

# Bienvenue dans le Couserans

Au cœur du Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises

[www.tourisme-couserans-pyrenees.com](http://www.tourisme-couserans-pyrenees.com)

contact@tourisme-couserans-pyrenees.com



## Les marchés

- Mardi**
  - CASTELNAU DURBAN
  - Matin → Toute l'année
- Vendredi**
  - SOULAN
  - 17h/19h → Été
- Samedi**
  - SAINTE-GIROS
  - Matin → Toute l'année
- Dimanche**
  - ENCOMER
  - Matin → Toute l'année
- Mercredi**
  - SAINTE-CROIX-VOLVESTRE
  - Matin → Toute l'année
- SAINT-LIZIER**
  - Matin → D'avril à novembre
- SOUEIX-ROGALLE**
  - 16h/18h → Toute l'année
- Jeudi**
  - LA BASTIDE DE SÉROU
  - Matin → Toute l'année
- MASAT**
  - Matin → Toute l'année
- MONTBRUN-BOCAGE**
  - Matin → Toute l'année

## Mes petites notes



## Les incontournables...en pratique !

- OBSERVATOIRE ASTRONOMIQUE DE GUZET**
  - 1
  - Un des ciels les plus purs d'Europe, une vue à couper le souffle et des visites découvertes pour tout savoir sur l'astronomie. C'est tout nouveau à Guzet !
- LE LAC DE BETHMALE**
  - 5
  - Un p'tit tour du lac en 20 minutes, un pique-nique, ou une partie de pêche en famille à la fraîche : kit « prêt-à-pêcher » à louer sur place.
- SAINTE-LIZIER**
  - 2
  - La Cité de Saint-Lizier : y flâner, visiter le Palais des Evêques, réserver une visite guidée (cathédrale, cloître, pharmacie du XVII<sup>e</sup>).
- LE CIRQUE DE CAGATEILLE**
  - 6
  - Votre première rando ? Demandez nos randos P'tites Jambes ! Et accédez sans trop d'efforts à la « vraie montagne ». Pour le Cirque de Cagatelle par exemple, il faut 1h30 aller retour, et 140m de dénivelé.
- LE MONT VALIER**
  - 3
  - L'admirer sous tous ses angles pendant vos balades, y faire un trek sur 2 jours (10h de marche et près de 2000m de dénivelé) avec bivouac ou nuit en refuge aux Estagnous.
- LE MARCHÉ DE SAINT-GIROS**
  - 7
  - Le samedi matin toute l'année, un petit paradis éphémère se monte au Champ de Mars à Saint-Girons. Pas de mots... venez voir, écouter, goûter... Vous nous direz !
- LA ROUTE DES COLS**
  - 4
  - Une fameuse route touristique pour contempler, rouler, prendre de l'altitude : en voiture, moto, camping-car ou pourquoi pas en vélo électrique ?
- LA CASCADE D'ARS**
  - 8
  - 256m de haut, 4h aller-retour et 600m de dénivelé, c'est au printemps qu'elle est à son apogée !

## Camping cars

Bienvenue à vous dans nos aires de services et dans nos campings adaptés à votre itinérance.



## Notre top 12 des églises

Attention, pour certaines, il faut demander la clé... mais ça vaut le coup!



## Activités de pleine nature

Le Couserans est votre terrain de jeu, grande nature... n'oubliez pas de réserver votre activité !



