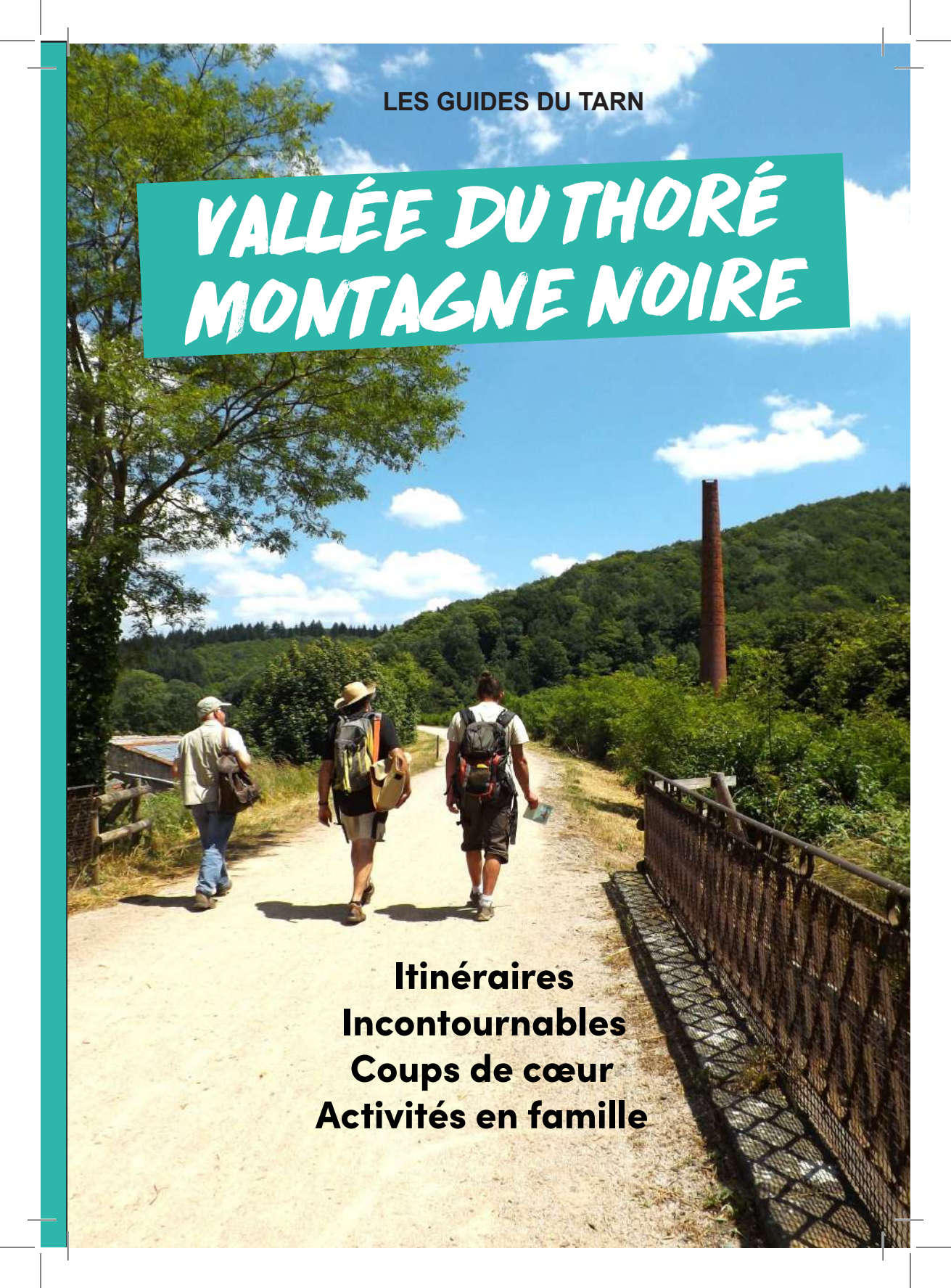


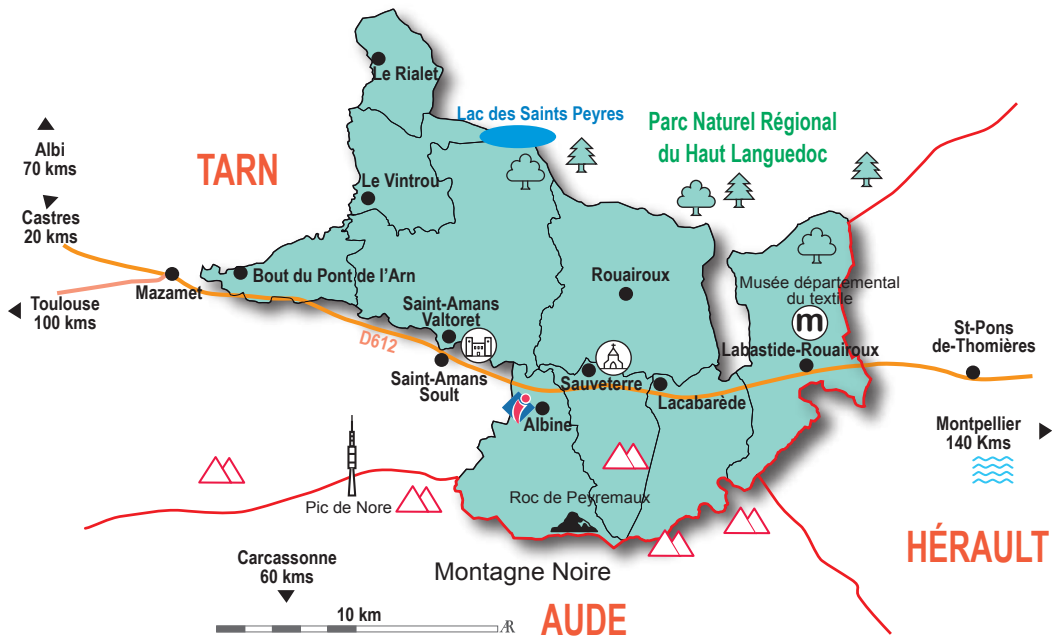
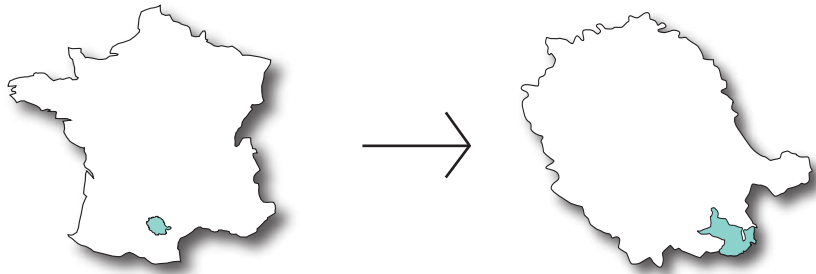
LES GUIDES DU TARN

# VALLÉE DU THORÉ MONTAGNE NOIRE

A photograph of three hikers walking away from the camera on a dirt path. The hiker on the left is wearing a light-colored shirt and a cap. The middle hiker is wearing a hat and a backpack. The hiker on the right is wearing a white shirt and a backpack. The path is surrounded by green trees and a blue sky with white clouds. In the background, a tall, dark chimney stands on a hillside. A metal fence runs along the right side of the path.

**Itinéraires  
Incontournables  
Coups de cœur  
Activités en famille**

# ACCÈS



## Depuis la route :

Par la **D612** depuis Toulouse ou Béziers.

## En Bus LIO Occitanie (bus régionaux) :

Par la ligne de **bus 762 et 753** qui relie Castres à Béziers et Béziers à Albi.

## En avion :

Les aéroports de **Castres-Mazamet, Béziers, Toulouse et Carcassonne** relient Paris en 1h10

## En train :

Depuis les **gares de Mazamet, Castres ou Béziers.**

## Nos partenaires :



# AGENDA



Las datas de non pas mancar



Don't miss

## PRINTEMPS



### Le Black Mountain Trail Mars | au départ de Saint- Amans-Soult

Le Black Mountain Trail © rassemble plusieurs milliers de participants chaque année qui viennent défier le sommet de la Montagne Noire : le Pic de Nore. Quatre parcours de plusieurs niveaux vous sont proposés : Le Mas Naffre (10km, 450 D+), Objectif Nore (18km, 1 000 D+), La Black Race (37km, 2 300 D+) et La Coupo Cambo (63 km, 3 800 D+).



### Enduro VTT Albine Mai | Albine

L'Enduro du Thoré s'inscrit comme la 5<sup>ème</sup> manche du : « Challenge Enduros tour ». Descente de la Montagne Noire, non pas à cheval mais à vélo, cet événement ravira les amateurs de sensations fortes. Au programme 5 spéciales, 30 km et 1 000 m D+. Pour les enfants, 3 spéciales, 14 km et 700m D+.

## ÉTÉ



### Les fêtes de villages Pendant l'été | dans chaque village

Chaque été, les villages s'animent de concerts, guinguettes et marchés de producteurs durant leur traditionnelle fête de village.

### Le Rallye de la Montagne Noire

Juillet | Montagne Noire

Le Rallye de la Montagne Noire est l'une des épreuves incontournables du Championnat de France des Rallyes automobiles 2<sup>ème</sup> division.

### Les animations de l'Office de tourisme

Juillet - août | sur tout le territoire

L'Office de tourisme Thoré Montagne Noire propose des visites guidées, découvertes de savoir-faire, jeux et spectacles pour les familles tous les étés. Animations gratuites sur réservation.

