

TOURISME
**ARIZE
LÈZE**

2023

CARNET DE VOYAGE

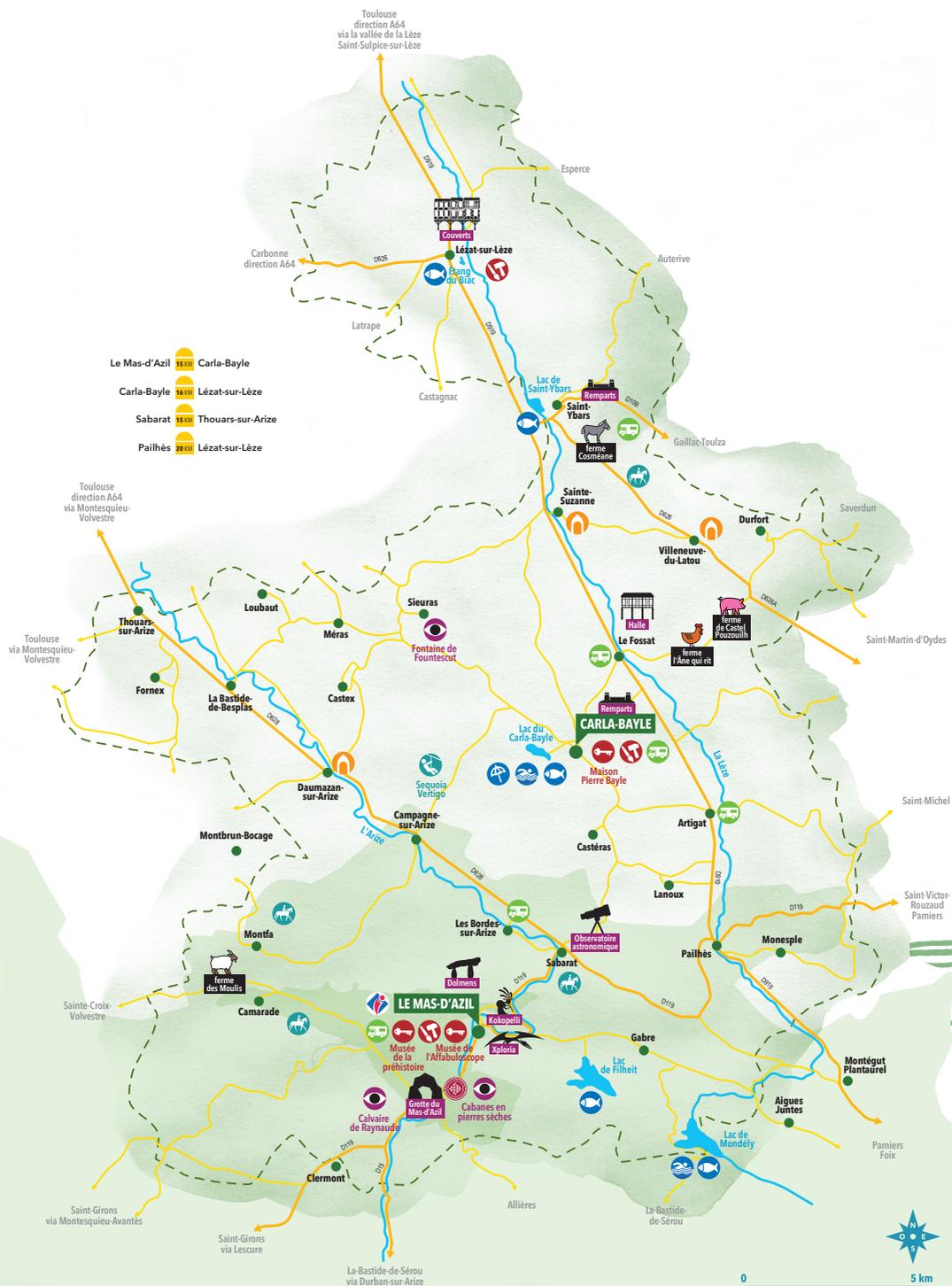
AUTOUR DU MAS-D'AZIL ET DU CARLA-BAYLE

*Bons plans
Idées restos
Producteurs d'ici
Visites au fil des villages*



*Et si vous sortiez un peu
des sentiers battus !*

L'office de tourisme vous invite à voyager
au cœur des vallées de l'Arize et de la Lèze.
Laissez-vous guider et découvrez
un patrimoine insoupçonné, une histoire,
une vue à couper le souffle...



- LE MAS-D'AZIL** 4
- GABRE • CAMARADE** 9
- LES BORDES-SUR-ARIZE • SABARAT • CAMPAGNE-SUR-ARIZE • MONTFA** 10
- CARLA-BAYLE • CASTÉRAS** 12
- DAUMAZAN-SUR-ARIZE • FORNEX • LA BASTIDE-DE-BESPLAS • THOUARS-SUR-ARIZE** 16
- LE FOSSAT** 17
- CASTEX • LOUBAUT • MÉRAS • SIEURAS** 18
- ARTIGAT • LANOUX • MONESPLE • PAILHÈS** 19
- LÉZAT-SUR-LÈZE** 20
- SAINTE-SUZANNE • DURFORT • SAINT-YBARS • VILLENEUVEDULATOU** 22
- CÔTÉ PRATIQUE** 24
- UN JOUR, UNE IDÉE DE SORTIE...** 35

- Office de tourisme
- Sites remarquables
- Centre équestre
- Grands Sites Occitanie
- Aire de camping-car ou stationnement
- Parcours aventure
- Art roman
- Baignade surveillée durant l'été
- Zone Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises
- Musée ou collection
- Pêche
- Natura 2000
- Art et artisanat d'art
- Base de loisirs

LE MAS-D'AZIL



Le village du Mas-d'Azil des trésors insoupçonnés !

La majestueuse **Grotte du Mas-d'Azil**, un plaisir pour les yeux. On la traverse à pied ou en voiture ou même les deux ! Son porche et le tunnel de la route vous impressionneront par leur dimension hors du commun.

C'est une grotte préhistorique. À partir du bâtiment intérieur, différentes thématiques comme la géologie, l'art mobilier, les fouilles archéologiques ou gisements en place piqueront la curiosité de tous lors de la visite guidée qui dure une heure.

Le billet de la grotte vous invite à découvrir **le musée de la préhistoire** au cœur du village où de nombreuses collections d'objets préhistoriques sont exposées. L'idéal est de faire la visite de la grotte en premier et de poursuivre au musée.

Explorez le temps à **Xploria** à la sortie du village grâce à un sentier au cœur d'une forêt de châtaigniers. Vous prendrez un bol



Le village et son clocher

d'air et vous serez transporté de la création de l'univers jusqu'à aujourd'hui tout en découvrant l'ère des dinosaures. Sur place, la grande mare pédagogique vitrée ne manquera pas de vous étonner. Idéal quand il fait chaud, c'est ressourçant et très agréable. Les enfants adoreront les différents bacs de fouilles ainsi que les divers jeux proposés tout au long du parcours.

Arrêtez-vous dans le village pour visiter le musée de **l'Affabuloscope** et ses nombreuses collections. Dans une friche industrielle convertie en espace culturel et artistique, ce musée, totalement rénové vous interpellera et vous conviera à une déambulation dans l'univers de Claudius de cap Blanc, artiste dont l'œuvre pleine d'humour et de dérision a fait se rencontrer l'imaginaire et le poétique, l'insolite et l'insolent.



Centre d'interprétation à l'intérieur de la grotte



Xploria



Musée de l'affabuloscope

COUP DE CŒUR

Faites un détour à la boulangerie **les miss d'Azil** et dégustez les produits élus « meilleur croissant d'Ariège » et « meilleure baguette d'Ariège » en 2023.

ÇA BOUGE ICI

Le Mas d'Azil c'est aussi **une belle fête de la figue**. Premier week-end d'octobre un marché gourmand et artisanal s'installe deux jours au centre du village. Au programme : concours de confitures, animations de rue, découverte de l'histoire de la figue au Mas d'Azil, défilé des confréries et notamment des Tindoulets de la Figo.

Le 1^{er} mai, **la foire agricole** investit le village et nous replonge dans nos traditions agricoles de manière très festive. Une animation où les locaux aiment se retrouver.

Au cours de l'été s'enchaînent sur le site de la grotte de nombreuses animations autour de la préhistoire comme le spectacle son et lumière proposé par **la tribu de Magda** ou encore le **championnat européen de tir aux armes préhistoriques**.

SUGGESTION

Des aires de **pique-nique** sont accessibles dans le village et sur tous les sites.



IDÉES RESTO

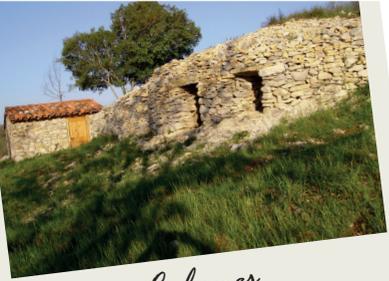
Le Kiwi Dégustez une cuisine du monde saine et créative (avec des propositions végétariennes quotidiennes).

La Maison de la Grotte Vous déjeunerez au pied de la grotte du Mas d'Azil et profiterez du calme pour déguster la petite restauration proposée avec les produits locaux où le « fait » maison est le leit motiv !

La Terrasse du Mas en plein cœur du village vous propose des produits de saison revisités par le chef.

Enfin pour le côté brasserie cela se passe le midi au bar **le Bistrot** en terrasse ou dans l'agréable patio.

LE MAS-D'AZIL



Cabanes en pierres sèches



Dolmen du Cap del Pouech

ZOOM

Kokopelli, situé à côté d'Xploria, vous surprendra par la boutique offrant plus de 1500 variétés de semences libres de droits et reproductibles de plantes potagères, aromatiques, médicinales et ornementales. En extérieur, un cheminement vous invite à la balade pour découvrir la mare, plantes et autres ornements.

La résidence d'artistes **Caza d'Oro** située rue du Temple est un lieu de résidence, de recherche, de création, de diffusion, international assez atypique car situé dans une maison particulière. Des expositions sont ensuite organisées au centre culturel multimédia du Mas-d'Azil ou en Ariège.

LES PETITS PLUS

Avant ou après votre visite du **musée de la Préhistoire**, flânez dans les rues du village, poussez la porte de l'église, du temple ou de la chapelle protestante à la rue du temple pour y découvrir une fresque récemment réalisée. Les lundis de l'été, profitez des visites guidées gratuites ou des rallies photo famille pour découvrir le village autrement. Inscriptions auprès de l'office de tourisme.

Si vous souhaitez vous dégourdir les jambes de nombreux sentiers de randonnées sont accessibles à partir du village ou sur les hauteurs de la grotte. Vous découvrirez le patrimoine local avec notamment les dolmens et les cabanes en pierre sèche. Le dolmen du **Cap del Pouech** est accessible dès le village. Prolongez la découverte du site de la grotte par un arrêt aux espaces d'exposition des artisans d'art. Vous y dénicherez à coup sûr un souvenir « made in Mas-d'Azil ». Un univers coloré et lumineux vous enchantera tout d'abord à **la fabrique des créatrices !**

→ 4 créatrices pour une boutique : **Laurence THOMAS, Émilie ROZE, Olga LE SOUFFACHÉ** et **Delphine EYCHENNE** vont surprendre avec leurs céramiques, bijoux en verre, créations textiles, mobilier en carton ou encore vannerie !

Enfin, à l'entrée nord de la grotte (côté village), faites une halte à **l'atelier du souffleur de verre** de l'Arize et soyez hypnotisé par ce savoir-faire original.

BON PLAN GOURMAND

Prendre le temps de remplir son panier sur ce **marché** incontournable et échanger avec **les producteurs locaux**.

PRODUCTEURS D'ICI

À la sortie de la grotte, **les Vergers de Sésame** vous proposent le meilleur de leurs pommes avec un jus de pommes aussi bio que bon !

Martin de **la ferme de Marioune** vous propose quant à lui un miel de caractère bio.

Sur le marché le mercredi matin, achetez des volailles cuites ou prêtes à cuire de **la ferme de Caoué**.

Sur les hauteurs du Mas-d'Azil, **la Roseraie de Bel Air** s'adonne à la culture et la transformation de roses anciennes et botaniques en eau florale de roses, confiture et sirop de roses.

Tout au long de l'année et au fil des saisons, **les maraîchers horticulteurs Dupin** avec Jean-François et Véronique vous proposent des plants de légumes et des plantes. Retrouvez-les toute l'année sur le marché du Mas d'Azil.

