

OFFICE INTERCOMMUNAL
DE TOURISME DE LA

Montagne Noire



+33 4 68 76 64 90

TOURISME-MONTAGNENOIRE.COM



AVEC OU SANS RANDONNÉE, VENEZ RENCONTRER LES PRODUCTEURS DE LA MONTAGNE NOIRE !

LAG DE PICAREL

Vaste domaine arboré sur la commune de Saissac. Restaurant, activités pêche à la ligne et à la mouche, zone pique-nique et barbecue, rencontre avec les animaux du domaine.

Rendez-vous le 22 juillet au Lac de Picarel



GAEC LASALLE

Famille d'éleveurs sur les communes des Martys et de Labastide-Esparbairénque.

Production de viande de vaches « Gasconne des Pyrénées », Gîte à la ferme.

Rendez-vous le 05 août aux Moussels



ÉLEVAGE PUECH

L'exploitation de la famille Puech est située à Lacombe.

Produits de viande de porc de plein air et de vache "Gasconne des Pyrénées", accueil à la ferme.

Rendez-vous le 19 août à la Halle de Cals



OLFFABRICK

Micro-brasserie située à Cals. Production variée de bières artisanales, IPA, blondes, ambrées, blanches...

Rendez-vous le 19 août à la Halle de Cals



FERME DU GAMMAS

Ferme familiale de paysans fromagers à Fontiers-Cabardès.

Fromages de vaches « Brune des Alpes » élevées sur le domaine en agriculture biologique.

Rendez-vous le 29 juillet au Lampy



L'ATELIER DU MARRON

Entre Mas-Cabardès et Castans, miellerie et élaboration de produits issus de la châtaigne bio locale. Démarche agro-écologique.

Boutique à Roquefère.

Rendez-vous le 12 août au domaine Saint-Pierre le Rouge



DEMOISELLES DE LA SYRAH SECRÈTE

Gamme de vins issus d'un cépage unique, la syrah, sur le terroir de Fraisse-Cabardès. Agriculture raisonnée.

Rendez-vous le 19 août à la Halle de Cals



COMMENT RÉSERVER ?

L'organisation des Balades Fraîcheur évolue ! Pour votre confort et votre sécurité, le nombre de places en randonnée est dorénavant limité à 75 personnes, **la réservation est donc obligatoire**. Les activités et repas, eux, sont sans limite de participants, mais sur réservation.

Pour réserver vos places :

- Via ce lien <https://ypl.me/Key>
- Ou flashez le QR code



2025 BALADES Fraîcheur

Rencontres en
Montagne Noire



Tous les MARDIS du
22 Juillet au 19 Août

Balades accompagnées
GRATUITES et sur **RÉSERVATION**

22 Juillet

UNE BALADE POUR PETITS ET GRANDS !

LAC DE PICAREL

5, Picarel le Haut, 11310 Saissac

Randonnée familiale (À partir de 6 ans)
Maximum de 2 accompagnants par enfant.

5 km / 100m D+ / Durée 2h00
Rendez-vous à 08h45

Les arbres centenaires nous chuchoteront les mystérieuses histoires oubliées de la forêt. Ecureuils, renards et oiseaux nous observeront d'un regard malicieux.

Une randonnée agréable à l'ombre des hêtres et des pins.

REPAS AU BORD DU LAC

- **Burger & frites maison** (formules : enfant 9€, adulte 12€ ou 15€, Boissons non incluses)
Ouvert à tous, paiement sur place.
- **Pique-nique libre** sous les arbres

ANIMATIONS L'APRÈS-MIDI

Pêche à la ligne, visite du site, rencontre avec les animaux du domaine.

Repartez avec le poisson que vous avez pêché !

9€ par enfant

Paiement sur place
Buvette ouverte toute la journée



29 Juillet

BASSIN DU LAMPY

11310 Saissac

10 km / 100m D+ / Durée 3h00
Rendez-vous à 08h45

Le sentier nous mènera dans des forêts enchantées. On vous promet un point de vue spectaculaire sur le Lampy !

Michel Deblaize, Ingénieur Eaux et Forêts, ancien directeur Agence de l'Eau, nous présentera la trop méconnue **Rigole d'essai du Canal du Midi**.

(Possibilité de pique-niquer au retour)

FERME DU CAMMAS

Au retour de la rando, vente et dégustation de **fromage de vache local**.

De quoi agrémenter agréablement votre pique-nique !



Quelques infos

NIVEAUX DE DIFFICULTÉ :

Facile Moyen Difficile

ÉQUIPEMENT À PRÉVOIR :

- Chaussures de marche
- chapeau
- bouteille d'eau

INFORMATIONS ET RÉSERVATION

- chien acceptés et **tenus en laisse**
- Sous réserve des **conditions météo**
- Places **limitées pour les randonnées**
- **Réservation en ligne** via le QR Code ou sur <https://ypl.me/Key>



05 Août

LES MOUSSELS

11390 Les Martys

6 km / 150m D+ / Durée 2h00
Rendez-vous à 08h45

Accueil par **la famille Lasalle** à la ferme des Mousseles. Sur le plateau du Sambrès, au pays de l'eau, ces paysages qui semblent si sauvages ont pourtant été occupés et modelés par l'Homme depuis des millénaires.

Animation par ECODIV



En prélude à la randonnée, **David Richin**, naturaliste et médiateur scientifique, nous présentera une « **zone humide** ».

REPAS PAR LE GAEC LASALLE

Menu **burger fermier** à 15€ avec :
entrée, burger, dessert, café et boisson.

Réservation en ligne ou 06 13 87 21 15

Ouvert à tous, paiement sur place.



12 Août

SAINT-PIERRE LE ROUGE

11380, Miraval

9.5 km / 330m D+ / Durée 3h30
Rendez-vous à 08h45

Accueil au superbe **domaine Saint-Pierre le Rouge**. D'une vallée à l'autre, tantôt à l'ombre des châtaigniers, tantôt à l'ombre des chênes verts, nous découvrirons des petits coins de paradis...

L'ATELIER DU MARRON

Geoffroy Oulès nous présentera son travail autour du miel et de la châtaigne. Vente de produits à la boutique.

(Inédit, possibilité de **pique-niquer** dans le parc du domaine)



19 Août

CALS

Halle de Cals, 11310, Lacombe

9 km / 230m D+ / Durée 3h00
Rendez-vous à 08h45

Les hêtres de l'ancestrale forêt de la Loubatière nous couvriront de leurs branches le temps d'une randonnée. C'est là, dit-on, que l'on captura jadis le dernier loup... Entourée de lacs et traversée de nombreux ruisseaux, la forêt se porte garante du nom « Balades Fraîcheur » !

Animation par l'ONF

Sylvain Gaudriot, technicien forestier de l'ONF, nous présentera son travail de gestion de la forêt de la Loubatière.



REPAS PAR L'ÉLEVAGE PUECH



Halle de Cals,
Menu **grillades** à 15€ : frites maison, grillades, salade fraîcheur, dessert (Boissons non incluses).

Ouvert à tous, paiement sur place.

DEMOISELLES DE LA SYRAH SECRÈTE

Bar à vins ambulant. Venez découvrir **un vin 100% syrah** pour accompagner votre repas ou compléter votre cave !



OLFFABRICK

Venez vous rafraîchir avec une **bière artisanale** brassée à Cals ! Une large gamme vous attend, de quoi satisfaire tous les goûts.