### Les Musicales Fermières

Août | dans les fermes du territoire

Un nouveau rendez-vous de l'été proposé par l'Office de tourisme : «Les Musicales Fermières» !

Le concept ? Mêler mondes artistique et agricole et créer une proximité entre les visiteurs, les locaux, les producteurs et les artistes. Quoi de mieux pour créer une symbiose parfaite que des produits et des artistes du terroir ?

### La fête du fil

Août | Labastide-Rouairoux

Fête incontournable des passionnés de loisirs créatifs et des arts du fil. Elle rassemble 80 exposants et 5 000 visiteurs, tous les ans autour du 15 août à Labastide-Rouairoux.

## AUTOMNE



### Le festival du Film documentaire Echos d'ici, Echos d'ailleurs

Octobre | Labastide-Rouairoux

Le festival « Échos d'ici, Échos d'ailleurs, sur les pas de Christophe de Ponfily » vous amène à la découverte du cinéma documentaire de création. La programmation éclectique explore chaque année un thème différent, propice aux échanges et à la réflexion.



### Salon Vini'Tarn Novembre | Bout du Pont de l'Arn

Le salon Vini'Tarn regroupe de nombreux producteurs de vin et exposants qui vous font déguster les produits de la Région Occitanie et du bassin mazamétain dans une ambiance festive.

### Journées européennes du patrimoine

Septembre |  
Labastide-Rouairoux

Une journée pour découvrir la belle manufacture textile du XIX<sup>ème</sup> siècle qui abrite le Musée départemental du textile.

Toutes les manifestations ici :

[www.tourisme-thoremontagne noire.fr](http://www.tourisme-thoremontagne noire.fr)

# LES INCONTOURNABLES 1



*D'endroits que vos van espantar*



*The inescapables*

**1**

## Le Roc de Peyremaux entre imaginaire et légendes

Ce pic naturel, formé de roches métamorphiques, culmine à 1 008 m d'altitude, offrant un beau panorama sur les Pyrénées. Paysage minéral, les rochers de Peyremaux ont une forme torturée semblant suggérer des hanches, des ventres et des corps comme un peuple endormi. Un lieu qui parle hautement à l'imaginaire et qui abrite une légende, celle du Géant de Peyremaux.

Accès : à pied depuis Albine, comptez 2 heures pour monter ou empruntez la route D88 et D920 jusqu'au parking près de la « Fontaine des 3 évêques » et continuez à pied.



**2**

## Le Lac des Saints-Peyres un lac canadien sur les hauteurs de la Vallée du Thoré

Sur le plateau des lacs, le lac des Saints-Peyres est le plus sauvage, ce qui lui vaut parfois la réputation de « lac canadien ». La forêt est omniprésente et offre en toutes saisons des paysages somptueux le long de ses 10 km de rives. Attention, interdit à la baignade.

Accès : à Saint-Amans-Valtoret, prenez la route du Banquet, des panneaux vous indiquent ensuite la voie à suivre.

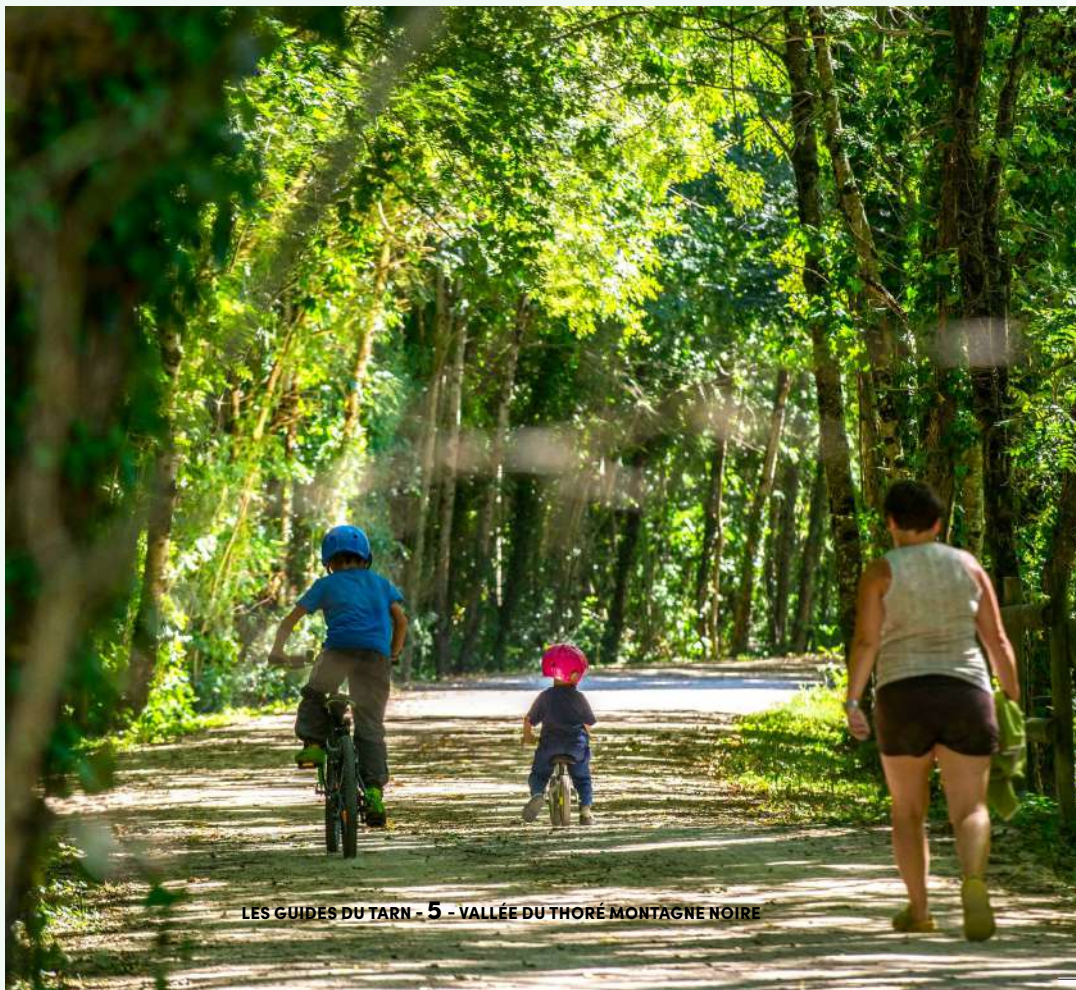


# 5 DE LA VALLÉE DU THORÉ

3

## Voie verte Passa Païs prendre un bol d'air frais à vélo

De Mazamet à Bédarieux, pour une journée ou en itinérance, en famille ou entre amis, traversez à votre rythme une palette de paysages sur la Voie verte « Passa Païs ». Découvrez cette piste cyclable de moyenne montagne, de vignes, de forêts, de prairies et d'eau, racontant l'histoire de l'ancienne voie de chemin de fer.



# LE SAVIEZ-VOUS ?



O sabiatz ?



Did you know ?

## Le Parc naturel régional du Haut-Languedoc

La vallée du Thoré se situe au cœur du Parc naturel régional du Haut-Languedoc. Le Parc compte 118 communes à cheval entre le Tarn et l'Hérault. C'est un acteur majeur pour la préservation du patrimoine culturel et naturel du territoire. Attaché aux traditions occitanes, le Parc oeuvre également pour les valoriser et les préserver.



## La Montagne Noire

La Montagne Noire n'est pas maudite ou ensorcelée comme son nom peut le faire croire. Plusieurs interprétations : l'une dit qu'elle tient son nom de la couleur sombre que lui donnaient ses forêts, l'autre vient du visage noircit des hommes travaillant le charbon en Montagne Noire.

## Quelques dates clés

**936** : Construction de la paroisse de Saint-Saturnin-de-Beson, lieu de naissance de la commune de Labastide-Rouairoux.

**1120** : Les bénédictins de Caunes construisent la tour du couchant, première ébauche du château de Saint-Amans-Valtoret.

**1720** : Les villages de Rouairoux, Sauveterre, Lacabarède, Saint-Amans se spécialisent dans les sargues. \* \*Étoffe en laine cardée.

**1760** : Création de la route de Castres à Saint-Pons.

**1851** : Avènement du délainage de peaux à Mazamet.

**1888** : Création de la ligne de chemin de fer de Castres à Bédarieux (aujourd'hui, voie verte Passa Païs).

**1935** : Inauguration de la centrale hydroélectrique du Vintrou et mise en eau du Lac des Saints-Peyres.

**1942-43** : Des maquis clandestins du nom de « corps franc » se constituent contre l'occupation allemande, protagonistes essentiels de la résistance dans la Montagne Noire.

**1970** : Une stèle commémorative pour le corps franc du Sidobre est érigée au Rialet.



# LE SAVIEZ-VOUS ?

## Le Thoré et la vallée

Au fond de la vallée coule le Thoré, qui prend sa source à Bladières, à 10 kilomètres en amont de Labastide-Rouairoux, dans l'Hérault. La rivière est l'axe névralgique et le trait d'union des communes de la vallée. C'est aussi elle qui a servi à délimiter les territoires et a été la force motrice des premiers moulins puis des premiers foulons des usines textiles.

## La Montagne Noire et les Hommes

Du XIV<sup>e</sup> au XVIII<sup>e</sup>, le hameau de Sales (situé à 870 mètres d'altitude sur la commune de Lacabarède) était le point de contact entre les trois diocèses du Tarn, de l'Aude et de l'Hérault. C'était un lieu de marché et de troc important entre montagne et vallée. En 1860, le village de Sales comptait 137 habitants. On en dénombre une vingtaine aujourd'hui.