Enfin, les produits locaux c'est aussi **la figue du Mas d'Azil**. La confrérie de la figue : **les Tindoulets de la Figo** s'attachent à valoriser la figue et autour de ce fruit le patrimoine naturel de toute une région. Les Tindoulets de la Figo ont recueilli la fameuse recette de confiture de figues entières, de nos anciens du Mas d'Azil : **La Fig'Arize**.

Promis ! On vous en garde un peu à la boutique de l'office de tourisme.



Marché du mercredi matin



Eglise et son clocher classé Monuments Historiques



Pique-nique à la grotte

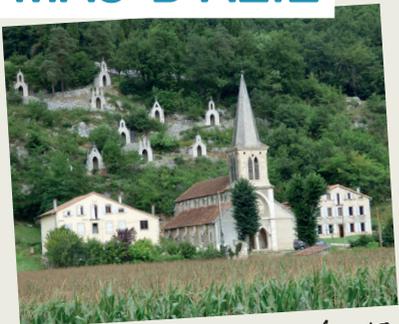
CÔTÉ FUN

Pour les amateurs de sensations fortes, contactez **Elastic jump** et sautez à l'élastique depuis le porche de la grotte situé à 70 m. de haut.

BON PLAN NATURE

En contrebass, à la sortie du Mas d'Azil, sur la route de Gabre faites un arrêt au **lac de Filheit** et profitez du cadre naturel exceptionnel du site. Ce lac est idéal pour les amateurs de pêche et on peut aussi faire le tour à pied ou en VTT.

LE MAS-D'AZIL



Eglise de Raynaude et son chemin de croix



Les petites chapelles de Raynaude situées à la sortie de la grotte direction Saint-Girons se découvrent toute l'année. On vous donne deux bons plans !

Pour les découvrir, on vous donne deux bons plans ! Garez-vous au pied de l'église et effectuez **le chemin de croix de Raynaude** ou prenez l'embranchement du hameau de Raynaude et empruntez le sentier de randonnée qui vous permettra de prendre un peu de hauteur pour admirer ce patrimoine religieux restauré.

Avant **le village de Camarade**, découvrez **la brasserie les Paloufettes** installée dans un bâtiment en vieilles pierres avec un point de vue sur la campagne environnante.

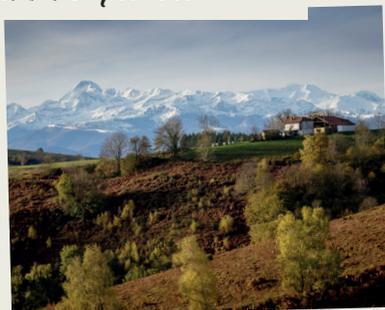
Juste au-dessus c'est **le jardin des pléiades** qui vous accueille sur sa ferme en agroécologie où de nombreux animaux sympathiques de type alpagas vous attendent.



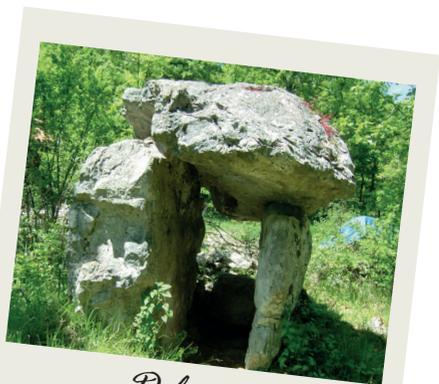
À la sortie du Mas d'Azil si vous empruntez la route de Saint-Girons, passage obligé chez **les croustades de Clermont** et les **ateliers d'art**.



Vue sur le lac de Filheut



Vue depuis Camarade



Dolmen de Couminge

GABRE CAMARADE



Juste après le village du Mas-d'Azil...

Après le village de **Camarade**, Pauline et Loïc de **la Ferme des Moulis** vous ouvrent leurs portes. Le Mohair n'aura plus de secret pour vous. De la tonte des chèvres angora à la transformation de la laine, ils partagent avec vous leur quotidien. Une fois sur place, profitez-en pour visiter **le musée de la vannerie** proposé par Nicole la vannière.

Vous pouvez également découvrir le piémont des Pyrénées Ariégeoises au rythme des chevaux attelés grâce à **l'Association Terre et Toile**. Une occasion originale de prendre l'air.



Vous pourrez profiter du parking de **la ferme des Moulis** pour accéder au sentier de randonnée qui traverse la ferme et qui vous amène jusqu'au **dolmen de Couminge**. En fin de journée, n'hésitez pas à faire un petit détour pour admirer un panorama exceptionnel sur la chaîne du Plantaurel.

Côté Gabre accédez depuis le village au **dolmen de Coudère** puis prolongez votre route jusqu'au **lac de Mondély**. Non loin, **la ferme de Barané** élève des vaches limousines en biodynamie, que vous pourrez admirer dans les prés.

LES BORDES-SUR-ARIZE SABARAT CAMPAGNE-SUR-ARIZE MONTFA



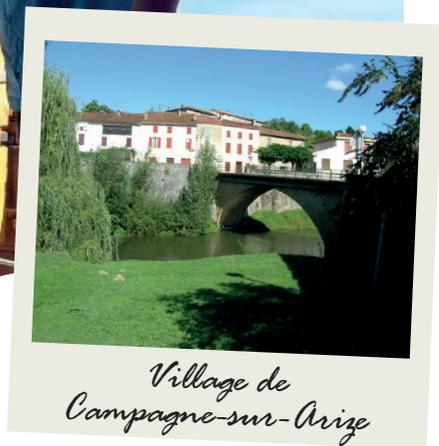
Parcourez la vallée de l'Arize et découvrez de charmants petits villages

La rivière Arize traverse tour à tour, les villages de **Sabarat**, les **Bordes-sur-Arize** et **Campagne-sur-Arize**. Les bords de rivière vous invitent au calme et à la détente.

Faites étape aux **Bordes-sur-Arize** ancienne place forte du protestantisme au XVII^e siècle. Ce village de caractère a su préserver ses belles maisons à colombages et ses petites rues pavées.

Découvrez l'ancienne bastide de **Campagne-sur-Arize**. C'est dans la Ville Haute que subsistent les plus anciennes traces de l'histoire médiévale de la commune : les comtes de Pailhès y avaient établi leur résidence d'été.

Connue autrefois pour sa production de châtaignes, la commune de **Montfa** est un petit havre de paix au cœur du Plantaurel. N'hésitez pas à vous rendre au lieu-dit **du Touron** pour observer l'ancien four à brique.



Village de Campagne-sur-Arize



Peau ethic, cosmétiques



Mes petites douceurs

★ SUGGESTION

Des aires de jeux et de pique-nique sont aménagées dans ces 4 villages. La pêche en rivière y est autorisée.

Prenez de la hauteur à **Sabarat** et profitez de l'**Observatoire astronomique** pour observer les étoiles et les planètes lors de vos soirées d'été ou toute l'année une fois par mois. Profitez de l'aire de pique-nique directement à côté de la coupole, la vue est imprenable. Pensez à prévoir un petit gilet pour profiter un maximum de la soirée où vous serez sûrement captivés par les passionnés d'astronomie. Réservation indispensable pour être sûr de pouvoir en profiter.

🍴 IDÉES RESTO

Le 321 et son four à pizza vous accueillera dans une ambiance décontractée. Borne automatique installée sur place pour des pizzas à tout moment.

! BON PLAN ÉQUESTRE

Pour les amoureux de chevaux, Julie vous donne rendez-vous **au domaine de Pépianne** à **Sabarat** et Laura de **Natura cheval** vous initie aux sorties équestres sur **Montfa**.

🛒 PRODUCTEURS D'ICI

Aux **Bordes-sur-Arize** faites une halte à la boutique **Mano Local** et découvrez un éventail de créations d'artisans d'art d'ici comme les bijoux en papier japonais proposés par la Pépette. Juste à côté, c'est Sabine de **Peau Ethic** qui a son atelier de transformation de cosmétiques. Enfin **au domaine de Marveille**, rencontrez Muriel qui s'est lancée dans la culture du safran et la fabrication de confitures.

À **Campagne-sur-Arize**, découvrez le monde de **mes petites douceurs** de Fanny Parenti avec ses chocolats bio et biscuits sans gluten. Boutique dégustation située à la sortie direction Carla Bayle. Dans le village, Claire Lise fabrique ses savons **pachamama** et partage régulièrement son savoir-faire avec des ateliers ouverts au public.

❤️ COUP DE CŒUR

Le vendredi soir le marché de **la ferme de Porteclose** à **Campagne** vous permettra de faire le plein de bons produits!

CARLA-BAYLE CASTÉRAS

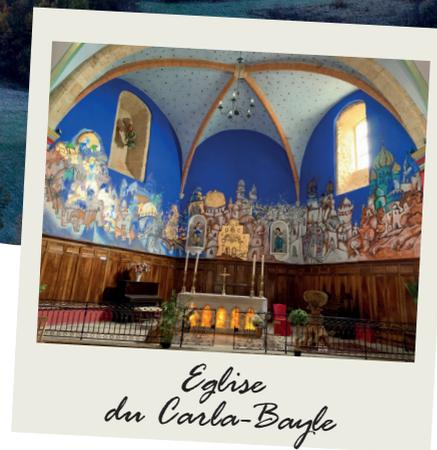
Des paysages à couper le souffle !

Perchée sur son promontoire rocheux, la bastide médiévale du Carla-Bayle détient une histoire riche qu'il ne tient qu'à vous de découvrir : déambulez le long des remparts et profitez du magnifique point de vue sur la chaîne des Pyrénées et sur le lac en contrebas.

Au cœur du village, au milieu des maisons à colombages et des rues pavées, poussez la porte de **la maison natale de Pierre Bayle**, philosophe des Lumières.

Ce centre d'interprétation évoque la vie et l'œuvre de cet homme de lettres sur fond de répression religieuse caractéristique du règne de **Louis XIV**.

Le Carla Bayle c'est surtout **la petite cité des arts ariégeoise**. On y retrouve de nombreuses galeries d'art ouvertes tout l'été. Sur le rempart nord, Sylvie vous accueille à la galerie **Fibréthique**, Fabrice à l'atelier **Sensiboot** et tout au bout du rempart rejoignez **la jolie fontaine**. Rempart sud c'est Lénia créations qui vous fera découvrir son univers. Au niveau de la place centrale, nommée place de l'Europe déambulez dans la galerie de **Kovel** et **Yasha**, au **musée des amoureux d'Angélique** ou encore à **la galerie du Philosophe** qui propose des expositions d'art contemporain tout au long de l'année. Juste à côté du **musée Pierre Bayle**, découvrez la sellerie maroquinerie artisanale de **Jérôme Brosseron**.



COUP DE CŒUR

Poussez la porte de **l'église** et découvrez comment les artistes du village l'ont relookée !

ÇA BOUGE ICI

Revenez début décembre pour l'incontournable **exposition cent centimètres carrés** proposée par l'association **Rue des arts**.

SUGGESTION

Aventurez vous aussi à l'extérieur du village sur la zone de la Saubole et faites un saut dans l'univers de **Chilia** et ses créations textiles. Découvrez aussi l'atelier de l'artiste aquarelliste **Gabor**.

CARLA-BAYLE CASTÉRAS



*Place de l'Europe,
Carla-Bayle*



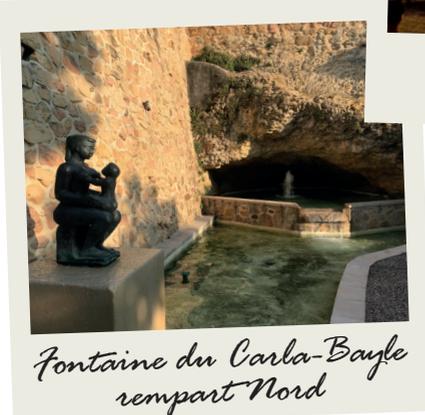
lac du Carla-Bayle



Aquazone



*repas concert,
les Jendis du Carla*



*Fontaine du Carla-Bayle
rempart Nord*



*Les remparts
du Carla-Bayle*

ÇA BOUGE ICI

Les **Jeudis du Carla** sont faits pour vous. Tout l'été, tous les jeudis, le rendez-vous incontournable c'est bien au Carla-Bayle. Sur cette belle place du village, où locaux et visiteurs se mêlent, chacun prend son repas assis à côté d'un copain ou d'un inconnu et finalement l'ambiance est là. Le **concert** différent chaque semaine égaye ces soirées.