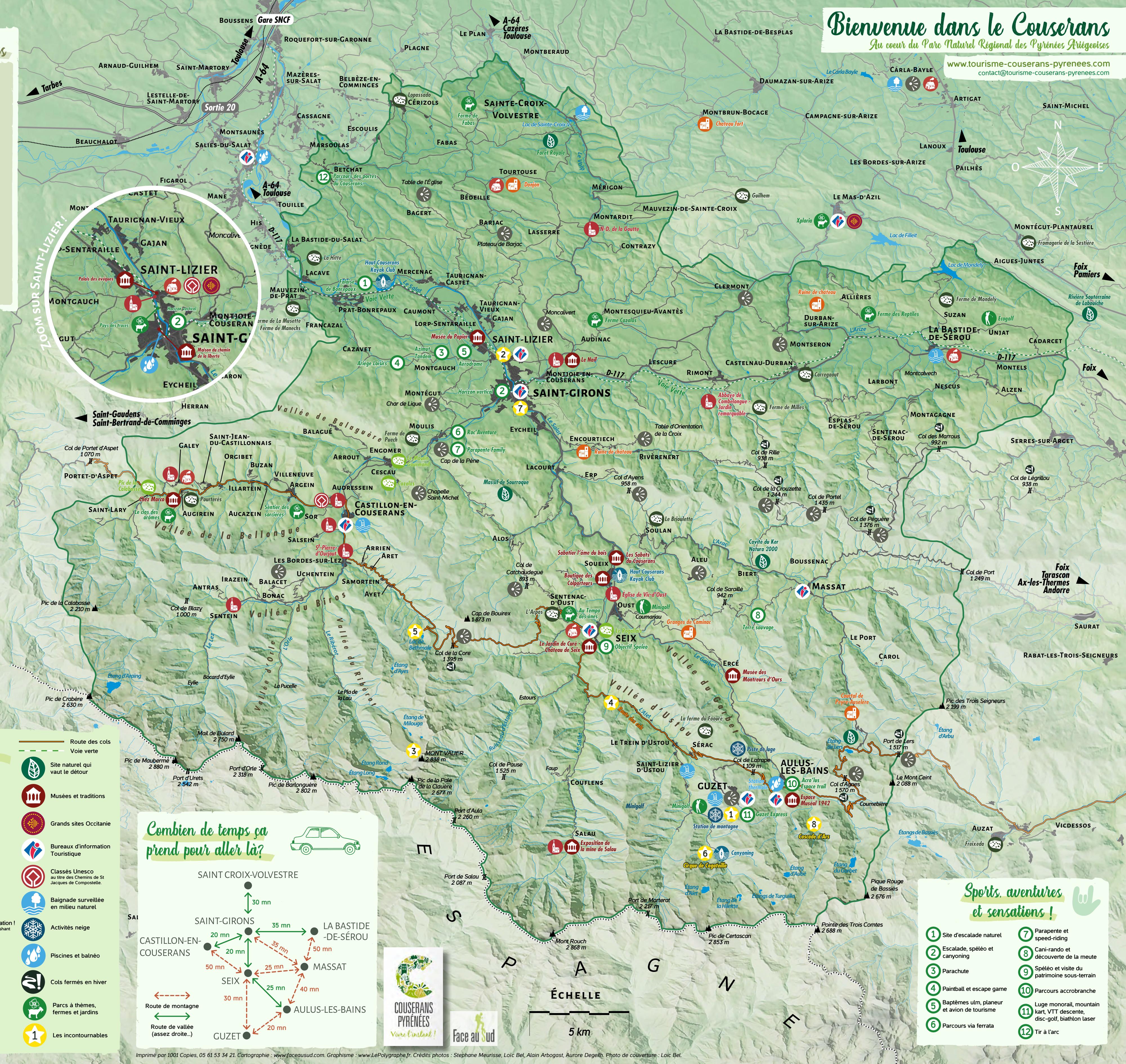
## Des balades à cheval

Admirez l'horizon des Pyrénées sur le dos d'un équide... ça c'est ce qu'on appelle prendre l'air !



## Les petits producteurs du coin

Envie de bons produits locaux faits de petites mains Couserannaises? C'est par ici !



## Sports, aventures et sensations !

- 1 Site d'escalade naturel
- 2 Escalade, spéléo et canyoning
- 3 Parapente
- 4 Paintball et escape game
- 5 Baptêmes ulm, planeur et avion de tourisme
- 6 Parcours via ferrata
- 7 Parapente et speed-riding
- 8 Cani-rando et découverte de la meute
- 9 Spéléo et visite du parcours sous-sol
- 10 Parcours accrobranche
- 11 Luge monorail, mountain bike, VTT descente, disc-golf, biathlon laser
- 12 Tir à l'arc