## Les fours à verre

La verrerie a été une activité répandue en Montagne Noire du XVII<sup>e</sup> au début du XIX<sup>e</sup> siècle. Plusieurs fours à verre sont encore visibles à flanc de montagne sur une zone allant des Verreries-de-Moussans à la forêt de Nore. Vous pourrez en apercevoir durant vos balades sur le sentier de randonnée « La forêt de Beson » à Labastide-Rouairoux.

## Sur les traces de l'aéropostale

Témoin de l'épopée de l'aéropostale, la croix des aviateurs est placée sur le lieu exact du crash de l'avion Wibault 283, au dessus du village d'Albine. Le 2 août 1936, à la suite d'une erreur de radio-guidage, l'équipage de l'avion transportant le courrier se perdit dans les brumes et n'atteignit jamais l'Amérique du Sud. Jean Mermoz lui-même participa aux recherches sur ces lieux et redescendit dans la vallée chargé du corps de son ami, le pilote Génin. Les amateurs d'histoire pourront ainsi rendre un hommage aux trois aviateurs disparus de la compagnie de Mermoz.



# QUE FAIRE... EN CAS DE MAUVAIS TEMPS?



De qué faire quand plòu ?



What to do if the weather is bad ?

## Musée départemental du textile

Installé dans une ancienne manufacture textile du XIX<sup>e</sup> siècle, le Musée départemental du textile témoigne de la richesse d'un savoir-faire et du patrimoine industriel de la Vallée du Thoré. Des démonstrations des métiers à tisser vous plongeront au cœur de l'époque où le bruit des navettes rythmait le quotidien du village.



**Contact :**

Musée départemental du Textile  
Rue de la Rive 81270 Labastide -Rouairoux  
05 63 98 08 60 - [musee.textile@tarn.fr](mailto:musee.textile@tarn.fr)  
<https://musees.tarn.fr/nos-musees/musee-departemental-du-textile.fr>

## Le Centre aquatique de Mazamet

Loisirs, bien-être, relaxation : avec son bassin de 25 mètres, son bassin ludique, ses activités pensées pour tous les publics et sa zone bien-être, le Centre aquatique de Mazamet est ouvert toute l'année.

**Contact :**

Avenue Général de Gaulle 81200 Mazamet  
05 63 61 37 16  
[www.castres-mazamet.fr/centre-aquatique-de-mazamet](http://www.castres-mazamet.fr/centre-aquatique-de-mazamet)

## La Maison du Bois et du Jouet

En plein cœur de la forêt, la Maison du Bois et du Jouet propose un espace de jeux en bois et un parcours éducatif sur le bois et la forêt. Une sortie ludique appréciée des tout-petits (dès 1 an) comme des plus grands.

**Contact :**

Musée du Bois et du Jouet  
Moulin de l'Oule 81200 Mazamet  
05 63 61 42 70 - [www.maisonboisjouet.fr](http://www.maisonboisjouet.fr)

## Le Musée de l'Universalité du Tapis d'Art Sacré

Ouverture prévue en 2023, dans le chateau de Saint-Amans-Valtoret, d'un musée consacré aux tapis d'art sacré du monde entier.

**NOUVEAU**

**Contact :**

Association Valtorétaine  
81240 Saint-Amans-Valtoret  
06 84 55 74 24



ENVIE DE...

PÊCHE



AVEC LES ENFANTS

SPORT



Tous nos parcours, activités et prestataires sur le  
site : [www.tourisme-thoremontagnenoire.fr](http://www.tourisme-thoremontagnenoire.fr)

# ENVIE DE PÊCHE

Enveja de viure un moment pesca

**AVEC 60 KM DE RIVIÈRE ET DE RUISSEAUX, LA VALLÉE DU THORÉ EST INDUBITABLEMENT UN TERRITOIRE DE PÊCHE**

## Le lac de Lestap à Albine

Pour les amateurs de truites et de gardons, le **Lac de Lestap** à Albine est l'endroit idéal pour pêcher et se détendre en famille. Vous y trouverez des tables de pique-nique, des balançoires et une jolie plage de sable fin.

Lac de 1<sup>ère</sup> catégorie piscicole.

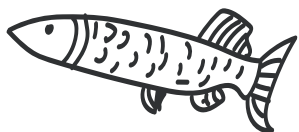


## Le parcours du Vergnas entre Rouairoux et Sauveterre

Sur la rivière du Thoré, entre Rouairoux et Sauveterre le **parcours du Vergnas** est un parcours no-kill (toutes techniques, hameçons simples sans ardillon ou ardillons écrasés). Pêche de truites, de chevesnes, de gougeons et de vairons. Pour y accéder, suivre « le Vergnas » depuis la D612.

Parcours de 1<sup>ère</sup> catégorie piscicole.

Retrouvez le guide  
pêche téléchargeable sur :  
[www.tourisme-thoremontagnenoire.fr](http://www.tourisme-thoremontagnenoire.fr)



## Le lac des Saints-Peyres à Saint-Amans-Valtoret

Le **lac des Saints-Peyres** est le spot « sauvage » incontournable lors d'une escapade pêche en Vallée du Thoré. Vous y trouverez brochets, sandres, truites, gardons, perches et silures.

Parcours de pêche de la carpe de nuit en rive gauche du lac, de la confluence avec le ruisseau de La Capte à la confluence avec le ruisseau de l'Arboretum.

Lac de 2<sup>ème</sup> catégorie piscicole.



## Le parcours enfant de la Palsière à Saint-Amans-Valtoret

Sur le ruisseau de la Balme, derrière le château de Saint-Amans-Valtoret. Le parcours s'étend sur tout le plan d'eau. Pêche de truites et de gardons.

Parcours de 1<sup>ère</sup> catégorie piscicole.

## Les terrasses du Baous à Saint-Amans-Valtoret

Le cours d'eau traverse une partie plus escarpée du **Thoré** où se découpent de part et d'autre de petites falaises. C'est le côté original de ce petit parcours. Pêche de truites, de chevesnes, de gougeons et de vairons dans ce cours d'eau.

Parcours de 1<sup>ère</sup> catégorie piscicole.

# ENVIE D'UNE ACTIVITÉ AVEC LES ENFANTS

Enveja de viure un moment amb los pichons

**PROFITEZ DES ENDROITS PRIVILÉGIÉS DE LA VALLÉE DU THORÉ POUR VOS SÉJOURS EN FAMILLE**

## Le sentier d'interprétation des Sagnes de Puech Balmes à Saint-Amans-Valtoret

Le sentier ludique de la sagne de Puech Balmes est idéal pour les enfants ! Suivez le lutin qui vous amène à travers la tourbière pour découvrir le Drac (dragon) endormi. Equipé de jeux et de panneaux d'information, le sentier découverte propose une balade facile et originale pour comprendre le patrimoine des sagnes : trésors de biodiversité, réserve d'eau et de fourrage d'appoint. Non accessible aux poussettes, prévoir des chaussures fermées et étanches.

Accès : depuis Saint-Amans-Valtoret, dirigez-vous vers le lac des Saints-Peyres par la route du Banquet.



## Le Ruisseau de Candessous à Sauveterre

Le charmant ruisseau de Candessous est un lieu frais et reposant, vous permettant de profiter d'une balade au calme en famille. Une randonnée simple et accessible existe autour de ce ruisseau. Elle vous fait découvrir les sous-bois de Sauveterre ainsi que ses bassins naturels. Voir randonnée n° 2 de la page 17. Attention, non accessible aux poussettes.

Accès : Depuis le centre d'Albine, montez en direction du hameau du Poul et gardez-vous sur le parking 300m avant le hameau.

## Les Terrasses du Baous à Saint-Amans-Valtoret

Ce parcours est associé aux cultures en terrasse du village de Saint-Amans-Valtoret. Le site est à découvrir en famille avec plusieurs installations ludiques pour les enfants le long du Thoré. De quoi passer un bon moment avec les enfants ! Attention le site est escarpé à certains endroits. Non accessible aux poussettes.

Accès : à Saint-Amans-Valtoret, prenez la route du Banquet. Le début du parcours se trouve en face de la statue de la Vierge.



# ENVIE D'UN SÉJOUR SPORTIF

Enveja de viure un moment esportiu



**VÉTÉTISTE, RANDONNEUR, TRAILEUR, UN TERRAIN DE JEU GRANDEUR NATURE VOUS ATTEND EN VALLÉE DU THORÉ !**

## Le canyoning aux Gorges du Banquet au Vintrou

Découvrez les loisirs nautiques de pleine nature dans le site exceptionnel et préservé des Gorges du Banquet. Si vous êtes à la recherche de sensations fortes, c'est bien ici que ça se passe !

Axécime, Yannick Saulnier  
06 08 42 27 13 - [contact@axecime-canyon.com](mailto:contact@axecime-canyon.com)  
[www.axecime-canyon.com](http://www.axecime-canyon.com) - Axécime - Canyon

Verticaleo, Jean-Christophe Happillon  
07 82 47 63 36 - [contact.verticaleo@gmail.com](mailto:contact.verticaleo@gmail.com)  
[www.verticaleo.com](http://www.verticaleo.com) - verticaleo.aventure

Ferme de séjour d'En rives - Patrick Rossignol  
06 76 46 62 46 - 05 63 50 11 21 - [ferme@enrives.eu](mailto:ferme@enrives.eu)  
[www.enrives.webnode.fr](http://www.enrives.webnode.fr) - Ferme de séjour d'En Rives



## Les circuits trail

La Vallée du Thoré, territoire sportif par nature, vous propose des circuits trail à parcourir en libre accès toute l'année. Des circuits sauvages à dénivelé ou des sentiers plus tranquilles, vous aurez l'embaras du choix pour vos entraînements running !