Les **galeries** ne fermeront pour l'occasion leurs portes qu'en fin de soirée. Réservation indispensable et soirée incontournable !

PRODUCTEURS D'ICI

Le **rucher d'Émile** vous partagera sa passion du miel sur le marché de Montbrun-Bocage le dimanche matin. Vous retrouverez ses produits de la ruche directement à la boutique de l'office de tourisme tout comme les **charcuteries d'Occitanie**.

ZOOM

Le village mais pas que ! En contrebas le **lac du Carla-Bayle** et sa **base de loisirs** raviront petits et grands par les nombreuses activités proposées dans un cadre naturel paisible et agréable.

CÔTÉ FUN

L'**aquazone**, un parc aquatique gonflable y est installé entre juin et septembre. Venez découvrir le plus haut toboggan d'Occitanie, Wipeout, paddles, pédalos. Profitez-en pour venir vous amuser en famille ou entre amis.

SUGGESTION

Non loin de là, le village de **Castéras** domine la vallée. Vous serez surpris des paysages qui s'offrent à vous : le calme, les collines aux couleurs changeantes au gré des saisons.



*Eglise de
Castéras*

IDÉES RESTO

À l'entrée du village, **la Girouette**, café culturel-restaurant vous accueille dans une ambiance décontractée avec un menu du jour copieux et de saison.

L'**Auberge Pierre Bayle** face à l'église vous invite à passer à table et vous propose une cuisine raffinée à base de produits locaux de saison.

Le **Resto du Lac** propose une cuisine traditionnelle. L'immense terrasse face au lac vous offrira un moment privilégié.

DAUMAZAN-SUR-ARIZE FORNEX LA BASTIDE-DE-BESPLAS THOUARS-SUR-ARIZE

*Petite balade
au fil de l'Arize*



IDÉES RESTO

C'est au cœur de **Daumazan-sur-Arize**, bourg moyenâgeux, que nous vous invitons à découvrir la remarquable église **Saint-Sernin** (style roman et gothique), qui abrite un magnifique trésor.

Non loin de là, découvrez la **Bastide-de-Besplas** avec le charme de ses maisons à colombages, le clocher-mur de son **église Saint-André** ou encore sa **chapelle du Bout du Pont**. Vous pourrez visiter ce lieu abritant un magnifique retable baroque et son plafond de bois composé de caissons du XVII^e siècle.

Les communes de **Fornex** et de **Thouars-sur-Arize** vous feront découvrir leurs belles églises. Située un peu à l'écart de la place centrale, l'église de Fornex est dédiée à **Saint-Saturnin**. La seconde église, plus atypique, pousse à la curiosité par sa construction en brique rouge.



SUGGESTION

Sur la route de Montbrun, arrêtez-vous au Kiosque de la chantourneuse Patricia Perrin qui vous fera découvrir ses créations en bois.

La Tomate du Jardin, restaurant incontournable avec une cuisine exceptionnelle de qualité où les maîtres mots sont « produits locaux, de saison et de préférence issus de l'agriculture biologique ».

La table de Cazalères située au cœur de la résidence Château Cazalères vous proposera une cuisine au gré des saisons.



BON PLAN GOURMAND

À la sortie de Daumazan, découvrez le village plein de charme de Montbrun-Bocage avec son magnifique marché du dimanche matin. De nombreux producteurs locaux vous donnent rendez-vous dans une ambiance conviviale et festive



PRODUCTEURS D'ICI

La **Maison Berthe Guilhem** fabrique des produits cosmétiques labellisés Cosmebio à base de lait de chèvre alpine. L'entreprise familiale et conserve une identité artisanale à la pointe du progrès. Découvrez leur boutique à la **Bastide de Besplas**.

LE FOSSAT



PRODUCTEURS D'ICI

UN PETIT VERRE ?

Sur 18 hectares, **Dominik Benz**, cultive les cépages cabernet sauvignon, merlot, syrah, tannat (un vin corsé du terroir), chardonnay, sémillon, sauvignon gris et chenin de façon artisanale selon les normes biologiques. De ce rendement modéré, le vin est produit en petites quantités dans la manufacture familiale et dans le respect de l'environnement.

UN PETIT TOUR À LA FERME ?



Au Fossat vous avez l'embaras du choix ! Vous pouvez câliner les animaux à **Castel Pouzouilh** et ramassez les légumes directement dans le potager. Miam les bons produits de la ferme !

Tout près il y a la **ferme de l'âne qui rit** et si vous voulez savoir pourquoi l'âne rit, Julie vous accueille avec joie...

À la **ferme des cycles**, vous pourrez vous familiariser avec les brebis et apprendre à faire du fromage, des savons, travailler la laine... de quoi devenir de vrais petits fermiers !

*Faites une halte
sympa à la découverte
des terroirs*

Le Fossat possède une vie associative dynamique proposant des animations tout au long de l'année. Véritable village étape, vous pourrez profiter de **la halle** ou de la place du Fossat pour vous détendre autour d'un verre et faire ensuite un petit tour pour découvrir la fontaine, la statue de l'écolier, **les couverts, l'église** ou encore la **Chapelle Saint-André**.



ÇA BOUGE ICI

Aire de jeux, pique-nique au bord de la Lèze. Unique dans le territoire, les **Grandes Fêtes du Fossat** avec la plus grande **mounjetade** organisée dans l'été, le célèbre « cassoulet » (1400 personnes).

CASTEX LOUBAUT MÉRAS SIEURAS



Eglise de Castex



*figue blanche,
la Castex*

Prenez un peu de hauteur !

À Loubaut, Méras, Castex et Sieuras, montez, prenez le temps, admirez de superbes points de vue sur les vallées et la chaîne des Pyrénées.

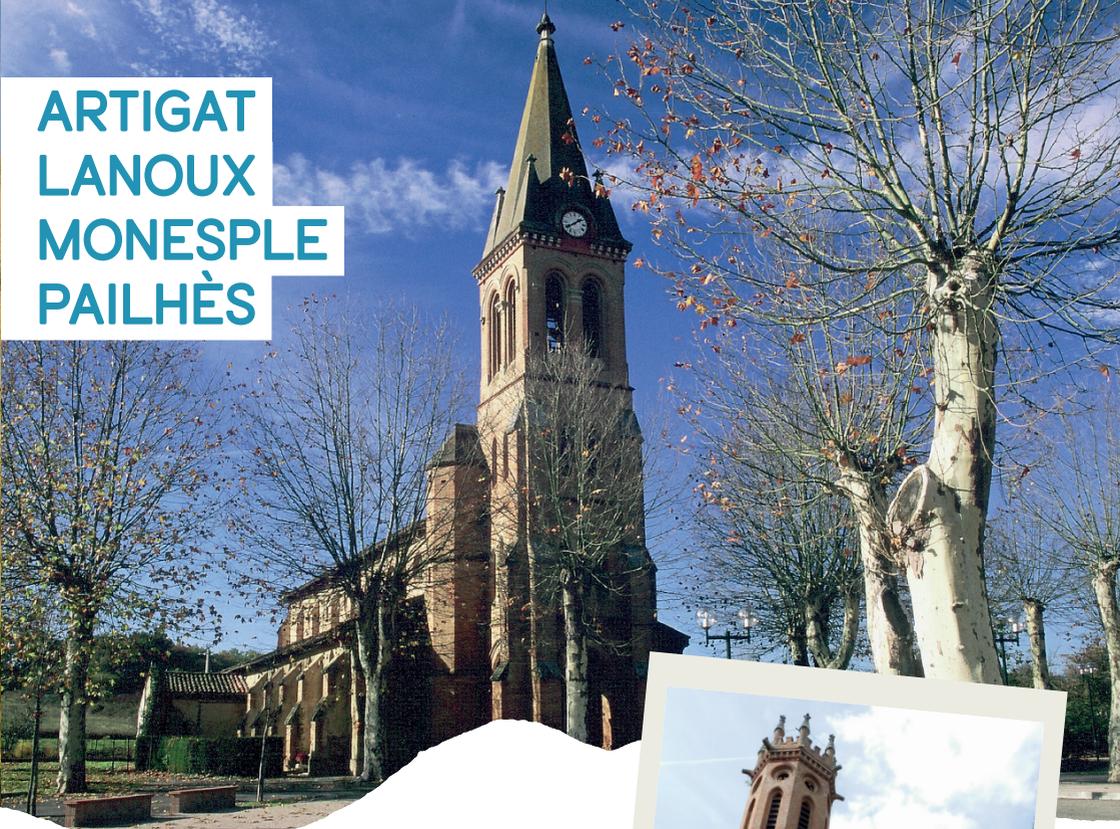


Méras c'est tout en haut mais la vue à 360 degrés c'est super beau alors ça vaut le coup ! Devant l'église, asseyez-vous sur le banc et laissez-vous aller à la rêverie...

Castex un peu plus bas c'est aussi très paisible. Pour la petite histoire, Castex est le berceau de la figue du même nom. La « castex » est une excellente figue qui permet des recettes originales par **l'association Castex Loisirs et détente** : pâtes de figue, gelée et chutney. C'est trop bon et retrouvez les gelées et chutneys à l'office de tourisme. L'église du village vaut également le coup d'œil.

Du côté de **Sieuras**, profitez du calme et partez à la découverte des deux fontaines avec **le sentier d'interprétation**.

ARTIGAT LANOUX MONESPLE PAILHÈS

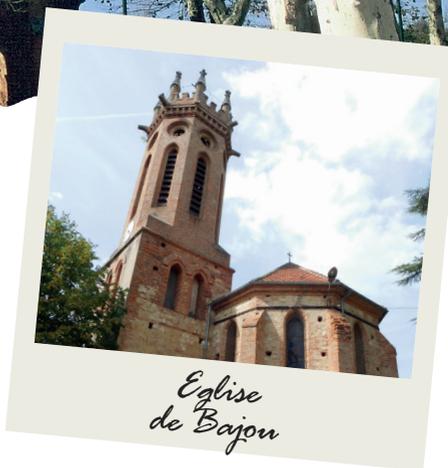


L'itinéraire vers la vallée de la Lèze

Proche de la toute petite commune de Monesple, au village de **Pailhès** ne loupez pas l'église aux dimensions étonnantes. Le vendredi soir on y va faire son marché et l'ambiance est au rendez-vous. On retrouvera pour l'occasion les brasseurs de **Co-Hop** situés à la sortie du village. Juste à côté, on profite de la jolie traversée d'**Artigat**. Pour la petite histoire, en 1560, la commune d'Artigat est au cœur de l'affaire judiciaire de Martin Guerre dont plusieurs cinéastes se sont inspirés.



Le **Marie Cuba café** à côté de l'église d'Artigat vous ravira avec sa cuisine traditionnelle et ses soirées festives.



*Eglise
de Bajou*

Sur les hauteurs à **Bajou** découvrez la jolie église et la vue sur les Pyrénées.



En remontant sur les coteaux, faites un détour aux ateliers du château de **Lanoux** où plusieurs créatrices sont installées.

LÉZAT-SUR-LÈZE



Eglise de Lézat

Le village aux reflets roses...

Au nord de la vallée, la commune de **Lézat-sur-Lèze** est la plus importante avec plus de 2 000 habitants. Le passé prestigieux de cette **ancienne abbaye** est encore visible au centre du village comme en témoignent les couverts et certaines façades d'échoppes.

Deux Saints sont particulièrement connus à Lézat :

- **Saint-Antoine** dont l'ermitage abrite une source réputée pour la guérison des maladies de peau (zona et eczéma).
- **Sainte-Appolonie** dont la dent apaise la douleur des poussées dentaires chez le nourrisson.

Dans le village, faites un détour à la galerie **Recup'art** où Jean-Michel Tabaries vous partagera sa passion pour l'art et juste en face sous les arcades, découvrez des

sculptures animalières réalisées par **Claude Sans**. La galerie **Anima** vous proposera aussi différentes expositions tout au long de l'année.

IDÉES RESTO

À la **Cantine du Prieuré** dans l'ancien prieuré magnifiquement restauré, faites une halte au café-restaurant-salon de thé. Le chef s'inspire des produits locaux, de saison, trouvés sur le marché.

Un petit creux ? **Le Bon Tchap** situé sur la zone commerciale de Lézat-sur-Lèze vous proposera une restauration rapide de qualité. Hamburgers, salades, kebabs, tacos vous raviront.

