leur histoire aux visiteurs au cours d'un spectacle déambulatoire historique, instructif et... effrayant !

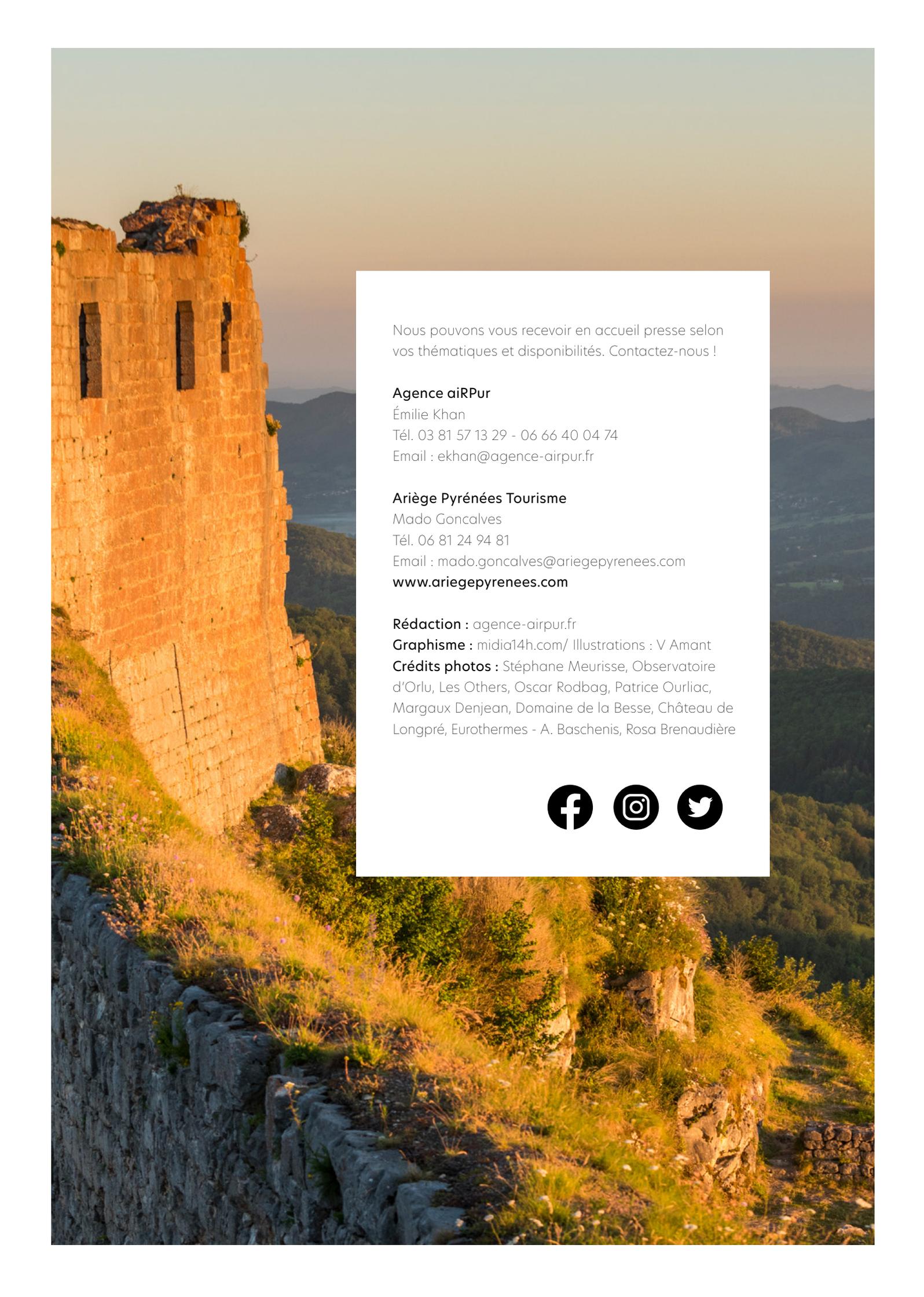
Tarif unique 10 € www.grottedelombrives.com

Journées sorcières à Saint-Lizier

29 et 30 octobre 2022

Si elles n'ont ni balai ni chapeau pointu, elles savent manier plantes sauvages, observations astronomiques et talismans magiques. On écoute leurs histoires tirées du patrimoine gascon au cours de promenades nocturnes, on s'initie à la teinture végétale ou à l'autodéfense féministe, et on en profite pour visiter le nouvel espace du Palais des Évêques consacré à l'histoire de la psychiatrie...

www.tourisme-couserans-pyrenees.com



Nous pouvons vous recevoir en accueil presse selon vos thématiques et disponibilités. Contactez-nous !

Agence aiRPur

Émilie Khan

Tél. 03 81 57 13 29 - 06 66 40 04 74

Email : ekhan@agence-airpur.fr

Ariège Pyrénées Tourisme

Mado Goncalves

Tél. 06 81 24 94 81

Email : mado.goncalves@ariegepyrenees.com

www.ariegepyrenees.com

Rédaction : agence-airpur.fr

Graphisme : midia14h.com/ Illustrations : V Amant

Crédits photos : Stéphane Meurisse, Observatoire d'Orlu, Les Others, Oscar Rodbag, Patrice Ourliac, Margaux Denjean, Domaine de la Besse, Château de Longpré, Eurothermes - A. Baschenis, Rosa Brenaudière