Retrouvez les circuits trail et toutes les informations sur notre site internet :  
[www.tourisme-thoremontagne noire.fr](http://www.tourisme-thoremontagne noire.fr)

## Le VTT dans la Montagne Noire

Pour vos sorties VTT la Vallée du Thoré vous propose plus de 200 km de sentiers VTT labellisés par la FFC pour des sorties sportives assurées ou une piste cyclable de plus de 75 km pour des moments de balade en famille. Vous souhaitez découvrir la Montagne Noire en toute sérénité et vivre des sensations fortes ou vous balader tranquillement le long de la voie verte Passa Pais ? Faites confiance à nos prestataires Vélos sur le territoire !

### Animateurs :

Itinérance, Thierry Jalbaut.  
06 77 11 12 06 - [thierry@itinérance-vtt.com](mailto:thierry@itinérance-vtt.com)  
[www.itinérance-vtt.com](http://www.itinérance-vtt.com) - Itinérance VTT

### Location :

Manu ALL Bikes - 47 TER Bd Carnot  
81270 Labastide-Rouairoux  
06 22 86 99 12 - [manuallbikes@gmail.com](mailto:manuallbikes@gmail.com)  
 MANU ALL bikes - manuallbikes

Esprit Moto 81 - 2x2 roues - ZAC de la Castagnotte  
81660 Bout du Pont de l'Arn  
05 63 97 16 27 - [espritmoto81@gmail.com](mailto:espritmoto81@gmail.com)  
 Esprit Moto 81 - 2x2 Roues

Black Mountain Bikes - 25 La Plazède  
81240 Lacabarède  
07 62 48 55 18 - [contact@blackmountainbikes.fr](mailto:contact@blackmountainbikes.fr)



# ZOOM SUR...



## NOS PRODUCTEURS LOCAUX

Retrouvez tous nos producteurs, commerçants, épiceries et marchés  
sur le site : [www.tourisme-thoremontagnenoire.fr](http://www.tourisme-thoremontagnenoire.fr)



# NOS PRODUCTEURS EN VENTE DIRECTE



Los nòstres productors locals



Our local farmers

**DU JUS DE POMMES À LA VIANDE, LES PRODUCTEURS DE LA VALLÉE VOUS OFFRENT LEUR SAVOIR-FAIRE À TRAVERS LEURS PRODUITS FAITS AVEC PASSION**

## Fromages

### La Carlarié - Fromage de chèvre et vache à Albine

La Ferme familiale de La Carlarié n'a cessé de se développer depuis son implantation dans le village d'Albine. Aujourd'hui, ses 200 chèvres de race Alpine vous offrent des fromages atypiques et délicats, caillés et moulés à la main sous la marque «Cabrid'oc»

Vente dans les commerces ou vente directe (horaires sur le site).

contact@lacarlarié.com - 05 63 98 32 10

[www.lacarlarié.com](http://www.lacarlarié.com)



### GAEC du Rodier – Fromage de vache et produits laitiers à Rouairoux

Marie et Sébastien vous proposent des spécialités laitières élaborées dans leur ferme familiale. Le lait est fourni par leurs vaches de race Brune des Alpes, élevées à la ferme.

Produits en vente dans les commerces locaux. Vente directe à la ferme.

fermedurodier@gmail.com

06 68 34 55 74



## Fruits et légumes

### Mamie Juliette – fruits, légumes et produits biologiques à Rouairoux

Boris a repris la micro-ferme de sa grand-mère, Juliette, et s'est installé en tant que maraîcher à Rouairoux. Il propose des fruits et légumes mais également des produits issus de la cueillette dans la nature. La ferme est certifiée AB mais également Valeurs Parc par le Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc.

Vente directe, sur les marchés de producteurs, paniers de saison.

mamiejuliette@protonmail.com

f Mamie Juliette



### La Bonne énergie – fruits et produits biologiques à Saint-Amans-Soult

Maxime confectionne des barres énergétiques, confitures et jus de manière totalement artisanale pour vous offrir des aliments de qualité, des subtils mélanges, et une gamme de nutrition pour les sportifs.

Vente dans les commerces et sur les marchés de producteurs.

contact@la-bonne-energie.fr

05 81 43 48 88

f La Bonne énergie



# NOS PRODUCTEURS EN VENTE DIRECTE

## Viandes et charcuterie

### Domaine du Catié – Viande de porcs au Rialet

Cyril Berry est installé depuis 2015 au Rialet, un petit village de montagne. Il élève des cochons Mangalitza dits « cochons laineux » dans le domaine forestier familial qu'il gère en sylvo-pastoralisme. Il vous propose : gigots, épaules, rôtis, conserves ou charcuterie. Vous serez surpris par cette viande aussi puissante que délicate.

Vente en ligne sur le site internet et dans sa boutique.

cyril.berry@domaine-du-catie.fr

[www.domaine-du-catie.fr](http://www.domaine-du-catie.fr)

f Cyril Berry 1



### Ferme de Lagrange – Viande bovine biologique au Rialet

Michel Castan, éleveur passionné et militant de la cause environnementale et agricole, a fait le choix d'un élevage de veaux sous la mère en prairies naturelles. C'est sur le territoire du Parc Naturel Régional du Haut Languedoc à 700 mètres d'altitude que la ferme de Lagrange sert de refuge au troupeau de vaches Aubrac élevées de façon traditionnelle.

Livraison dans le Tarn, l'Hérault et la Haute Garonne, périodicité mensuelle.

06 33 79 41 81

f Ferme de Lagrange



## Plantes, thés et tisanes

### Élément'erre à Rouairoux

Installée à Rouairoux, Mandy élabore une gamme de produits à base de plantes uniquement cultivées ou récoltées par ses soins et 100 % biologiques. La boutique propose des produits de santé et bien-être, tisanes, huiles de soins, baumes, cosmétiques, sels et produits alimentaires sur mesure.

Vente en ligne sur le site internet ou sur les marchés.

[www.tisaneselementerre.fr](http://www.tisaneselementerre.fr)



### Apothecarius, tisanes, thé & co à Rouairoux

Sandy vous propose le meilleur des plantes médicinales, des tisanes, thés et infusions issus de son savoir-faire et de son imagination alliant les saveurs avec subtilités. Apothecarius reprend les codes de l'herboristerie du Moyen-Âge et vous emmène dans son univers.

Vente en ligne sur le site internet ou sur les marchés.

[www.apothecarius.biz](http://www.apothecarius.biz)

f Apothecarius

# ZOOM SUR...

## NOS SENTIERS RANDONNÉES



## NOS CIRCUITS VTT



Retrouvez tous nos sentiers randonnée et nos circuits VTT, ainsi que leurs tracés GPX sur le site : [www.tourisme-thoremontagnenoire.fr](http://www.tourisme-thoremontagnenoire.fr)



# ZOOM SUR ...

## nos sentiers de randonnées

Vert : niveau facile, bleu : niveau moyen, rouge : niveau difficile

FICHES RANDO À  
TÉLÉCHARGER SUR LE SITE  
DE L'OFFICE DE TOURISME !

### 1- Sentier des Cayrans - 6 km - 1h45 - D+ 80 m - Labastide-Rouairoux

*Promenons-nous en sous-bois*

Cette balade facile d'accès, vous permettra de faire une sortie nature en famille. Le sentier commence par la voie verte sur laquelle vous marcherez sur environ 2 km. En la quittant, vous entrerez dans la forêt dense par laquelle vous relierez trois hameaux au Sud de Labastide-Rouairoux : Lafeuillade, Cantignous et Fon de Santé. Le sentier se fait principalement dans les bois dans lesquels vous pourrez peut-être apercevoir des animaux sauvages en particulier des chevreuils, maîtres des lieux.



COUP DE CŒUR !

### 2- Le ruisseau de Candessous - 6 km - 2h - D+ 128 m -

Sauveterre

*De vasques en rapides, dans la fraîcheur du vallon*

**Notre sentier coup de cœur pour les familles !** Le sentier vous permet de longer le charmant ruisseau de Candessous, débouchant sur le Thoré, dans un environnement forestier calme et apaisant. Vous y croiserez de petits affluents de part et d'autre de la balade ainsi que de superbes bassins naturels où la nature règne en maître. Une balade familiale rafraîchissante surtout en été !

Pour la petite histoire, l'énergie débordante du ruisseau actionnait jadis les mécanismes de nombreux moulins, aujourd'hui remplacés par quelques microcentrales électriques.

### 3- Les Clairières de Sales - 8,5 km - 2h50 - D+ 104m - Lacabarède

*Sur les hauteurs du col de Salette*

Au départ de Sales, petit hameau de la commune de Lacabarède, le sentier des Clairières de Sales emprunte des sous bois de feuillus alternant avec de petites parcelles de prairies. De jolis points de vue se découvrent au hameau de Farail, côté Tarn. Le sentier emprunte ensuite des pistes forestières. Le retour vers le point de départ permet d'accéder à une vue panoramique, côté Audois, notamment après le hameau de Baylé puis à mi-chemin entre Lebrat et Farail. Arrivé au point le plus haut du parcours à 949 m, apparaît le Pic de Nore (1211 m), point culminant de la Montagne Noire.