NOUVEAU

UN PEU D'HISTOIRE

les Fêtes de la Saint-Antoine

À la suite d'une procession miraculeuse à Toulouse en 1114, Lézat-sur-Lèze devient un lieu où l'on guérit du « feu de Saint-Antoine » : le zona. Saint-Antoine est invoqué pour soulager toute sorte de brûlures et maladies de peau : zona, radiothérapie, psoriasis... Le pèlerin est invité à prier Saint-Antoine pour sa guérison. Il doit passer un linge sur les reliques du saint puis se rendre à l'ermitage pour puiser l'eau de la source qui se trouve sous l'oratoire et se laver.

SUGGESTION

À la sortie du village, direction Toulouse, vous repèrerez un joli bâtiment en pierres et en brique : c'est un **fablab avec espace de coworking**, ouvert à tous.

PRODUCTEURS D'ICI

La famille Zeller vous ouvre les portes du **Domaine viticole de Lastronques** où elle maîtrise la production, de la culture de la vigne à la mise en bouteilles du domaine familial de 16 ha, en respectant tradition et savoir-faire, garantie d'un vin de qualité et authentique.

ÇA BOUGE ICI

L'été ne manquez pas les **soirées guinguettes de Lastronques**, repas-concert sur le domaine.



Domaine de Lastronques



Couvert de Lézat

COUP DE CŒUR

Un endroit calme pour se ressourcer ? Rendez-vous à l'**étang du Biac de Lézat**, véritable paradis des pêcheurs.

SAINTE-SUZANNE DURFORT SAINT-YBARS VILLENEUVEDULATOU



Des coteaux où il fait bon se promener

Historiquement, les communes de **Villeneuve-du-Latou** et de **Durfort** sont liées jusqu'en 1929 où un arrêté préfectoral scinde la commune de Villeneuve de Durfort en deux.

L'église **Saint-Sernin** de **Durfort** possède un clocher mur et un bas-relief. Celle de **Villeneuve-du-Latou** dédiée à Saint Martin est une église romane du XII^e siècle classée aux Monuments Historiques.

Tout proche de là, ne passez pas à côté de la bastide de **Saint-Ybars** qui garde encore les traces de son passé médiéval avec ses **maisons à colombages**.

À quelques kilomètres, visitez la belle église romane de **Sainte-Suzanne** construite par les maçons et les sculpteurs de Saint-Sernin de Toulouse au XVII^e siècle.

Les restaurations du site au début des années 2000 ont permis de préserver et de mettre en valeur la construction la plus ancienne et la plus importante de **l'abbaye de Lézat-sur-Lèze**.

BON PLAN

Profitez d'une balade dans le village de Saint-Ybars et de la vue depuis les remparts. En contrebas, petit tour au lac pour lézarder.



Cosméane



Maison à colombages de Saint-Ybars



Eglise Sainte-Suzanne



Village de Saint-Ybars



PRODUCTEURS D'ICI



À **Cosméane**, Marie et Cyril vous familiarisent avec leurs ânes. Balade à dos d'ânes et fabrication de savon sur place. La boutique de la ferme vous présentera toute la gamme de savons et cosmétiques fabriqués à base de lait d'ânesses.



IDÉES RESTO

L'Authentique au bord du lac de Saint-Ybars. Faites une halte gourmande, une pause-café ou profitez des menus à l'ardoise dans ce bar-restaurant à l'esprit familial.

CÔTÉ PRATIQUE

modifier les périodes d'ouverture par : horaires variables suivant la saison. Je ne comprends pas la correction

attente photo
remplacer la photos par
«mas_dazil_ruhier_lionel_14juin2020_hq-29

VISITES

MAISON PIERRE BAYLE

Rue principale - 09130 CARLA-BAYLE
05 61 68 53 53 - 05 61 68 42 92

culture@carla-bayle.com - www.carla-bayle.com

Dressé au cœur du village du Carla Bayle, citadelle fortifiée au XIII^e siècle par le Comte de Foix, le centre d'interprétation est aménagé dans la maison natale du philosophe, restaurée dans la pure tradition architecturale de l'époque.

PÉRIODES D'OUVERTURE Mai - Juin - Septembre et Octobre : samedi et dimanche de 14h à 18h.

Juillet et Août : du mardi au dimanche de 10h à 12h et de 14h à 19h.

TARIFS 2,50€/adulte - 1€/enfant (7-13 ans).

GROTTE

Avenue de la Grotte - 09290 LE MAS-D'AZIL

05 61 05 10 10 - info@sites-touristiques-ariege.fr
www.sites-touristiques-ariege.fr

Avec son porche impressionnant, un tunnel naturel et une rivière qui le traverse, la grotte du Mas-d'Azil est un site spectaculaire mais pas seulement ! La visite guidée vous fera revivre les fouilles des archéologues au travers de leurs découvertes : de superbes objets gravés et sculptés par Cro-Magnon et des ossements d'animaux de l'ère glaciaire : mammouths, rhinocéros, ours.

PÉRIODES D'OUVERTURE Fermeture annuelle du 13 novembre au 15 décembre.

Ouvert tous les jours pendant les vacances scolaires. Horaires variables suivant les saisons.

Réservation fortement conseillée : <https://sites-touristiques-ariege.oxygene.fr/?categorie=GM>

TARIFS (billet jumelé avec le musée de la Préhistoire) : 10€/adulte - 6€/enfant (5 à 17 ans) - Gratuit pour les moins de 5 ans - 26,50€/Pass famille (2A et 2E) - 7€/étudiant.

MUSÉE DE LA PRÉHISTOIRE

Grande rue du Mouret - 09290 LE MAS-D'AZIL

05 61 05 10 10 - info@sites-touristiques-ariege.fr
www.sites-touristiques-ariege.fr

Situé dans le village du Mas d'Azil, à moins de 2km de la grotte, ce musée viendra compléter la visite de la grotte du Mas d'Azil en vous faisant découvrir une collection d'objets trouvés sur le site. Il a pour ambition de vous faire découvrir le modernisme et le savoir-

faire des occupants de la caverne au travers de leurs vestiges, dont certains sont d'une grande prouesse technique et artistique.

PÉRIODES D'OUVERTURE Fermeture annuelle du 14 novembre au 17 décembre.

Ouvert tous les jours pendant les vacances scolaires. Horaires variables suivant les saisons. Visite libre.

TARIFS Billet jumelé avec la Grotte : 10€/adulte - 6€/enfant (5 à 17 ans) - Gratuit pour les moins de 5 ans - 26,50€/Pass famille (2A et 2E) - 7€/étudiant. Entrée musée : 3€/enfant - 4,50€/adulte

MUSÉE DE L'AFFABULOSCOPE

Castera - 09290 LE MAS-D'AZIL

06 66 04 35 30 - affabuloscope@gmail.com
www.museeaffabuloscope.fr

Le musée vous convie à une déambulation dans l'univers de Claudius de Cap Blanc, artiste singulier et prolifique dont l'œuvre pleine d'humour et de dérision, fait se rencontrer l'imaginaire et le poétique, l'insolite et l'insolent.

PÉRIODES D'OUVERTURE Du 15 avril au 15 octobre :

Avril, Mai, Juin, Septembre et Octobre : vendredi, samedi, dimanche de 14h à 19h.

Juillet et Août : tous les jours sauf le lundi de 14h à 19h.

Visites sur RDV en dehors de ces horaires.

TARIFS 8€/adulte - 5€/enfant (à partir de 10 ans) - gratuit - de 10 ans.

MUSÉE-PARC XPLORIA

Castagnès - Route de Sabarat - 09290 LE MAS-D'AZIL

05 61 60 03 69 - contact@xploria.com
www.xploria.com/

Profitez d'un parcours nature, pensé pour l'aventure, pour apprendre l'histoire de la biodiversité en vous amusant ! Suivez le fil du temps, depuis la création de l'univers, et partez à la découverte de l'évolution de la faune et de la flore. Un véritable musée d'histoires naturelles en plein air !

PÉRIODES D'OUVERTURE Du 8 avril au 7 juillet et du 7 septembre au 5 novembre : du mardi au dimanche de 10h à 18h.

Du 8 juillet au 31 août : tous les jours de 10h à 19h.

TARIFS 10,90€/adulte - 8,90€/enfant (3-18 ans) - 31,90€/pack famille (2A et 2E)

OBSERVATOIRE ASTRONOMIQUE

Route de l'Observatoire - 09350 SABARAT

06 22 17 04 98 - contact@observatoire-sabarat.com
www.observatoire-sabarat.com

Tout au long de l'année, une équipe d'animateurs passionnés vous guident et vous aide à percer les mystères de notre univers. Soirées publiques : en juillet et août à partir de 21h, le reste de l'année à 20h30. Programme et inscription en ligne. Organisation de stages tous niveaux.

TARIFS 7€/adulte - 5€/enfant (+ de 8 ans) - Gratuit pour les moins de 8 ans.

VISITES À LA FERME

LA FERME DES MOULIS - MOHAIR PYRÉNÉES

Les Moulis - 09290 CAMARADE

05 61 69 91 59 mohair.pyrenees@gmail.com -
www.mohair-pyrenees.com/

Dans un environnement naturel préservé, Pauline et Loïc vous font découvrir leur métier si particulier : l'élevage de chèvres Angora. Vous en apprendrez plus sur ces animaux si caractéristiques et qui produisent une fibre textile formidable : le mohair. Boutique sur place : écharpes mohair, tours de cou, chaussons...

PÉRIODES D'OUVERTURE

- De janvier à juin et de septembre à décembre, ouvert les mercredis, jeudis, vendredis et samedis à 16h.

- Du 1^{er} au 15 juillet et du 20 au 31 août ouvert tous les jours à 15h30 (visite possible à 11h sur RDV).

- Du 16 juillet au 19 août de 15h à 18h (visite possible à 11h sur RDV).
Entrée libre à l'expo-vente les jours de visite. Autres horaires sur rendez-vous.

TARIFS 5€/adulte - 2,50€/enfant

VISITE À LA FERME DE CASTEL POUZOUILH

Castel Pouzouilh - 09130 LE FOSSAT

06 86 87 72 80 - fermedecastelpouzouilh@gmail.com
www.fermedecastelpouzouilh.com

Marie et Patrice accueillent en petits groupes pour une heure de découverte autour des animaux de la ferme : participation à l'alimentation des bêtes, ramassage des œufs, échanges sur le fonctionnement de la ferme et sur la production, rencontre avec les animaux.

PÉRIODES D'OUVERTURE Le mercredi de 14h à 18h et le vendredi de 14h à 18h30. Sur RDV les lundi, mardi et jeudi.

VISITE DE LA FERME L'ÂNE QUI RIT

Pourgues - 09130 LE FOSSAT

06 52 38 97 32 - lanequirit@outlook.com

Visite à ferme regroupant de nombreux animaux dociles et curieux. Sur place : visite, vente de produits de la ferme, exposition et vente d'objets en argile, ateliers créatifs, chasse aux trésors, anniversaires, éveil des sens, médiation animale, cirque, découverte des animaux, balades.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert toute l'année sur réservation.

TARIFS 10€/Ateliers et visite

VISITE DE LA FERME DES CYCLES

Cubières - 09130 LE FOSSAT

06 88 52 52 36 - lafermedescycles@mailo.com
www.lafermedescycles.fr

Jérémy et Louise élèvent des brebis Manech tête noire, une race des Pyrénées, grâce auxquelles ils fabriquent du fromage, des yaourts et autres douceurs, des savons au lait de brebis et travaillent également leur laine. Nombreuses activités sur place.

PÉRIODES D'OUVERTURE Visite et ateliers sur inscription tout au long de l'année.

TARIFS À partir de 5€

VISITE DE L'ASINERIE COSMÉANE

Grave d'en Bas - 09210 SAINT-YBARS

07 83 63 04 83 - contact@cosmeane.com
www.cosmeane.com

Vous pourrez vivre une expérience unique : se balader à dos d'âne (pour les enfants), participer à la traite des ânesses ou fabriquer du savon. Sur place : boutique de cosmétiques et accueil camping-car.

PÉRIODES D'OUVERTURE Avril à septembre. Animations tous les jours 13h30-15h30 et 16h-18h. Uniquement sur réservation.

TARIFS 10€/adulte - 20€/enfant





ART ET ARTISANAT D'ART

VANNERIE PAYSANNE

Les Moulis - 09290 CAMARADE
05 34 01 74 42 - nicolevanniere@gmail.com
www.ariège.com/marcoetnicole

Musée Expo-vente sur rendez-vous.
Nicole propose des stages et aura plaisir à transmettre les techniques, « trucs » et astuces apprises auprès des anciens paysans ariégeois.