### 4- Sentier de Wibault - 10,5 km - 3h - D+ 600 m - Albine

*Sur les traces de l'Aéropostale au cœur de la montagne*

Témoin de l'épopée de l'Aéropostale, ce sentier s'aventure au cœur de la forêt de la Montagne Noire, sur le lieu exact du crash de l'avion Wibault 283 où une croix a été érigée. Cet avion appartenait à la compagnie mythique de Mermoz qui se chargeait d'acheminer le courrier. Le 2 août 1936, à la suite d'une erreur de radioguidage, l'équipage se perdit dans les brumes peu après son décollage de Toulouse et n'atteignit jamais l'Amérique du Sud. Mermoz, lui-même s'est rendu sur les lieux afin de retrouver son ami disparu suite à ce drame. Les amateurs d'histoire sauront apprécier ce sentier et replonger dans cette épopée.



### 5- De la vallée à l'orée du bois - 10.5 km - 3h - D+ 240 m - Saint-Amans-Valtoret

*Echappée belle sur les hauteurs de Saint-Amans-Valtoret*

Une sortie patrimoine et nature assurée avec cette balade. Dès la sortie du village, le sentier gravit les pentes et permet de contempler au loin les courbes de la Montagne Noire, pour déboucher sur le plateau aéré du Banquet. Une brève incursion dans la forêt communale permet au randonneur de profiter de l'ambiance forestière caractéristique de la Vallée du Thoré. Côté patrimoine, le log de ce sentier, vous croiserez des pesquiers, lavoirs et murets en pierres sèches et terminerez par le chemin de croix.



## ZOOM SUR ... nos sentiers de randonnées

### 6- Sentier des Hautes Futaies - 12 km - 4h - D+ 400 m - Lacabarède

*Les richesses insoupçonnées d'un village paisible*

Ce parcours varié vous permet de partir à la rencontre de la commune de Rouairoux. Le sentier vous offre un aperçu de l'authenticité du village en vous faisant passer par un paysage vallonné, des champs, des plantations de résineux, de hêtres, des potagers familiaux limités par des murs de pierres, et de nombreux ruisselets qui coulent sur les pentes... Vous passerez par des hameaux ruraux et coquets.



### 7- La fontaine des 3 évêques - 12.5 km - 4h - D+ 150 m - Lacabarède

*Balade panoramique entre trois départements...*

Ce magnifique parcours au caractère montagnard fait le tour du plateau de Sales par une incursion sur les crêtes limitrophes de l'Hérault puis de l'Aude. Sur ces hautes terres de granit, le climat rigoureux a favorisé la formation des tourbières, hêtraies et prairies d'altitude qui composent un paysage aux allures sauvages. Vous rejoindrez de charmants hameaux de pierres qui semblent se fondre dans le décor naturel : Sales, Farail, Lebrat, le Bayle, vous serez surpris par l'authenticité de la balade !

### 8- Le Roc de Peyremaux - 13 km - 4h - D+ 700 m - Albine

*Pour atteindre le sommet, « Endura fa mai que force »*

**Notre coup de coeur pour les sportifs !** Peyremaux est perché à 1007 m, sur la ligne de partage des eaux entre l'Atlantique et la Méditerranée. Par temps clair vous pouvez apercevoir les Pyrénées. Selon la légende, le roc suscita jadis la convoitise des voisins du versant audois : voulant le tirer vers eux de force, leur corde de chanvre se rompit. Les Albinols, utilisant une corde de laine l'attirèrent patiemment de leur côté. Cette histoire symbolise la devise de la ville « la patience vaut mieux que la force », et la fierté de l'activité lainière, jadis prospère à Albine.

Au fil de la montée, les hêtres poussent de plus en plus en ras du sol, pour laisser la place à une vue dégagée sur la Vallée.



### 9- Sentier des maîtres verriers - 14 km - 4h30 - D+ 400 m - Labastide-Rouairoux

*L'art des maîtres verriers*

Ce sentier vous invite à une balade historique au coeur de la Vallée du Thoré et à la découverte d'un ancien four à verre. Au XVIIIème siècle, nombreuses étaient les communes de la Montagne Noire à compter sur leur territoire des verreries en activité. Les verriers étaient des nobles appartenant à la noblesse féodale et portaient le titre d'Ecuyer et de Demoiselle. Les souverains leur donnaient le droit d'exercer « l'Art et Science de Verrerie ». Avec ce sentier, partez à la découverte des savoir-faires anciens de la Vallée.

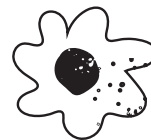


### 10- Sentier des 3 cols - 12,5 km - 5h - D+ 450 m - Labastide-Rouairoux

*Entre climat océanique et méditerranéen, aux confins de la vallée ...*

Aux confins de la Vallée du Thoré et à la limite des bassins atlantique et méditerranéen, le sentier des 3 cols chemine sur la ligne de partage des eaux. D'un côté, le sentier dévoile la vallée du Jaur, lumineuse et ensoleillée au climat méditerranéen, de l'autre, la verdoyante vallée du Thoré offrant des paysages naturels de moyenne montagne : sapins, ruisseaux et cascades. Il est l'un des rares témoignages des anciens peuplements de la vallée du Thoré.

# ZOOM SUR ... nos sentiers de randonnées



## 11- La forêt de Beson - 16 KM - 5H30 - D+ 400 m - Labastide-Rouairoux

*Au cœur de la haute vallée, l'épopée du textile*

Au départ de Labastide-Rouairoux, ce circuit vous fait découvrir les confins de la vallée du Thoré. La commune est le carrefour de quatre massifs montagneux : à l'Est commence la vallée du Jaur, dévoilant des vues magnifiques sur les massifs de l'Espinouse et du Caroux et les Avant-Monts, au Sud se dessinent les hauts versants de la Montagne Noire et au Nord le plateau d'Anglès... Dans une progression dans la forêt, vous découvrez l'influence que les différents climats exercent sur le paysage.

## 12- Lou camin de la Planette - 14,5 km - 4h30 - D+ 170 m - Saint-Amans-Valtoret

*Poésie de l'eau et chanson de l'arbre*

La «montagnole», ça monte et ça descend. Il faut donc accepter les montées qui tirent sur les mollets avant de mériter la splendeur du lac des Saints-Peyres. Un sentier principalement en sous-bois qui vous permet d'en admirer les caractéristiques : le soleil à travers le feuillage, les nombreux ruisseaux et parfois, à un dégagement, le panorama. La forêt communale présente plusieurs visages que vous pourrez découvrir lors de cette balade.



## 13- Lou camin des Saints-Peyres - 16 km - 5h - D+ 185 m - Saint-Amans-Valtoret

*Sous le signe de l'eau et de la forêt*

Vous l'aurez compris, ce sentier vous propose de découvrir la forêt, les sous-bois, la rivière et le Lac des Saint-Peyres. Dans un premier temps, vous passerez par la forêt communale de Saint-Amans-Valtoret où vous déboucherez sur les vertigineuses gorges du Banquet (attention accès interdit). La suite du parcours vous amène au barrage du lac des Saints Peyres, mis en eau en 1935. Ici, l'eau est partout présente et a permis à ce territoire escarpé de se couvrir de magnifiques forêts.



## 14 - Sentier d'interprétation des Sagnes de Puech Balmes - 2 KM - 1h - Saint-Amans-Valtoret









**COUP DE COEUR !**

**Notre coup de coeur pour les enfants !** La sagne de Puech Balmes, située au-dessus de Saint-Amans-Valtoret, a été spécialement aménagée pour vous initier à ses particularités passionnantes. Entre sciences et légende, suivez les traces du Drac, dragon des eaux qui vivrait ici et apprenez l'intérêt des tourbières pour la biodiversité (elles régulent les écoulements d'eau en étant de véritables éponges). Le sentier vous permet de vous amuser et d'apprendre grâce à des panneaux explicatifs et des jeux interactifs pour les enfants.

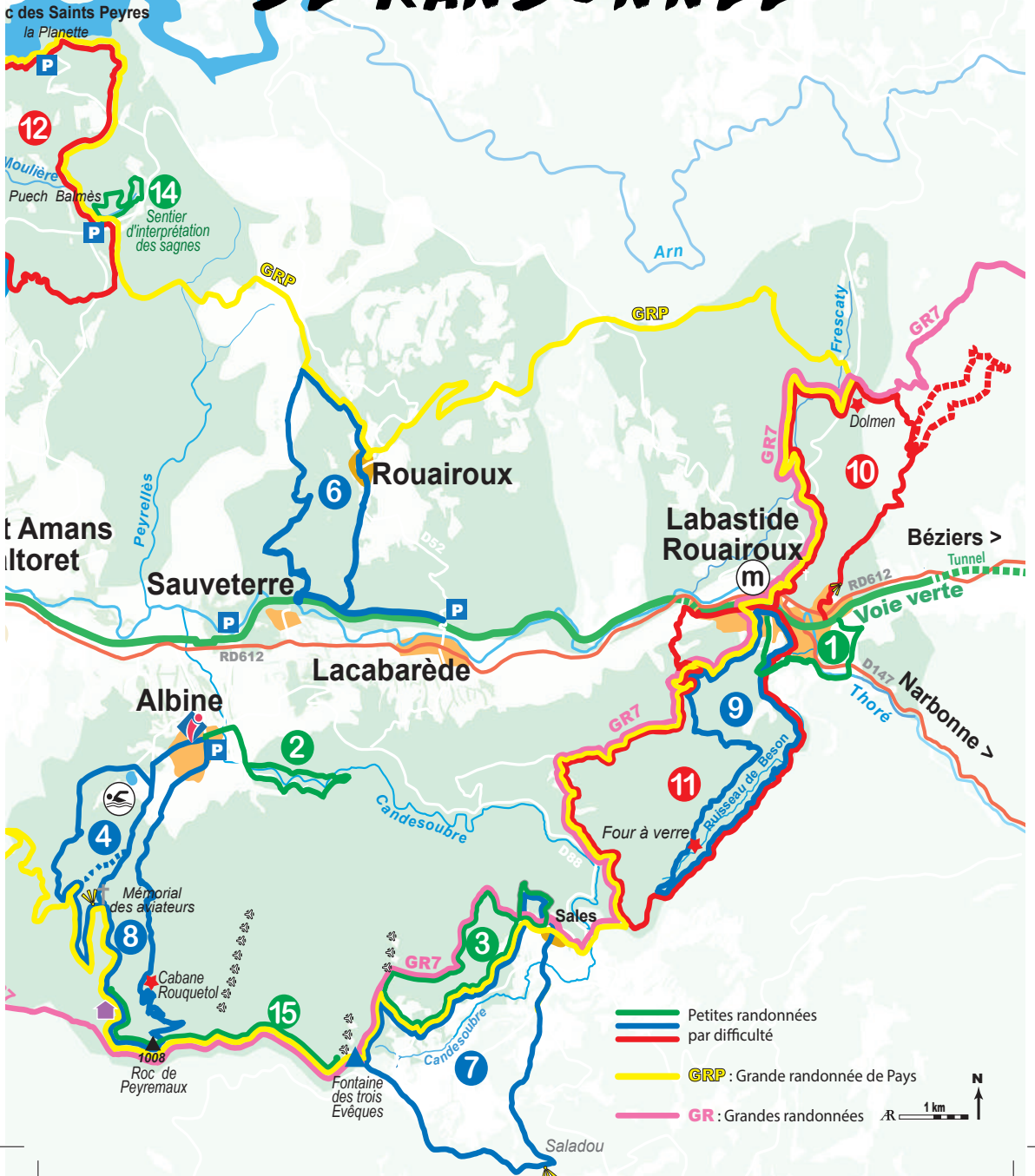
## GRP Haute Vallée du Thoré en itinérance - 79 KM - 2 à 5 jours

Le GRP traverse toute la Vallée du Thoré et vous offre toutes ses particularités et points de vues les plus incontournables. Au coeur du Parc naturel régional du Haut-Languedoc, elle surprendra le randonneur par ses richesses patrimoniales et la magie que dégage la Montagne Noire. Riche faune et flore, points de vues vertigineux, forêts denses, ruisseaux et rivières apaisantes, le GRP vous permet d'embrasser un paysage varié. N'hésitez pas à tendre l'oreille dans les villages où patois et accent du Sud-Ouest vous dépayseront. Traversée des communes de Saint-Amans Valtoret ( et ses hameaux), de Rouairoux ( et ses hameaux), de Labastide-Rouairoux ( et ses hameaux), des hameaux de Lacabarède et du Roc de Peyremaux d'Albine.



-  Office de tourisme
-  Château
-  Musée
-  Baignade
-  Parking
-  Refuge
-  Curiosité
-  Panorama

# SENTIERS DE RANDONNÉE





## ZOOM SUR ... nos circuits VTT labellisés FFC

### 1 - Circuit VTT Frescati - 24 km - D+ 470 m Labastide-Rouairoux

Tout au long de cette route, vous vous retrouverez dans un secteur boisé.

Si le bois est présent, la pierre l'est aussi ! Passant, près de la pierre de la crosse de l'évêque, vous rencontrerez également le menhir du Plô de la Ganthe et le carrefour de la Pierre Plantée. Vous traverserez un passage en sous-bois, où vous rencontrerez chênes et hêtres durant le circuit.



### 2 - Circuit VTT Les Cols Bussonniers - 35 km - D+ 925 m - Labastide-Rouairoux

D'un côté, l'itinéraire dévoile la vallée du Jaur, lumineuse et ensoleillée au climat méditerranéen ; de l'autre, la verdoyante vallée du Thoré offrant des paysages naturels de moyenne montagne : sapins, ruisseaux et cascades. Le sentier est ponctué de nombreux éléments de patrimoine culturel.



### 3 - Circuit VTT Le sentier des Cayrans - 6 km D+ 210 m - Labastide-Rouairoux

Voir parcours randonnées p.17.

### 4 - Circuit VTT Domaine du Thoré - 3 km D+ 50 m - Labastide-Rouairoux

Labastide-Rouairoux, au cœur de l'industrie textile : De dolmen en cheminées d'usines, Labastide-Rouairoux a gardé les traces anciennes liées au passage des hommes sur son territoire. L'empreinte du passé industriel textile reste très présente dans ce village et dans la Vallée du Thoré.

### 5 - Circuit VTT Forêt de Beson et Maîtres Verriers 20 KM - D+ 975 m - Labastide-Rouairoux

Voir parcours randonnée p.18 et 19.

### 6 - Circuit VTT La Fontaine des 3 évêques - 13 km D+ 475 m - Lacabarède

Voir parcours randonnée p.18.

### 7 - Circuit VTT Les Clairières de Sales - 8,5 km D+ 250 m - Lacabarède

Voir parcours randonnée p.17.

### 8 - Circuit VTT Le sentier des hautes futaies - 12 km - D+ 590 m - Labastide-Rouairoux

Voir parcours randonnée p.18.

### 9 - Circuit VTT Le ruisseau de Candesoubre - 7 km - D+ 100 m - Albine

Voir parcours randonnée p.17.

### 10 - Circuit VTT Le ruisseau de Candesoubre par les Crêtes - 43 km - D+ 1900 m - Albine

Quelques grandes « clairières » agricoles se sont maintenues sur de petits plateaux notamment au hameau de Sales. À l'échelle de l'ensemble du massif, une opposition contrastée existe entre les deux versants : versant nord humide avec hêtres et sapins, versant sud méditerranéen avec chênes vert et pubescents. Cette opposition explique la diversité de milieu.

Le versant nord présente de multiples intérêts écologiques, faunistiques et floristiques du fait d'une grande diversité d'habitats (landes, tourbières, milieux forestiers et agropastoraux de montagne).

### 11 - Circuit VTT Le lac par l'Orée du Bois - 27 km D+ 950 m - Saint-Amans-Valtoret

Voir parcours randonnée p.17

### 12 - Circuit VTT Lou camin de la planète - 15 km D+ 450 m - Saint-Amans-Valtoret

Voir Parcours Randonnée p.19.

## ZOOM SUR ... nos circuits VTT labellisés FFC



### 13 - Circuit VTT d'Arcachon - 2 km - D+ 10 m Bout du Pont de l'Arn

Située sur les hauteurs, à flanc de coteau, exposée au soleil, à une altitude moyenne d'environ 350 mètres, la commune de Bout du Pont de l'Arn est lumineuse, verdoyante. La vue sur la montagne noire couverte de forêts est magnifique. C'est une commune accueillante, qui a su préserver son cadre de vie et où il fait bon vivre.



### E5 - Circuit Enduro Candesoubre - 2 km D- 100 m - Albine

Départ de la place du village d'Albine, par le circuit, rejoignez le départ de ce petit sentier ludique qui vous amènera sur Rabasset.

### E6 - Circuit Enduro Beson - 4 km - D- 450 m Labastide-Rouairoux

On ne pouvait pas oublier ce magnifique itinéraire descendant sur le sentier 5 pour un parcours enduro. Au départ de la ferme de Fournas, longez le muret pour s'enfoncer dans la forêt en alternant des passages techniques et ludiques sur un vieux chemin.



### E1 - Circuit Enduro Enbarthe - 7 km - D- 450 m Albine

L'enduro le plus technique pour valider vos aptitudes et votre dextérité sur les sentiers. Après un échauffement sur une piste forestière, glissez sur la droite au cœur de la forêt sur un sentier en suivant le ruisseau alternant des passages en devers, des pierriers, des ruisseaux et des vieux chemins en balcon.

### E2 - Circuit Enduro Les Aviateurs - 5 km D- 460 m - Albine

Au départ de la croix, l'itinéraire s'enfonce dans la forêt sur un sentier fuyant. Rejoignez un vieux chemin pierreux à loisir et descendez vers le lac d'Albine.

### E3 - Circuit Enduro Wibault - 4,5 km - D- 400 m Albine

Départ non loin du Refuge de Peyremaux par la piste forestière du tour de la Vallée du Thoré avant de basculer vers le ruisseau, alterner montées et descentes dans la forêt au gré du sentier nous ramenant au lac d'Albine.

### E4 - Circuit Enduro Le Banquet - 4 km - D- 200 m Le Banquet

Départ du hameau du Banquet. Sentier permettant de se faire plaisir en famille et de découvrir un sentier ludique à profil descendant vers Bout du Pont de l'Arn.

### Tour de la Vallée du Thoré VTT - 95 km D+ 3976 m - Labastide-Rouairoux

Une itinérance VTT au départ de Labastide-Rouairoux, départ du parking de la voie verte. Parcours à effectuer sur plusieurs jours à la découverte de la Vallée du Thoré : ses villages, son patrimoine, ses forêts et sa Montagne Noire. Un parcours qui suit le GRP.