TARIFS 140€/pers/2 jours (de préférence de janvier à mars).

ATELIER ET BOUTIQUE CHILIA

Zone Artisanale La Saubole - 09130 CARLA-BAYLE
06 87 10 12 37 - contact@chilia.fr - www.chilia.fr

Styliste modéliste, Pascale Carol ose relever le défi d'une fabrication 100% française et artisanale. Chaque collection signe la marque d'une identité sincère et généreuse : des couleurs chaudes et chatoyantes sublimes par des lignes fluides et modernes.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert toute l'année sur rendez-vous.

GABOR ARTISTE PEINTRE

La pujade - 09130 CARLA-BAYLE
06 12 78 63 42 - gabor2006@orange.fr
www.gabor.blog4ever.com

Artiste peintre, Isabelle Borghini (Gabor) peint des aquarelles aux effets de matière et de transparence. Organisation des « carnets de voyage made in Ariège » sur réservation. Visite de l'atelier toute l'année sur RDV. Livres pour enfant en vente à la boutique de l'Office de Tourisme.

TARIFS Carnet de voyage made in Ariège 55€/journée - cours aquarelle ou techniques mixtes 30€/3h.

MUSÉE LES AMOUREUX D'ANGÉLIQUE

09130 CARLA-BAYLE
07 83 12 38 69 - amoureuxanges@hotmail.com
www.lesamoureuxdangelique.ovh

Association Geppetto recherche et collectionne les productions non professionnelles, les créations spontanées d'artistes populaires, autodidactes, naïfs, bruts et les montre au public dans son musée.

PÉRIODES D'OUVERTURE Tous les jours en juillet et août, de 15h > 19h. Autres périodes sur RDV. Entrée libre et gratuite.

GALERIE DU PHILOSOPHE

5 place de L'Europe - 09130 CARLA-BAYLE
05 67 44 18 01 - contact.rue.des.arts@gmail.com
www.galerieduphilosophe.fr

Siège de l'association Rue des Arts au Carla-Bayle, la Galerie du Philosophe accueille tout au long de l'année des expositions d'art contemporain avec un moment particulier dédié à la pratique amateur durant sa saison hivernale et son rendez-vous annuel des Cent Centimètre Carrés.

PÉRIODES D'OUVERTURE Du lundi au vendredi de 14h à 18h. Sur les temps d'exposition ouvert du mardi au dimanche de 14h à 18h (19h l'été).

KOVEL

Place de L'Europe - Galerie la Place
09130 CARLA-BAYLE - 07 60 70 74 45
galerielaplace@gmail.com - www.kovel.fr

Matières ou matériaux abandonnés, rouillés, oxydés, déformés par l'épreuve du temps, des temps, de la Nature. La main de l'artiste tente de leur redonner seconde et autre vie.

PÉRIODES D'OUVERTURE Du 8 juillet au 10 septembre ouvert tous les jours de 15h à 19h. Ouvert le dimanche en hors saison de 14h à 18h.

SELLERIE JÉRÔME BROSSERON

Grande rue - 09130 CARLA-BAYLE
05 61 68 02 16 - contact@sellerie-carla-bayle.com
www.sellerie-carla-bayle.com

Jérôme vous accueille dans son atelier boutique où il travaille le cuir pleine fleur de haute qualité.

PÉRIODES D'OUVERTURE Juillet-Août du mardi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 18h. Hors saison du mercredi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 17h.

YASHA

Place de L'Europe - Galerie La Place
09130 CARLA-BAYLE
06 70 13 52 47 - daniele.molinie@sfr.fr

Yasha conçoit ses bijoux comme des tableaux ou des sculptures, comme un « art à porter ». Chacune des créations est le fruit d'une recherche passionnée de matériaux rares, précieux et souvent très anciens.

PÉRIODES D'OUVERTURE Du 8 juillet au 10 septembre, ouvert tous les jours de 15h à 19h. Ouvert les dimanches en hors saison de 14h à 18h.

SENSIBOOT

Hameau Barraca - 09350 DAUMAZAN-SUR-ARIZE
06 10 37 28 45 - sensiboot@wanadoo.fr
www.sensiboot.fr

« Fait main pour le pied » - Modèles uniques de chaussures et bottes en cuir. Professionnel dans la confection de chaussures depuis 1996, « Sensiboot » présente des modèles de chaussures et bottes sur-mesure.

PÉRIODES D'OUVERTURE Toute l'année sur RDV à l'atelier à Daumazan - Boutique repart Est au Carla Bayle : tous les jours du 1^{er} juillet au 31 août de 15h à 19h et en mai, juin, septembre et octobre les week-ends de 15h à 19h.

CHANTOURNAGE SUR BOIS

40 route de Montbrun, plagne - 09350 DAUMAZAN-SUR-ARIZE
06 19 88 72 57 - aicirtap_nirrep@live.fr
www.chantournagepatricia09.fr

Patricia crée des objets du quotidien ou de décoration ainsi que des jeux, en bois ou contreplaqué, grâce au chantournage. Elle découpe chaque pièce minutieusement.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 19h.

CAZA D'ORO

15 rue du Temple - 09290 LE MAS-D'AZIL
07 86 00 88 58 - cazadoro@cazadoro.org
www.cazadoro.org

Centre international d'art contemporain situé au Mas-d'Azil, depuis 2003. Lieu de résidence et de médiation pour les artistes. Formation à l'art contemporain. Exposition à l'issue des résidences d'artistes.

LA FABRIQUE DES CRÉATRICES

8 avenue de la grotte - 09290 LE MAS-D'AZIL
05 61 68 26 72 - lafabriquedescreatrices@gmail.com
4 créatrices pour une boutique (céramique, textile, bijoux, mobilier en carton et vannerie).

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert du 1^{er} avril au 24 décembre, tous les jours de 10h à 12h30 et de 14h30 à 18h (19h en juillet et août).

SOUFFLEUR DE VERRE DE L'ARIZE

Avenue de la grotte - 09290 LE MAS-D'AZIL
07 87 91 02 86 - kylianpradier@gmail.com
www.souffleursdelaryse.com

Votre artisan verrier vous propose des démonstrations de techniques du verre soufflé mais également du verre à froid.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert d'avril à mi-octobre le mardi de 14h30 à 18h30 et du mercredi au dimanche de 10h à 12h30 et de 14h30 à 18h30. De mi-octobre à mars ouvert du mardi au dimanche de 14h30 à 18h30.

LA PÉPETTE

09290 LE MAS-D'AZIL
06 44 78 62 65 - lisepreau@hotmail.fr

Bijoux et accessoires (boucles d'oreilles, bracelets, barrettes...), objets du quotidien (miroirs, marque-pages, bouchons de vin...) à base de papier washé et de support en laiton.

POINTS DE VENTE Boutique Mano Local aux Bordes-sur-Arize, à l'Office de Tourisme au Mas-d'Azil et à la Girouette à Carla-Bayle.

GALERIE ANIMA - ATELIER D'ART CONTEMPORAIN

5 rue de l'Abbaye - 09210 LÉZAT-SUR-LÈZE
06 78 54 75 67 - anima.art.occitanie@gmail.com

La Galerie ANIMA accueille tout au long de l'année des expositions d'art contemporain : peintures, sculptures, photographies, céramiques... collectives ou individuelles d'une durée moyenne de trois mois.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert toute l'année les samedis de 10h à 12h30 et de 15h à 18h, et sur rdv en dehors de ces horaires.

GALERIE RECUP'ART

29 rue François Verdier - 09210 LÉZAT-SUR-LÈZE
06 44 97 01 06 - jeanmichel.tabaries@gmail.com

Jean-Michel Tabaries est un artiste peintre créateur ; il utilise la matière issue de la récupération pour des créations en relief et colorées.

PÉRIODES D'OUVERTURE Uniquement sur RDV.

SCULPTURE ANIMALIÈRE

4 place de L'Église - 09210 LÉZAT-SUR-LÈZE
06 30 36 02 70 - sansclaude@orange.fr

www.animasculptures.wordpress.com
Claude Sans réalise des pièces sculptées et modelées dans de l'argile pour créer des animaux réalistes.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert toute l'année sur RDV.



Galerie au Carla-Bayle



ACTIVITÉS ÉQUESTRES ET À DOS D'ÂNES

PROMENADES EN ATTELAGE AVEC DES CHEVAUX DE TRAIT. ASSOCIATION TERRE ET TOILE

Les Moulis - 09290 CAMARADE

06 87 81 89 98 - terre.etoile15@gmail.com

www.terreettoile.jimdo.com

Découvrez le piémont des Pyrénées Ariégeoises au rythme des chevaux attelés.

Échappées et escapades d'1 h à 5 jours.

TARIFS 75€ pour une famille de 4 personnes. Autres tarifs sur demande.

NATURA CHEVAL

Gasquet - 09350 MONTFA

06 15 84 11 73 - laura.fernandez.eco@gmail.com

www.natura-cheval-ariège.com

Ferme équestre écotouristique au cœur de l'Ariège proposant des balades ou des randonnées pour tous.

Ouvert à tous, du débutant au cavalier confirmé, à partir de 8 ans. Balades à poney pour les enfants de 3 à 8 ans. Encadrées par une accompagnatrice diplômée. Ouvert toute l'année.

TARIFS Balade à partir de 20€. Randonnée sur plusieurs jours possible à partir de 210€/pers.

DOMAINE DE PÉPIANNE

Pépienne - 09350 SABARAT

06 40 13 43 67 - julie.casteras@gmail.com

Le domaine de Pépienne est un club hippique ouvert toute l'année. Le club propose des stages d'équitation du niveau débutant au confirmé.

TARIFS Stage de 40€ à 70€. Tarifs des cours sur demande.

ACTIVITÉS DE PLEIN AIR

AQUAZONE

Base de loisirs - 09130 CARLA-BAYLE

06 50 83 20 99 www.aquazonecarlabayle.fr

Parc aquatique sur le lac du Carla-bayle: toboggans géants, locations de canoé, paddle, pédalos

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert du 10 juin au 10 septembre tous les jours de 11h à 19h.

TARIFS 1h/10€, 2h/18€. Réservation en ligne possible.

ELASTIC JUMP

Grotte - 09290 LE MAS-D'AZIL

05 61 74 64 00 - 06 78 90 21 69 elasticjump@free.fr

www.elasticjump.com

D'une hauteur de 70m, le saut s'effectue dans un cadre 100% naturel. Le site du Mas d'Azil est le seul au monde à permettre des sauts depuis la voûte d'une grotte.

Les séances de saut ont lieu le week-end sur réservation obligatoire au minimum 2 semaines avant la date de votre saut.

TARIFS de 65€ à 80€/pers.



Aquazone

RESTAURATION

MARIA CUBA CAFÉ

Place de l'église - 09130 ARTIGAT

06 60 30 30 95 - michelzullo@wanadoo.fr

Cuisine traditionnelle, fait maison à base de produits locaux. Soirées musicales le vendredi.

PÉRIODES D'OUVERTURE Du lundi au vendredi uniquement le midi et un vendredi soir sur deux.

TARIFS Plat du jour 12€ - menu de 16€ à 25€.

AUBERGE PIERRE BAYLE

Rue Principale - 09130 CARLA-BAYLE

05 61 60 63 95 - auberge.pierrebayle@orange.fr

www.aubergepierrebayle.com

Cuisine raffinée préparée à base de produits régionaux. Restaurants sur 2 étages, terrasse couverte et climatisée avec vue panoramique sur les Pyrénées et le lac du Carla Bayle.

PÉRIODES D'OUVERTURE Avril - Septembre ouvert du mardi au dimanche. Octobre - Mars ouvert du mercredi au dimanche midi. Fermeture annuelle de mi-décembre à fin janvier.

TARIFS Formule midi (entrée+plat+dessert) 17€

LE RESTO DU LAC

Les chartes - Base de loisirs - 09130 CARLA-BAYLE

09 80 79 63 95 - lerestodulacarla@gmail.com

Le Resto du Lac propose une cuisine traditionnelle avec des produits de la région. En famille, entre amis, venez vous détendre autour d'une cuisine traditionnelle, des planches et pizzas à partager.

PÉRIODES D'OUVERTURE En Juillet et Août ouvert tous les jours de 9h à 21h30. De septembre à Juin, Ouvert tous les jours sauf le mardi.