**RETROUVEZ AUSSI**

**Le circuit équestre des  
Hautes Terres d'Oc**

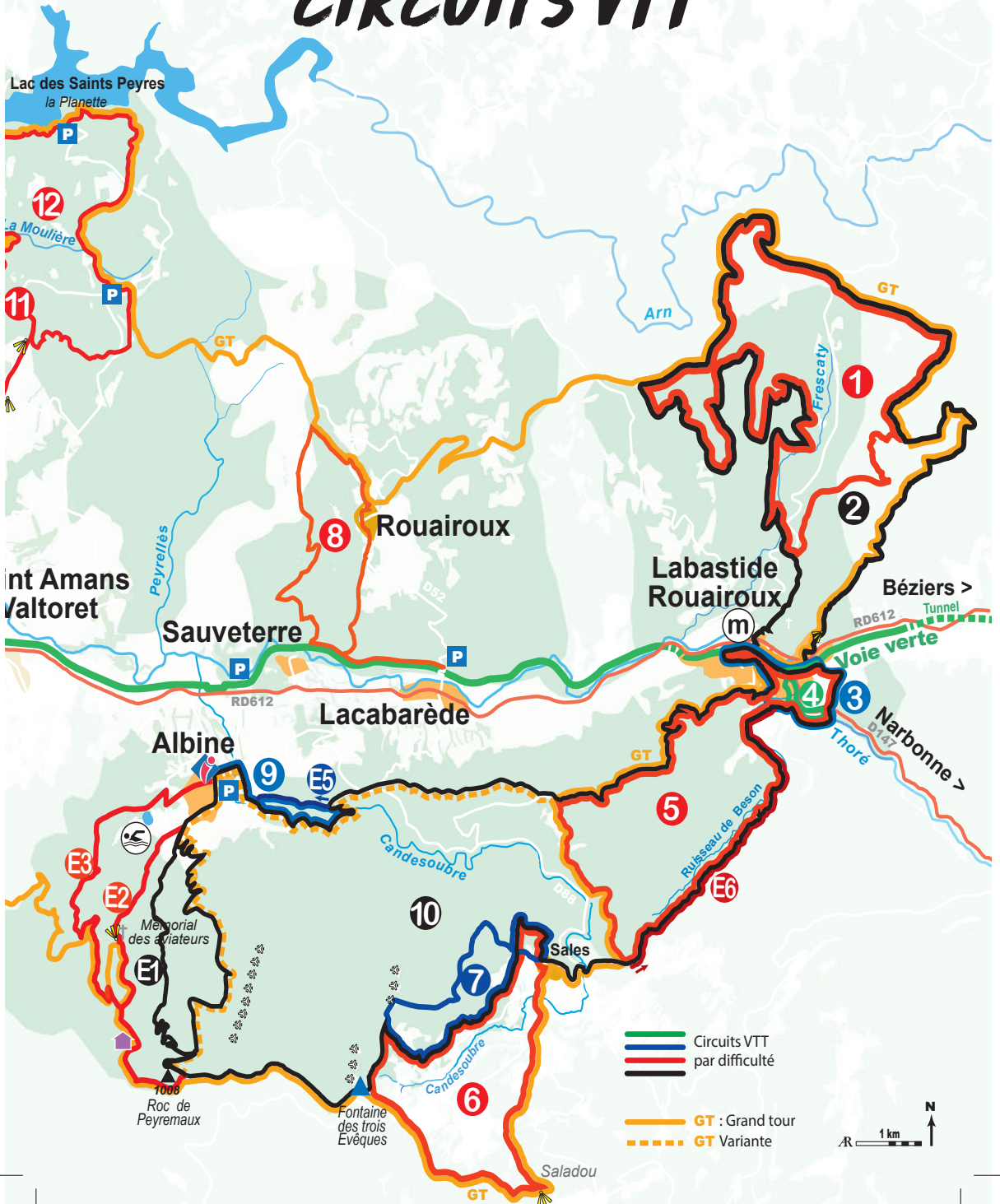
**Ainsi que toutes nos  
installations sportives et  
aires de jeux sur le site :**

**[www.tourisme-  
thoremontagne.fr](http://www.tourisme-thoremontagne.fr)**





# CIRCUITS VTT



# AUX ALENTOURS

 A l'entorn

 Around

## Les Monts de Lacaune

Territoire riche et varié, la nature et la culture se cotoient parfaitement. En effet, vous pourrez savourer la gastronomie typique du coin, telle que la charcuterie ou le fromage ou contempler des points de vue vertigineux sur le Caroux.

- 1 Lacs de la Raviège et du Laouzas**  
Sur la ligne de partage des eaux, les lacs jettent leur touche bleue dans des paysages verdoyants.
- 2 Le Pic de Montalet**  
Sommet du Tarn qui culmine à 1 259 mètre. Depuis le rocher de la Vierge, la vue sur le Massif central est à couper le souffle. Pour les grands marcheurs (5h) une boucle part de Lacaune et monte au col du Montalet.
- 3 Les salaisons Oberti**  
Une visite de l'entreprise familiale qui fabrique le célèbre jambon IGP de Lacaune. Un savoir-faire transmis depuis 60 ans.

Toutes les activités des Monts de Lacaune ;  
[www.sidobre-vallees-tourisme.com](http://www.sidobre-vallees-tourisme.com)

## Le Sidobre

Cette destination est imprégnée de légendes et d'authenticité au coeur d'une nature magique. Venez explorer le massif du Sidobre, où les milliers de rochers insolites vous permettront de retrouver votre âme d'enfant.

- 1 La Peyro Clabado**  
La Peyro Clabado est le fameux rocher défiant les lois de la gravité. C'est un élément caractéristique du paysage rocailleux du Sidobre.
- 2 Le Roc de l'oie**  
Le Roc de l'oie est un autre rocher emblématique du Sidobre. Visite depuis le sentier des Merveilles.
- 3 La Maison du Sidobre**  
Pour découvrir le travail du granit d'hier à aujourd'hui, de son extraction aux ateliers de transformation.

 AVEC LES ENFANTS

Toutes les activités des Monts de Lacaune ;  
[www.tourisme-montsetlacsenhautlanguedoc.com](http://www.tourisme-montsetlacsenhautlanguedoc.com)



# AUX ALENTOURS

## Le Minervois et le Caroux

- 1 Les gorges d'Héric à Mons la Trivalle**  
Baladez-vous au fil du ruisseau, à la découverte des nombreuses cascades et des gouffres. Un régal pour une baignade en famille !
- 2 Les gorges de Colombières à Colombières sur Orb**  
Les montagnes, les forêts, les cascades creusées par le ruisseau d'Arles font des Gorges de Colombières des gorges plus sauvages que celles d'Héric.
- 3 La grotte de la fileuse de verre à Courniou**  
La Fileuse de verre, fée enchantresse, pure et majestueuse, sculptée par l'eau et par le temps nous entraîne à l'origine des abîmes. **AVEC LES ENFANTS**
- 4 Les beaux villages typiques**  
Promenez-vous aux villages d'Olargues ou de Minerve vous serez plongé dans l'histoire médiévale et cathare des lieux.

## Castres et Mazamet

- 1 La passerelle de Mazamet**  
Unique en Occitanie, la passerelle de Mazamet est un chemin aérien de 140 mètres de long qui traverse les gorges de l'Arnette à 70 mètres de haut. A la clé de belles sensations et une vue imprenable sur la ville.
- 2 Hautpoul**  
Ancien village cathare, perché sur les hauteurs de Mazamet au dessus de l'Arnette, offrez-vous un moment hors du temps en visitant ce charmant petit hameau. Pour y accéder, empruntez la passerelle ou bien accédez au village par la route de l'autre côté. **AVEC LES ENFANTS**
- 3 Castres**  
Ville labellisée «Ville d'art et d'histoire» depuis 2021, il s'agit de la ville natale de Jean Jaurès. Les maisons emblématiques sur l'Agout, anciennes demeures de tanneurs, teinturiers et tisserands vous feront voyager dans le temps. Castres est aussi animée par la flamme du rugby et de son club incontournable : le Castres Olympique.

## À UNE HEURE

Visitez Albi et sa cité épiscopale classée au Patrimoine Mondial de l'Unesco !

Profitez des plages de Narbonne !

Plongez dans l'ambiance médiévale de la cité de Carcassonne !



# SE RESTAURER

## Sud Cafet à Bout du Pont de l'Arn

Sud Cafet vous accueille au sein du Centre commercial E.Leclerc et vous sert, depuis plus de 20 ans, des repas complets au meilleur prix. Pour une pause déjeuner sur le pouce ou des moments de convivialité en famille, un large choix de menus vous attend. La cafétéria vous propose aussi une formule petit-déjeuner dès 8h30 ou une collation tout au long de la journée.

**Contact :** Centre E.Leclerc, 81660 Bout du Pont de l'Arn - 05 63 98 92 30  
info@sudcafet.fr - [www.sudcafet.fr](http://www.sudcafet.fr) - f Sud Cafet

## La Voie Gourmande à Saint-Amans-Valtoret

Myriam vous propose des plats mijotés maisons avec des produits de saison et de producteurs du territoire. Restaurant au coeur du village de Saint-Amans Valtoret avec possibilité de manger en terrasse, dans un cadre bucolique à proximité du Château.