TARIFS Menu du jour le midi et en semaine (entrée+plat+dessert+1/4 de vin) 15,50€

LA GIROUETTE

La Remise - 09130 CARLA-BAYLE

05 34 02 37 30 - cafelagirouette@gmail.com

www.cafelagirouette.fr

Café culturel, restaurant, épicerie et dépôt de pain. Produits de qualité, frais et locaux et une cuisine 100% maison : au choix deux entrées, deux plats, dont un végétarien, deux desserts.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert toute l'année du mardi au samedi de septembre à mai, et du mardi au dimanche de juin à fin août.

TARIFS Menu adulte : de 15€ à 18€ - assiettes à partager : de 8€ à 15€.

LA TABLE DE CAZALÈRES

Cazalères - 09350 DAUMAZAN-SUR-ARIZE

05 33 00 30 00 - reception@cazaleres.com

Profitez d'une cuisine raffinée, au gré des saisons, de la vue sur une des plus grandes piscines de la région (700 m²) et vous pourrez vous régaler avec les plats et les vins à la carte.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert d'avril à octobre tous les jours.

TARIFS Menu 28,50€ (entrée - plat - dessert)

LA TOMATE DU JARDIN

1 place de l'Église - 09350 DAUMAZAN-SUR-ARIZE

05 81 30 40 03 latomatedujardin09@gmail.com

www.latomatedujardin.fr

Un accent tout particulier sur les produits bio de qualité des producteurs et éleveurs du canton. Un menu du jour (en semaine le midi) et une ardoise avec un choix de plusieurs entrées, plats (viande, poisson, végétarien) et desserts qui évolue au gré du marché, au fil des saisons.

PÉRIODES D'OUVERTURE Mai, juin, septembre et octobre : du jeudi au Dimanche midi et soir. Juillet et août : ouvert du mercredi au dimanche midi et soir. Fermeture annuelle à partir de mi-octobre.

TARIFS Menu du jour (entrée+plat+dessert) 20€

LA MAISON DE LA GROTTE

Route de la grotte - 09290 LE MAS-D'AZIL

05 61 67 26 98 - lamaisondelagrotte@gmail.com

Axelle vous accueille dans un cadre unique : à l'entrée de la Grotte du Mas-d'Azil, pour une petite restauration sur place ou à emporter.

Tout est cuisiné sur place et fait-maison, à base de produits locaux. Sandwichs, quiches, pâtisseries, desserts, glaces, boissons et cafés.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert du 18 février au 21 octobre tous les jours de 10h à 18h.

LA TERRASSE DU MAS

4 place du Champ de Mars - 09290 LE MAS-D'AZIL

05 34 01 79 17 - didier.trillou@gmail.com

Bar-Restaurant en plein cœur du village, avec une agréable terrasse. Produits frais revisités quotidiennement par le chef.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert du 1^{er} mai au 31 octobre du mardi au dimanche midi.

LE BISTROT

Rue du Mouret - 09290 LE MAS-D'AZIL
05 61 69 97 89 - lebistrotumas@sfr.fr

Le bistrot est un café brasserie PMU situé sur la place du village du Mas d'Azil. Menu du jour le midi et à la carte. Vous profiterez d'une agréable terrasse au cœur du village, d'une salle de bar, d'un patio intérieur ombragé et d'une jolie salle de restauration.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert tous les jours en saison estivale à partir de 7h. Hors saison, fermé le jeudi.

TARIFS Formule du jour 16 €

LE KIWİ

5 place du Bout de la Ville - 09290 LE MAS-D'AZIL
05 61 69 55 82 - marklekiwi@gmail.com
www.restaurant-lekiwi.com

Le Kiwi vous propose sa cuisine saine et créative toute l'année. Le chef de cuisine choisit les meilleurs ingrédients naturels d'ici et d'ailleurs et les transforme avec passion. Une cuisine simple, équilibrée, végétarienne (ou pas), le tout aux saveurs voyageuses.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert toute l'année du mardi au vendredi le midi, jeudi et vendredi soir. Fermé samedi, dimanche et lundi.

LE 321

Centre commercial Marveille
09350 LES BORDES-SUR-ARIZE
06 37 39 70 06 - 05 34 03 37 40 - le321@orange.fr

Pizzas à emporter chaudes ou froides 24h/24, 7j/7 grâce à la borne automatique. Snacking et menu du jour le midi; pizzas le soir. Bar et salle de jeux (billard, baby-foot...).

PÉRIODES D'OUVERTURE De septembre à juin : mercredi au samedi de 11h30 à 14h30 et du jeudi au samedi de 18h à 21h30. Juillet et Août : du mardi au samedi de 11h30 à 14h30 et de 18h à 21h30.

TARIFS Menu du jour 15,50 €

LA CANTINE DU PRIEURÉ

9 place de L'Hôtel de Ville - 09210 LÉZAT-SUR-LÈZE
05 34 01 56 91 - contact@lacantineduprieure.fr
www.lacantineduprieure.fr

Le chef s'inspire des produits locaux, de saison, trouvés sur le marché. Un accent particulier est porté sur les abats, le poisson et les légumes. Petit-déjeuner sucré-salé.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouverture le mardi, mercredi et jeudi de 8h à 14h. Le vendredi de 8h à 14h et de 19h à 23h. Le samedi de 10h à 14h et de 19h à 23h.

Petit déjeuner sucré-salé du mardi au vendredi à partir de 8h30.

TARIFS Menu du jour 17 €

LE BON TCHAP

5 route de Toulouse - Zone commerciale de la Sinsole
09210 LÉZAT-SUR-LÈZE
06 81 29 16 76 - laury.testut@gmail.com

Restauration de qualité avec des produits frais. Hamburgers, salade, kebab, tacos, dessert bière boisson fraîche.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouverture le mardi, mercredi et jeudi de 11h30 à 14h et de 18h30 à 21h30. Le vendredi et samedi de 11h30 à 14h et de 18h30 à 22h. Le dimanche de 18h30 à 21h30.

TARIFS : entre 8€ et 18€.

L'AUTHENTIQUE

Route de Ravage 09210 SAINT-YBARS
06 52 54 73 40 - lauthentiqueybars@gmail.com
www.lauthentique-restaurant-bar.eatbu.com

Agréable restaurant situé en bordure de lac, au pied de la bastide de Saint-Ybars et dans un esprit familial. Les menus changent régulièrement en fonction du marché, des producteurs locaux et des saisons.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouverture le lundi, mardi, jeudi et dimanche de 8h30 à 15h30. Le vendredi et samedi de 8h30 à 15h30 et de 19h à 23h. De 8h à 18h en journée pendant les vacances de printemps et d'été.

TARIFS Formules entre 16€ et 32€.

FAITES VOTRE MARCHÉ

MERCREDI

- Le Fossat, 3^e et 5^e mercredi matin du mois.
- Le Mas-d'Azil, le matin (foire le 2^e et 4^e mercredi du mois).
- Lézat-sur-Lèze, le 2^e mercredi matin du mois uniquement.

VENDREDI

- Daumazan-sur-Arize, le matin. Foire le 1^{er} vendredi du mois.
- Saint-Ybars, le matin.
- Pailhès, de 17h à 20h. Marché artisanal et animations.
- Campagne-sur-Arize, à 16h à la ferme de Portecluse.

SAMEDI

- Lézat-sur-Lèze, le matin.



LES BOUTIQUES DE PRODUITS LOCAUX

PRODUITS LOCAUX

LA BOUTIQUE DE L'OFFICE DE TOURISME

11 place du champ de mars - 09290 LE MAS-D'AZIL
05 61 69 99 90 - informations@tourisme-arize-leze.com - www.tourisme-arize-leze.com

PRODUITS À LA VENTE Productions 100% locales vins, confitures, bières, jus de fruits, miels, safran, confiseries, cosmétiques, librairie, artisanat (céramiques, accessoires textiles, bijoux, etc.)

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert toute l'année. Du lundi au vendredi en hors saison (ouvert le samedi en juin et septembre) et tous les jours en juillet et août.

MANO LOCAL

Centre commercial de Marveille
09350 LES BORDES-SUR-ARIZE
05 67 44 39 44 - artisansetproducteursdici@gmail.com

PRODUITS À LA VENTE Vous y trouverez du miel, de la maroquinerie cuir, des bijoux, des céramiques, des créations tissus, des savons et cosmétiques artisanaux, des produits locaux... des idées cadeaux tous budgets.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert du Mardi au Samedi de 10h à 12h30 et de 14h à 18h.



Peau Ethic

EARL DE JACOULY

1 chemin de Jacouly - 09350 CAMPAGNE-SUR-ARIZE
05 61 68 73 13

PRODUCTION Produits transformés de canards gras.

MES PETITES DOUCEURS CHOCOLATS ET BISCUITS

8 route de la Sarrasine
09350 CAMPAGNE-SUR-ARIZE
06 58 17 04 38 - mes-petites-douceurs@laposte.net
www.mes-petitesdouceurs.com

PRODUCTION Créations en chocolats avec différentes ganaches et pralinés, rochers, mendiants, ... Assortiments de biscuits sans gluten (citron, sésame, cookies, figues, croquants aux amandes).

POINTS DE VENTE Boutique en ligne - boutique de l'office de tourisme Arize-Lèze - sur place sur RDV.

MARCHÉS Le Mas d'Azil mercredi matin semaines paires - Tournefeuille vendredi après-midi semaines impaires - Montbrun Bocage dimanche.

SAVONS PACHAMAMA

3 rue de Montfa - 09350 CAMPAGNE-SUR-ARIZE
06 86 66 69 13 - contact@savonspachamama.com
www.savonspachamama.com/

PRODUCTION Savons artisanaux naturels à base d'huiles végétales, d'huiles essentielles, d'épices ou de plantes séchées biologiques et locales.

POINTS DE VENTE Vente sur place le lundi de 10h à 12h et de 14h à 19h. Sur RDV après 19h. Téléphoner au préalable. Boutique Mano Local aux Bordes-sur-Arize, la Girouette au Carla-Bayle, Calee-Nez Vous à Foix, Office de tourisme au Mas d'Azil, épicerie Gemma colors à Rieux-Volvestre, Chez Paulette à Montesquieu Volvestre. Envoi par colis postal, commande par téléphone ou mail.

MARCHÉS Montbrun Bocage le dimanche matin.

FERME DE PORTECLUSE

Portecluse - 09350 CAMPAGNE-SUR-ARIZE
05 61 67 74 35 - 06 80 81 91 38
fermedeportecluse@posteo.net
www.fermedeportecluse.jimdo.com

PRODUCTION Produits laitiers, légumes de saison, marché à la ferme...

MARCHÉS Vendredi matin à Auterive - le vendredi de 15h30 à 18h30 au marché à la ferme à Campagne-sur-Arize - samedi matin à Saint-Girons.

Produits proposés au marché à la ferme : produits laitiers, légumes, fruits, pains, conserves.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert toute l'année

LES RUCHERS DE PYRÈNE

Marsoulies - 09350 CAMPAGNE-SUR-ARIZE
solalmelinat@gmail.com

PRODUCTION Miels, pollen, propolis, vinaigre de miel, bougies en cire d'abeille.

POINTS DE VENTE Carrefour contact aux Bordes-sur-Arize, épicerie de Campagne-sur-Arize, Office de tourisme au Mas-d'Azil, Carrefour express La Bastide-de-Sérour, etc.

CHARCUTERIES D'OCCITANIE

Mallossèves - 09130 CARLA-BAYLE
contact@charcuteries-occitanie.com
www.charcuteries-occitanie.com/fr

PRODUCTION Charcuterie et conserverie à base de porc de Nousté (saucisse sèche, saucisson, pâté).

POINTS DE VENTE Boutique de l'office de tourisme au Mas d'Azil et vente en ligne.

LE RUCHER D'ÉMILE

Les Fittes - 09130 CARLA-BAYLE
05 33 17 50 68 - 06 25 73 02 90
lesfittes@orange.fr - www.rucherdemile.fr

PRODUCTION Bougies à la cire d'abeille 100% naturelle et miels (acacia, châtaignier, lavande, tournesol, rhododendron, bruyère, thym...)

POINTS DE VENTE À la ferme (téléphoner au préalable) et à la boutique de l'office de tourisme. Livraison possible.

MARCHÉ Montbrun Bocage le dimanche matin.

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert tous les jours sur rdv de 9h30 à 12h.

LA FIGUE CASTEX

MAIRIE - 09350 CASTEX
castex.loisirs@laposte.net

PRODUCTION Chutney à la figue, gelée de figue, pâte de fruit, plants de figuiers "Castex".

POINT DE VENTE Office de tourisme Arize Lèze, les Martres à Castex pour les plants de figuiers.

ÉVÈNEMENTIEL Fête de la Figue du Mas d'Azil (1^{er} week-end d'octobre).

FERME BARANÉ

Barané - 09290 GABRE
05 61 68 25 53 - 06 21 28 45 65
ferme@barane.com - www.barane.fr

PRODUCTION Viande bovine biologique

POINT DE VENTE Vente en direct sur réservation. Vente en ligne

PÉRIODES D'OUVERTURE Ouvert toute l'année.

MAISON BERTHE GUILHEM

Ferme Garrabet - 09350 LA BASTIDE-DE-BESPLAS
09 67 51 24 96 - contact@bertheguillhem.com
www.bertheguillhem.com

PRODUCTION Cosmétiques bio au lait de chèvres alpines (Cosmébio).

POINT DE VENTE Boutique de l'office de tourisme Arize-Lèze - sur place du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h. Vente en ligne.

ÉVÈNEMENTIELS Fêtes médiévales de Mirepoix (mi-juillet), Autrefois le Couserans à Saint-Girons (début août), marché de Saurat (en juillet/août), fête de la figue (1^{er} week-end d'octobre), etc.

FERME DE CASTEL POUZOUILH

Castel Pouzouilh - 09130 LE FOSSAT
06 86 87 72 80 - fermedecastelpouzouilh@gmail.com
www.fermedecastelpouzouilh.com

PRODUCTION Œufs, charcuterie, saucisse fraîche, fruits et légumes.

POINT DE VENTE À la ferme du lundi au samedi de 11h à 16h (réservation par téléphone la veille au plus tard).

DOMINIK BENZ - CRÉATEUR DE VIN

Moulin De Beauregard - 09130 LE FOSSAT
05 61 69 47 56 - 06 75 59 36 01
info@dominikbenz.fr - www.dominikbenz.fr

PRODUCTION Vins bio et jus de raisin.

POINT DE VENTE Office de tourisme au Mas d'Azil et sur place lun. mar. jeu. ven. 8h-12h et 13h-18h et mer. 8h-12h. Fermé le week-end.

LA FERME DES CYCLES

Cubières - 09130 LE FOSSAT
06 68 52 52 36 - lafermedescycles@mailo.com
www.lafermedescycles.fr

PRODUCTION Élevage de brebis Manech, produits laitiers, savons au lait de brebis, laine. Organisation de visites, d'ateliers (land'art, autour de l'eau, permaculture, fabrication de fromage ou de savon...) et immersion à la ferme.

POINT DE VENTE À la ferme sur rdv.

MARCHÉS Le Mas d'Azil le mercredi matin et Lézat s/ Lèze le samedi matin.

ASSOCIATION KOKOPELLI

Route de Sabarat - 09290 LE MAS-D'AZIL
05 61 67 69 87 - contact@kokopelli-semences.fr
www.kokopelli-semences.fr/fr

PRODUITS À LA VENTE 1400 et 2000 variétés de semences (en fonction des saisons) libres de droits et reproductibles de plantes potagères, aromatiques, médicinales ornementales. Librairie.

PÉRIODES D'OUVERTURE Juillet-Août du lundi au samedi de 10h à 17h. De septembre à janvier du lundi au jeudi de 10h à 17h, le vendredi de 10h à 16h.

FERME DE CAOUÉ

Caoué - 09290 LE MAS-D'AZIL
06 07 43 47 69

PRODUCTION volailles fermières, poulets, pintades et canettes, œufs fermiers.

Vente à la ferme du lundi au samedi matin. Téléphoner au préalable.

MARCHÉS Le Mas d'Azil le mercredi et Saint-Girons le samedi.

FERME DE MARIOUNE

Marioune - 09290 LE MAS-D'AZIL
06 84 81 83 20 - martinrozeron@free.fr

PRODUCTION Miels de caractère issu du terroir ariégeois. Ses ruches suivent les floraisons jusque dans les hautes montagnes Pyrénéennes.

POINT DE VENTE à l'office de tourisme au Mas d'Azil.

Vente directe à la ferme sur rendez-vous.

LES JARDINS DES PLÉIADES

Ferme Seignas Haut - 09290 LE MAS-D'AZIL
06 77 43 11 09 - delphine.chenot@gmail.com

PRODUCTION Laine d'alpagas, de brebis - confiture de figues, de prunes - plantes séchées (verveine, menthe, ortie, basilic, lavande, mélisse, ...) - sorbet - safran - viande et saucisse 100% mouton AB. Reproducteurs (alpagas, chèvres pyrénéennes, moutons schropshire, chevaux de Mérens).

POINT DE VENTE Ouverture du lundi au vendredi de 11h à 13h et de 16h à 18h. Le samedi de 16h à 18h.

Uniquement sur RDV.

Fermeture annuelle du 10 au 30 juillet.

LES PALOUFETTES - BRASSERIE ARTISANALE

Seignas du bas - 09290 LE MAS-D'AZIL
05 25 32 45 05 - 06 81 91 69 60
contact@espaloufettes.fr - www.paloufettes.fr

PRODUCTION Bières artisanales.

POINT DE VENTE Sur place du lundi au vendredi de 18h30 à 19h30 - samedi et dimanche de 11h à 18h et à l'office de tourisme Arize-Lèze.

TARIFS De profundis 7,50€ (75cl) / 3,50€ (33cl) - Solstice 7,50€ (75cl) / 3,50€ (33cl).

LE FOURNIL DE SANDRA FLORE

23 rue droite - 09290 LE MAS-D'AZIL
06 88 42 29 43 - sandra.luiggi@laposte.net

PRODUCTION Pain biologique au levain, certifié Agriculture Biologique.

MARAÎCHERS ET HORTICULTEURS DUPIN

Rue des écoles - 09290 LE MAS-D'AZIL
06 09 60 29 49 - 07 86 40 68 58

jeanfrancois.dupin@orange.fr

PRODUCTION Plants de légumes (plants de tomates, courgettes, aubergines...), plantes (aromatiques, de massifs, géraniums, bégonias, chrysanthèmes...)

POINT DE VENTE Du lundi au samedi de 14h à 18h de février à novembre.

MARCHÉS Saint-Girons le samedi - Castillon le mardi - Le Mas d'Azil le mercredi - Carbonne le jeudi.

ROSERAIE DE BEL AIR

Bel air - 09290 LE MAS-D'AZIL
06 80 07 82 79 - roseraiedebelair@gmail.com

PRODUCTION Eaux florales (roses, laurier noble, mentha puligium, de sureau, lavande officinale, tilleul), huile essentielle de lavande officinale, confitures et sirops de roses.

POINT DE VENTE Office de Tourisme au Mas d'Azil, Boutique Mano Local (Bordes s/ Arize), Proxi au Mas d'Azil, Biocoop Saint-Girons, So Bio à Pamiers,

MARCHÉS Le Mas d'Azil le mercredi matin - Montbrun le dimanche matin. Accueil sur place toute l'année sur rendez-vous pour l'achat de produits.

Visite et démonstrations sur réservation lors de la période de floraison : mai - juin et début juillet (en fonction de la saisonnalité et de la floraison).

VERGERS DE SÉSAME

Caoué de coume - 09290 LE MAS-D'AZIL
05 61 69 99 56 - sarlosange@hotmail.com

www.ariège.com/campings/vergers-de-sesame

PRODUCTION Pommes et jus de pommes biologiques

POINT DE VENTE Boutique de l'office de tourisme au Mas d'Azil.

PÉRIODES D'OUVERTURE Accueil sur rendez-vous toute l'année. Ouvert de septembre à novembre pour la cueillette des pommes.

PEAU ETHIC

Zone commerciale de Marveille
09350 LES BORDES-SUR-ARIZE

05 81 30 40 01 - 06 70 33 26 50

peauethic@hotmail.com - www.peauethic.com

PRODUCTION Cosmétiques et soins riches en plantes et principes actifs biologiques : Crèmes de soins visages, baumes lèvres, contour des yeux, huiles de massages, crèmes mains et soins maman et bébé.

POINT DE VENTE Atelier et boutique Mano Local aux Bordes s/ Arize, boutique de l'office de tourisme Arize-Lèze, Le campestre à Venerque, So bio Launaguet, Biocoop Auterive, So vrac à Muret, Nutrimenthe à Muret... Boutique en ligne.

UN JOUR, UNE IDÉE DE SORTIE...

SAFRAN DE MU - DOMAINE DE MARVEILLE

5b allée de Marveille - 09350 LES BORDES-SUR-ARIZE
06 74 58 49 12 - mu-abel@orange.fr
www.safran-de-mu.fr

PRODUCTION Safran bio d'Ariège, confitures, gros sel de Guérande bio aromatisé au safran.

POINT DE VENTE Office de tourisme Arize-Lèze - Sur place sur RDV.

LES TROIS CHARDONS

Les pouilles 09210 LÉZAT-SUR-LEZE
06 20 46 90 02 - troischardons@hotmail.fr
www.lestroischardons.fr

PRODUCTION confitures, sirops, jus et de nectar de fruits.

POINT DE VENTE Office de tourisme au Mas d'Azil, nombreuses boutiques en Ariège et Haute-Garonne. Sur place uniquement sur RDV.

LES TINDOULETS DE LA FIGO

09290 LE MAS-D'AZIL
tindouledelafigo09@orange.fr - www.figue-ariège.fr

PRODUCTION Confiture de figues, la fig'Arize. Jus de figues.

POINT DE VENTE Office de tourisme Arize-Lèze au Mas d'Azil - Proxi au Mas d'Azil - Terroirs du Plantaurel à Montégut Plantaurel et Foix - la boutique de la Ferme à Ax-les-Thermes - la ferme du quié aux Cabannes - Origin terroir à Foix - Boutique du terroir à Nailloux - La cave médiévale à Lavelanet.

ÉVÉNEMENTIEL Participation à la fête de la figue (1^{er} week-end d'octobre).

DOMAINE DE LASTRONQUES

Chemin De Lastronques - 09210 LÉZAT-SUR-LÈZE
05 61 69 12 13 - 06 12 06 20 97
contact@domainedelastronques.fr
www.domainedelastronques.fr

PRODUCTION Vins de qualité, primé à plusieurs reprises par le guide Hachette.

POINT DE VENTE Vente directe sur le domaine le samedi matin de 9h30 à 12h30. Les autres jours sur rendez-vous. Vente par correspondance: sur www.twil.fr. Boutique de l'office de tourisme Arize-Lèze.

ÉVÉNEMENTIELS Festival des Saveurs en septembre à Ax-les-Thermes, animations d'été sur le département. « Les guinguettes de Lastronques » 3 vendredis par an. Repas + musique.

BRASSERIE CO HOP

Lieu-dit Darré Loustal - 09130 PAILHÉS
06 64 24 68 95 - brasserie.co-hop@ecomail.fr

PRODUCTION Bières artisanales.

POINT DE VENTE Accueil du public sur place : du lundi au vendredi de 9h à 18h Sauf Noël. Contacter au préalable pendant les vacances scolaires - Office de tourisme Arize Lèze au Mas d'Azil - Carrefour Contact aux Bordes s/ Arize.

MARCHÉS Pailhès le mercredi de 16h30 à 19h30 (hameau de Bouche) et le vendredi de 16h à 20h (Place de l'Église) - Montbrun-Bocage le samedi de 8h à 15h.

COSMÉANE

Cosmétiques au lait d'ânesse
Grave d'en Bas - 09210 SAINT-YBARS
07 83 63 04 83 - contact@cosmeane.com
www.cosmeane.com

PRODUCTION cosmétique au lait d'ânesses : savons, shampoings, gel douche, crème main, crème visage, gamme homme, gamme enfants...

PÉRIODES D'OUVERTURE Tous les jours de 14h à 20h.

POINT DE VENTE En direct à la ferme et à l'Office de tourisme Arize-Lèze au Mas d'Azil.

HÔTEL D'ENTREPRISES ARIZE LEZE

ZA Peyjouan - 09210 LÉZAT-SUR-LÈZE
05 32 11 13 44
www.arizeleze-entreprendre.fr
innovation@arize-leze.fr

Tiers lieu - Espace de coworking
Fablab : atelier de prototypage, atelier bois, imprimante 3D - location de salle - Animations - Formations sur demande - Ouverts aux particuliers et entreprises

PÉRIODES D'OUVERTURE Accueil public du mardi au vendredi de 10h à 12h30 et de 14h à 17h
FabLab ouvert du mercredi au vendredi et le 1^{er} et 3^e mercredi du mois.