**Contact :** 20 Bd Jeanne d'Arc, 81240 Saint-Amans-Valtoret - 05 63 61 34 87 -  
lavoiegourmande@gmail.com - [www.lavoiegourmande.fr](http://www.lavoiegourmande.fr) - f La Voie Gourmande

## La Pizzaiola à Labastide-Rouairoux

Pizzeria familiale à l'ambiance décontractée, Lorenzo saura vous amener tout droit en Italie avec sa cuisine. Profitez de la terrasse joliment aménagée pour vos midi ou soirée en famille ou entre amis. La pizzeria propose également des plats à emporter.

**Contact :** 104 Bd Carnot, 81270 Labastide-Rouairoux - 06 15 56 23 44

## Le Dolmen à Labastide-Rouairoux

Le Dolmen est un petit restaurant chaleureux ouvert uniquement le midi. Jacqueline vous sert une cuisine « comme à la maison » simple et savoureuse. L'accueil et l'ambiance sont conviviaux.

Parfait pour vos petites pauses du midi !

**Contact :** 3 Le Galinel, 81270 Labastide-Rouairoux - 05 63 97 02 88

## Le JB's à Labastide-Rouairoux

L'ambiance British s'invite au village, Debbie et Sebastian vous proposent une fusion de cuisine britanniques avec une touche orientale. Découvrez des saveurs exotiques le tout dans une ambiance chaleureuse et sympathique.

**Contact :** 5 Pl. Jean Jaurès, 81270 Labastide-Rouairoux - 09 86 23 62 60 - f JB's

## Le Rest'Thoré à Labastide-Rouairoux

Dans un cadre rustique et moderne à la fois, le Rest'Thoré vous propose des plats traditionnels de qualité à base de produits frais. La salle, lumineuse et entièrement rénovée vous offre tout le confort pour passer un bon repas.

**Contact :** 114 Bd Carnot, 81270 Labastide-Rouairoux - 05 63 98 00 01

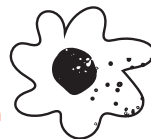
## L'auberge du Rialet

Perchée dans ce petit coin de montagne, Patrice vous accueille dans son auberge à la décoration rustique et l'ambiance unique et vous régale de ses plats composés de produits locaux selon ses inspirations du jour. Sur réservation uniquement.

**Contact :** La Patière, 81240 Le Rialet - 06 13 23 55 94



# OÙ DORMIR ?



## Gîtes :

### Au coeur de la nature de Réfrégéry à

**Labastide-Rouairoux** ★★★  
manuvir.seguy@orange.fr  
04 67 97 30 87

### Chez Yvonne et Robert au Vintrou

bouisset1@orange.fr  
06 23 25 40 79

### Gîtes communaux du Vintrou

commune-du-vintrou1@orange.fr  
05 63 61 05 89

### Gîtes communaux La Planette de Saint-Amans-Valtoret

reservation@gites-tarn.com

### Gîte de la truite à Saint-Amans-Valtoret

gite-la-truite@orange.fr

### Gîte de Roques à Saint-Amans-Valtoret

cabrol.christian@neuf.fr ★★★★★

### Gîte et chambres d'hôtes Monplaisir à

**Labastide-Rouairoux**  
js.gitemonplaisir@gmail.com

### Gîte la Mathe à Labastide-Rouairoux

06 02 33 58 21

### Gîte l'albinol à Albine

yanni.ferrer@gmail.com

### Gîte le Poul à Sauveterre

a.vidal.c@wanadoo.fr

### La Bouriette à Bout du Pont de l'Arn

reservation@gites-tarn.com ★★★★★

### La Bouriotte à Labastide-Rouairoux

contact@labouirotte.com  
06 76 88 26 29 - 07 70 24 46 65 ★★★★★

### La Halte Bastidienne à Labastide-

**Rouairoux**  
olle.family@free.fr

### La Ranquière à Rouairoux (gîte)

laranquiere@yahoo.fr  
05 63 97 01 08 ★★★★★

### La Serre à Labastide-Rouairoux

englishwithjane31@gmail.com

### Le gîte d'Estelle à Rouairoux

estelle.lacalle@livre.fr  
06 29 86 16 54

### Le nid clos au Vintrou

lenidclos@gmail.com

### Le Petit Gîte à Bout du Pont de l'Arn

sergiofabris27@gmail.com ★★★★★  
06 76 12 05 93

### Résidence Le Petit Paradis à Labastide-

**Rouairoux** ★★★★★  
info@residence-lepetitparadis.fr  
klmoerland@gmail.com

## Chambres d'hôtes :

### Bastide du Thoré à Labastide-Rouairoux (chambres d'hôtes)

bastideduthore@gmail.com  
09 54 22 31 35

### Chambres d'hôtes Natacha et Franck à

**Labastide-Rouairoux**  
natacha.franck@outlook.fr  
07 89 51 95 65 - 06 84 03 34 74

### La Bouriotte à Labastide-Rouairoux

contact@labouirotte.com  
06 76 88 26 29 - 07 70 24 46 65 ★★★★★

### Les Herbes Folles à Saint-Amans-Valtoret

artisteausoleil@protonmail.com

### Résidence Le Petit Paradis à Labastide-

**Rouairoux** ★★★★★  
info@residence-lepetitparadis.fr  
klmoerland@gmail.com

## Autres hébergements :

### Camping Lestap à Albine

campinglestap@orange.fr  
05 63 98 34 74 ★★★★★

### Domaine du Thoré à Labastide-

**Rouairoux (hébergement collectif)**  
domaineduthore@wanadoo.fr  
05 63 98 00 52

### La Demeure de Flore à Lacabarède (hôtel) ★★★★★

contact@demeuredeflore.com  
05 63 98 32 32

### Places de camping chez Virginie à Lacabarède

virgie.thomas@hotmail.fr -  
06 60 70 67 17

# INFOS PRATIQUES

## OFFICE DE TOURISME

### THORÉ MONTAGNE NOIRE

#### RÉSERVATIONS & INFORMATIONS

Pour plus d'informations ou pour la réservation des animations proposées par l'Office de tourisme ou pour préparer votre séjour, contactez-nous !

**13 AVENUE DE LA RIBAUTE 81240 ALBINE**

**05 63 37 69 70**

**tourisme@cc-thoremontagnenoire.fr**  
**www.tourisme-thoremontagnenoire.fr**

#### CREDITS PHOTOS :

©CABRID'OC  
©CASTRES-MAZAMET  
©CEDRIC CATHALA-CAUMETTE  
©CRPD81  
©ÉCHOS-CI, ÉCHOS-LA  
©FÊTE DU FIL  
©GARYWALTER  
©HERAULT-TOURISME  
©MAMIE JULIETTE  
©MINERVOIS-CAROUX  
©MONTS ET LACS EN HAUT LANGUEDOC  
©PASCAL WALTER  
©PNRHL  
©RAYMOND ALEGRE  
©SIBOREETVALLÉES  
©VIRGINIE HOULES  
©YANNICK SAULNIER



## SERVICES DE PROXIMITÉ

#### Aire de camping-car :

**Aire de camping-car 24h/24 :** Place Jeanne Barret, 81270 Labastide-Rouairoux

#### Boulangeries et pâtisseries :

**Boulangerie Ange :** Métairie Neuve, Rte de Toulouse, 81660 Bout du Pont de L'Arn

**Boulangerie André :** 37 Bd Carnot, 81270 Labastide-Rouairoux

**Boulangerie Buso :** 41 Bd Carnot, 81270 Labastide-Rouairoux

**Boulangerie Cabrita :** 4 Grand Rue, 81240 Saint-Amans-Valtoret

**Boulangerie Gros :** 127 Bd Carnot, 81270 Labastide-Rouairoux

**La Paillasse :** 44 av. Charles de Gaulle, 81270 Labastide-Rouairoux

#### Épiceries et boucheries :

**Boucherie Lard de vivre :** 15 Av. du Moulin, 81240 Saint-Amans-Valtoret

**Boucherie Le palais des saveurs :** 10 place des maquisard, 81270 Labastide-Rouairoux

**E.Leclerc :** RD 612 Lieu dit Lagarrigue, 81660 Bout du Pont de l'Arn

**Épicerie Albinole :** 3 Av. de la Ribaute, 81240 Albine

**Épicerie le Thoré :** 83 Grand'Rue, 81240 Lacabarède

**JardiSud :** 158 Bd Carnot, 81270 Labastide-Rouairoux

**JPR Distribution :** 8 Av. du Moulin, 81240 Saint-Amans-Valtoret

**SPAR :** 64 Bd Carnot, 81270 Labastide-Rouairoux

#### Pharmacies :

**Pharmacie Brilleaud :** 88 bis Bd Carnot, 81270 Labastide-Rouairoux

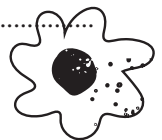
**Pharmacie de l'hotel de ville :** 24 Av. de la Méditerranée, 81240 Saint-Amans-Soult

**Parapharmacie du E. Leclerc :** RD 612 Lieu dit Lagarrigue, 81660 Bout du Pont de l'Arn



# NOTES

A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for writing notes.



## LES GUIDES DU TARN

# BENVEGUDA EN VAL DEL TORET MONTANHA NEGRA!\*

*La Vallée du Thoré Montagne Noire,  
un terrain de jeu grandeur nature !*

Hors des sentiers battus, au cœur du Parc naturel régional du Haut Languedoc, laissez-vous surprendre par les paysages de la vallée du Thoré et de la Montagne Noire. Pour des vacances en famille, un week-end détente ou une simple escale au vert, c'est le lieu idéal pour vous déconnecter, vous ressourcer et faire le plein d'énergie !

Laissez-vous séduire, l'aventure commence ici.

\* Bienvenue en Vallée du Thoré Montagne Noire