Centre d'interprétation de la grotte



atelier fouille à Xplorria



Les remparts du Carla-Bayle



Rallye natura 2000

LUNDI

- **MATINÉE** Visite guidée gratuite du village du Mas d'Azil avec dégustation de produits locaux
- **APRÈS-MIDI** Visite de la grotte, des espaces d'artisans d'art et du musée de la préhistoire.

MARDI

- **MATINÉE** Visite gratuite chez un producteur avec dégustation de produits locaux
- **APRÈS-MIDI** Visite d'Xplorria.

MERCREDI

- **MATINÉE** Marché incontournable du Mas d'Azil
- **APRÈS-MIDI** Visite de la ferme des Moulis ou du musée de l'affabuloscope.

JEUDI

- **MATINÉE** Arrivée à Séquoia Vertigo pour profiter des parcours aventure
- Visite du Carla-Bayle et de ses galeries d'art.
- **SOIRÉE** Repas concert les jeudis du Carla.

VENREDI

- **MATINÉE** Randonnée
- **APRÈS-MIDI** Détente sur la base de loisirs du lac du Carla-Bayle et petit plouf à l'Aquazone pour les plus sportifs
- **SOIRÉE** Observation du ciel à l'observatoire astronomique de Sabarat

SAMEDI

- **JOURNÉE** Randonnée dans la vallée de la Lèze
- **DÉJEUNER** Pique-nique ou repas au restaurant
- **APRÈS-MIDI** Détour par les villages du Fossat, Lézat-sur-Lèze, Saint-Ybars...

DIMANCHE

- **MATINÉE** Visite libre des villages, petit détour par les chemins de crête en voiture ou à pied pour admirer les Pyrénées
- **APRÈS-MIDI** Détente



DOSSIER ARIÈGE PYRÉNÉES

Libres comme l'Air

Ariège Pyrénées,
l'aventure
et la déconnexion
sont toujours
possibles.

Déconnexion, oxygénation, partage, émotion...

C'est la promesse de ce territoire à la nature grandiose et au patrimoine riche d'histoire.

De 300 à 3 000 m d'altitude, des avant-monts

aux estives de montagne offrent des paysages incroyables. L'Ariège offre des paysages incroyables.



À VOUS LES GRAND ESPACES

Si les grands espaces sont pour vous un luxe, en Ariège, c'est la norme. Graver les sommets, survoler des paysages grandioses, contempler les étoiles...

Un sentiment de liberté intense vous envahit et vous enivre. La montagne ariégeoise, ses milliers de kilomètres de sentiers de randonnée, ses herbages à perte de vue et ses falaises escarpées offrent un terrain de jeu unique pour oublier l'enfermement des villes.



Le Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises représente 60% de la surface du département, ce sont plus de 38 points de vue remarquables à moins de 20 mn de marche, des espèces endémiques, des produits et des savoir-faire !

DES GR MYTHIQUES

► **GR10**, traversée des Pyrénées de l'Atlantique à la Méditerranée,

► **GR367**, le sentier cathare des Pyrénées à la Méditerranée,

► **GR107**, le chemin transfrontalier

► **GR78**, le chemin de randonnée de Jacques-de-Cortès

à tous, vous avez

Demandez la carte à pieds en Office

attente renvoi we-transfer

LES POUVOIRS MAGIQUES DE L'EAU...

Omniprésente dans le massif pyrénéen ariégeois, tour à tour apaisante et revigorante, elle surgit de la terre, dévale montagnes et vallées pour nous inonder de ses bienfaits.

Ne manquez pas la **Cascade d'Ars**, l'une des plus belles des Pyrénées, accessible en randonnée depuis le village d'Aulus-les-Bains (660 m de dénivelé, 3h30 aller-retour).

Ses chutes s'étirent sur 246 m de haut en trois étages successifs. Simplement majestueux !

L'eau vive des vallées de l'Ariège offrent des loisirs toniques et variés. Plaisir vivifiant d'une descente en canoë-kayak, session adrénaline en rafting ou canyoning, il y en a pour tous les goûts. **Stade d'eaux vives du Rebec, Rivière du Salat, ou Canyon de Marc...**

De nombreux spots vous attendent, du plus familial au plus technique. Les eaux thermales de l'Ariège sont des sources inépuisables de soin et de bien-être. Ax-les-Thermes, Ussat-les-Bains ou



QUELQUES-UNS DES PLUS BEAUX POINTS DE VUE

► **Le Plateau de Beille**, 1 800 m d'altitude, panorama magnifique, un lieu d'espoir pour les chevaux de Mérens et les chiens gascons, un écrin de calme et de beauté accessible en voiture.

► **Le Col de Tarbesou**, 2 362 m d'altitude, vue exceptionnelle sur les sommets des Pyrénées en seulement 1h de marche !

► **Le Col de la Core**, un des nombreux spots de la Route de Cols qui traverse les Pyrénées. À 1 400 m d'altitude, dans la vallée de Bethmale, le site offre une vue magnifique sur les forêts et les sommets des Pyrénées.

► **Le Col d'Agnes**, entre les vallées de Massat et d'Aulus-les-Bains, étape d'une route sinueuse que l'on prend plaisir à faire tranquillement en admirant les paysages somptueux. Itinéraire réputé des cyclistes !

ARIÈGE TERRE DE TRAILS

En Ariège, pas moins de 50 courses accueillent chaque année les amoureux du trail à la recherche de nouvelles sensations sportives. Certaines courses de renommée nationale comme le challenge du Mont-calm, le trail des citadelles ou encore le trail des crêtes font du département une indéniable terre de trails.



DES ACTIVITÉS OUTDOOR À LA PORTÉE DE TOUS

Golf, parcours aventure, escalade, canyoning, parapente, spéléologie, paintball, balade avec des ânes ou même des lamas, canoë, rafting, via ferrata, balade à cheval, VTT de descente en station de ski ou cyclotourisme sur les plus beaux cols du Tour de France... l'Ariège vous offre un magnifique terrain de jeux pour pratiquer toutes ces activités.

TOUR DE FRANCE ET COLS MYTHIQUES

Le département fait sensation sur le Tour de France grâce à la variété de ses cols, tous si différents et si redoutables.

Col de la Core, Port le Lers, Col d'Agnes ou **mur de Peguères** tous légendaires et franchis par les plus grands coureurs de l'histoire du cyclisme !

La carte vélo du département est disponible dans tous les offices de tourisme et propose 12 circuits cylosport incontournables sur le département !



LES GRANDS SITES OCCITANIE



De la grotte de Niaux au château de Montségur, ces sites vous invitent à vivre une saga qui vous emmène en voyage de la Préhistoire jusqu'aux temps de la croisade contre les Cathares. Grotte et musée du Mas-d'Azil, grotte de Niaux, grotte de la Vache, grotte de Bèdeilhac, Parc de la Préhistoire, château de Montségur, château de Foix, bastide de Mirepoix, attendent renvoi web-laissez-transfer l'Histoire

FOIX-MONTSÉGUR, CITÉS MÉDIÉVALES

► Le château de Foix

Les comtes de Foix vous accueillent chez eux ! Décors médiévaux à couper le souffle, machines de guerre, ateliers participatifs, 2 000 m² de musée interactif, assurément une visite à ne pas louper ! En prime, un escape game pour retrouver, si vous relevez le défi, le trésor des cathares...

► Le château de Montségur

Emblème du Catharisme, dressé à 1 207 m d'altitude, bienvenue dans un lieu chargé d'Histoire où les pierres parlent et pleurent...

► La cité de Saint-Lizier

Cathédrale, cloître, Palais des Evêques, pharmacie du XVIII^e siècle... Ancienne cité gallo-romaine puis siège de l'Evêché, Saint-Lizier vous livre petit à petit tous les témoignages de son riche passé.

► La bastide de Mirepoix

Nommée place des Couverts, la place de cette bastide est l'une des plus belles de France. Ses maisons à colombages s'avancent sur d'incroyables piliers de bois sculptés de têtes humaines et de monstres grimaçants. Plus tardive, la cathédrale possède, dit-on, la nef la plus grande de ce type en France.

NIAUX, MAS-D'AZIL, PYRÉNÉES PRÉHISTORIQUES

► La grotte de Niaux

La grotte de Niaux est une des rares grottes ornées encore accessible au public, tant sa conservation est exceptionnelle ! Dans le Salon Noir, plus de 80 peintures d'animaux sont représentées avec un souci du détail incroyable !

► Le Parc de la Préhistoire

Le Parc de la Préhistoire est idéal pour mieux comprendre la Préhistoire et le quotidien des Magdaléniens, il y a 14 000 ans. 3 espaces de découverte : les ateliers

de ces tribus, de 2 500 m² de Préhistoire et de glace au d'animaux préhistoriques à échelle réelle.

► La grotte et musée du Mas-d'Azil

Avec son porche impressionnant, traversé par une route et un cours d'eau la grotte du Mas-d'Azil est un site spectaculaire mais pas seulement ! Ce lieu tient aussi sa notoriété des vestiges préhistoriques dont il recèle.



PRENDRE LE TEMPS

Vivre l'Ariège, c'est aussi sillonner ses routes, flâner dans ses villages, contempler ses paysages et parcourir ses marchés. En bref, prendre le temps de s'imprégner du territoire est profiter au mieux de son voyage.

DES VILLAGES PITTORESQUES

En Ariège, rien n'est plus agréable que changer de décor en un claquement de doigts ! Chaque village a son caractère, sa force et son empreinte.

► Les briques rouges de **Mazères** révèlent son identité : c'est une Bastide de caractère marquée par son influence toulousaine. Cheminant dans ses rues, de nombreux monuments historiques retracent son histoire. A deux pas de la ville, le Domaine aux Oiseaux, un parc ornithologique de 100 ha, 10km de sentiers pour se promener et flâner autour du lac.

► Inoubliable aussi joliment nommée la ville de **St Girons** est un des plus beaux villages de France. Ceux qui traversent ses allées de roses ne peuvent qu'être séduits par son charme.

► Incroyable village en ellipse, **Saint-Martin-d'Oydes** a conservé son authenticité médiévale, très atypique, sa visite invite à s'imprégner d'une autre époque !

► Sur les hauteurs du lac, le village perché du **Carla Bayle** offre une vue magnifique sur les alentours. Ce village d'artistes est une parenthèse dans le temps, avec ses façades colorées et son ambiance unique, la déconnexion est assurée.

DES VOIES CYCLABLES

L'Ariège peut être sillonnée et découverte à vélo grâce à ses voies vertes : un moyen de parcourir ses paysages en douceur et en toute sécurité le temps d'une balade en famille.

Foix - St Girons / Prat Bonrepaux : 42 km. Une traversée d'est en ouest. La voie verte continue de St-Lizier vers la Haute Garonne.

Lavelanet - Mirepoix : 38 km. Les Pyrénées Cathares sur un axe nord sud avec un crochet par l'Aude !

Plats typiques

► **L'Azinat**, potée de choux accompagnée de sa rouzolle.

► **Le cassoulet de l'Ariège, ou "Mounjetado"**, plat festif préparé avec les cocos de Pamiers, petits haricots ronds ou les lingots ariégeois fortement appréciés pour leur finesse et leur saveur.

► **Le Millas** à base de lait, de farine de maïs et de froment, le Millas est une "polenta" à déguster poêlée, avec un peu de sucre et flambée avec une goutte de "gnole".

► **La Croustade** est "Le" dessert typiquement ariégeois composé de deux pâtes feuilletées, aérées et garnies de pommes ou tous autres fruits de saison.



Rendez-vous à l'office de tourisme !

Nous vous livrerons encore plus de bons plans, suggestions de charme, adresses incontournables, coups de cœur... pour profiter pleinement de vos vacances !

L'office de tourisme vous accueille toute l'année et 7 j/7 en juillet-août.

**11 place du Champ-de-Mars
09 290 Le Mas-d'Azil
05 61 69 99 90
informations@tourisme-arize-leze.com**

Retrouvez d'autres bons plans au fil des saisons et les animations
WWW.TOURISME-ARIZE-LEZE.COM



@tourismearizeleze
Partagez vos souvenirs de vacances
#tourismearizeleze

TOURISME
**ARIZE
LÈZE**



Vous êtes ici



Bienvenue en Arize Lèze
1h de Toulouse
30 minutes de Foix, Pamiers et
Saint-Girons depuis le Mas-d'Azil

